

Bewusster Konsum und Konsumalternativen

Ethischer Konsum bedeutet in erster Linie bewusster Konsum. Da wir alle jeden Tag unzählige Konsumententscheidungen treffen, haben wir hier für Euch einige Tipps zusammengestellt, wie ihr ein bewusstes Konsumverhalten in Eurem Alltag umsetzen könnt.

1. Lebensmittel

Vor allem im Lebensmittelbereich gibt es viele Möglichkeiten ein ethisches Konsumverhalten in den Alltag zu integrieren.

1.1 Weniger Lebensmittelverschwendung

In den Industrienationen wandert jedes dritte Lebensmittel in den Müll. Grund hierfür sind unter anderem eine starke Überproduktion und immer kürzere, von den Produzenten willkürlich festgelegte Haltbarkeitsdaten. Hier einige Tipps, was Du gegen die Verschwendung tun kannst.

1. Schreibe vor dem Einkaufen einen Einkaufszettel, so gehst Du sicher, dass Du nur kaufst, was du auch brauchst
2. Haltbarkeit prüfen: Oft sind Lebensmittel noch genießbar, auch wenn sie unserem optischen „Schönheitsideal“ nicht mehr ganz entsprechen.
3. Versuche, Deine Vorräte richtig zu lagern, so steigert Du ihre Haltbarkeit.
4. Koche nicht zu viel, richtiges planen spart Abfall.
5. Sollte doch mal etwas übrig bleiben muss es nicht gleich in die Tonne, Ihr könnt es einfrieren, kreativ weiterverarbeiten oder über Internetplattformen wie www.foodsharing.de mit anderen teilen.

1.2. Alternative Einkaufsmöglichkeiten

Die aktuellen Produktions- und Verkaufsverhältnisse von Lebensmitteln machen es uns oft schwer, rundherum nachhaltig einzukaufen. Wer beim Einkauf verstärkt auf regionale Produkte zurückgreifen möchte kann zum Beispiel auf Hofläden oder lokalen Wochenmärkten fündig werden. Wer den Schwerpunkt seines Einkaufs auf biologisch produzierte Nahrungsmittel legt wird in Bio-Märkten und bei Angeboten wie der Bio-Kiste fündig (www.oekokiste.de).

1.3 Auf Transportwege achten

In unserer globalisierten Welt sind wir es gewohnt zu jeder Jahreszeit jegliches Obst und Gemüse frisch kaufen zu können. Um dieses Angebot gewährleisten zu können werden unsere Lebensmittel aus den exotischsten Ländern importiert. Durch die langen Transportwege wird ein enormer Treibstoffausstoß produziert. Achte deshalb beim Einkauf auf saisonelle Ware und auf die Herkunft. Auch bei Bio-Ware lohnt sich kritisches hinterfragen: Ist es wirklich ökologischer einen Bio-Apfel aus Thailand zu kaufen anstatt eines konventionell produzierten aus Deutschland?

1.4. Verpackungsmüll reduzieren

Der Gebrauch von Plastikverpackungen und Einwegverpackungen erfreuen sich enormer Beliebtheit. So kannst Du dazu beitragen, dass weniger Müll entsteht:

1. Egal ob beim Klamottenkauf oder beim Kauf von Lebensmitteln: Verzichte auf - Einkaufstaschen aus Plastik.
2. Kaufe keine Lebensmittel, die in übertriebenen Plastikverpackungen verkauft werden (z.B. wenige Stangen Petersilie, extra in Hartplastik eingeschweißt).
3. Verzichte auf „To go“ Becher und Verpackungen.
4. Kaufe Getränke in Glasflaschen oder recyclebaren PET-Flaschen.

2. Textilien

Die Produktion unserer Textilien ist aufgrund der vielen einzelnen Herstellungsschritte so komplex, das es fast unmöglich ist, jeden einzelne Schritt transparent nachzuvollziehen und so ein 100% fair produziertes Kleidungsstück zu erwerben. Hier einige Tipps, wie ethischer Konsum im Textilbereich dennoch möglich ist.

1. Weniger ist mehr

Textilien sind mittlerweile zu einer Wegwerfware geworden. Die großen Modeketten werden mittlerweile alle 6 Wochen eine neue Kollektion auf den Markt und wecken so in uns das Bedürfnis, in immer kürzeren Abständen unsere Garderobe zu erneuern. Entzieht Euch diesem Modediktat und achtet statt Quantität auf qualitative Ware, die unter fairen Bedingungen hergestellt wurde. Informationen zu Shops, die fair produzierte Mode anbieten findet Ihr auf dem Grüne Mode Portal der Christlichen Initiative Romero unter http://www.ci-romero.de/gruenemode_shops/

2. Schonender Umgang

Durch einen schonenden Umgang könnt Ihr die „Lebenszeit“ eurer Klamotten erheblich verlängern, verzichtet beispielsweise auf zu heißes waschen (30 Grad sind meist ausreichend) und erspart ihnen den Trockner.

3. Aus Alt mach Neu

Nur weil Eure Lieblingsjeans ein Loch hat oder das T-shirt ein wenig ausgeleiert ist, muss es noch lange nicht aussortiert werden. Das Zauberwort heißt „Upcycling“! Seid kreativ und macht aus Euren alten Klamotten einfach neue, indem Ihr sie durch Nieten, Knöpfe oder Stoffmalstifte einfach neu designed. Eurer Fantasie und Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt.

4. Kleidertausch

Ihr habt nach einem langen Winter genug von Eurem Mantel und den dicken Pullis? Kein Grund sie auszusortieren, denn nur weil ihr euch an den Sachen satt gesehen habt, heißt das noch lange nicht, dass sie anderen nicht mehr gefallen. Ihr könnt eure Klamotten mit Freunden oder Verwandten tauschen oder bei einer Kleidertauschparty Eure alten Sachen gegen „neue“ eintauschen. Nähere Infos dazu im Internet, beispielsweise unter <http://www.klamottentausch.net/>.