

Anders konsumieren

“Der wahre Preis einer Sache ... ist die Mühe und Plage, ihn zu erarbeiten.”

[Adam Smith \(1723 - 1790\), schottischer Ökonom und Philosoph](#)

Konsumierst du noch oder lebst du schon? Wer bei den großen Discountern einkauft, spart natürlich viel Geld. Doch jede/r weiß, dass gute Produkte nicht zum Schleuderpreis zu haben sind. Den wahren Preis zahlen entweder die Menschen, die diese Produkte unter oft menschenunwürdigen Bedingungen herstellen. Oder die Tiere die, auf engstem Raum zusammengepfercht, möglichst schnell schlachtreif gemästet werden bzw. Höchstleistungen in der Eier- oder Milchproduktion bringen müssen. Und die Allgemeinheit übernimmt zwangsläufig die Kosten für die Schäden, die durch die Billigproduktion entstehen. So gibt es zum Beispiel Regionen in Niedersachsen, in denen das Grundwasser durch die Massentierhaltung so stark verunreinigt ist, dass es nicht oder nur unter sehr großem Aufwand und hohen Kosten als Trinkwasser aufbereitet werden kann. Wenn du dich also entscheidest, weniger oder keine tierischen Produkte zu konsumieren, schützt du damit das Grundwasser (weil es nicht verschmutzt wird), schonst die Böden und den Regenwald (weil weniger Futter angebaut werden muss) und verminderst die Treibhausgas-Emissionen (weil weniger Dünger, Pestizide und Maschinen eingesetzt werden und weniger rülpsende und pupsende Kühe herumstehen). Das verkleinert deinen Footprint enorm!

Lust auf ein neues Handy oder Tablet? Dann informiere dich doch zuerst auf der Seite des [Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit](#) darüber, was mit dem Kauf noch zusammenhängt. Wenn dir das zu trocken ist, gibt es auch noch Informationen und ein [Spiel](#) zum Handy.

Das Problem ist nicht nur, dass der Kauf eines neuen Handys

die Unterdrückung von Menschen und kriegerische Konflikte fördert sowie den Ökologischen Fußabdruck vergrößert, sondern dass nicht nachwachsende Rohstoffe immer knapper werden. Aktuell liegen ca. [124 Millionen Althandys in deutschen Schubladen](#). Vermutlich gibt es auch in deinem Haushalt ein ungenutztes Handy, das entweder entsorgt werden sollte oder [wiederverwendet](#) werden kann.

Die ständige Weiterentwicklung von Software bringt wenig Nutzen für Anwender, viel Gewinn für Hersteller von Hard- und Software und verbraucht unnötig Ressourcen. Beispiel hierfür ist die [Einstellung des Support für Windows XP](#). Du suchst etwas Außergewöhnliches mit kleinem Footprint? Vielleicht ist [upcycling](#) das, was du suchst. Warum nicht einmal tauschen statt kaufen? Bestimmt hast du gut erhaltene Sachen, die du nicht mehr brauchst und die du gegen Dinge tauschen kannst, die du suchst. Bestimmt gibt es Flohmärkte oder andere Möglichkeit zum Tausch in deiner Nähe . Oder nutze im Internet die [Tauschbörsen](#).

Der Film „[The True Cost](#)“ beschäftigt sich mit den Arbeitsbedingungen, unter denen unsere billigen Kleidungsstücke hergestellt werden.

Interview vom 21.8.2017 auf SWR1 mit Benjamin Pütter, einem deutschen Theologen, der sich in Indien gegen Kinder- und Sklavenarbeit einsetzt.

<http://avdlswr-a.akamaihd.net/swr/swr1/bw/leute/benjamin-puetter-entwicklungshelfer.m.mp3>

Mit deiner Kaufentscheidung beeinflusst du, unter welchen Bedingungen die Produkte hergestellt werden. Denn wenn die Nachfrage nach umweltfreundlich und fair produzierten Waren steigt, werden auch viele bisherige Anbieter konventioneller Ware ihr Sortiment auf biologisch und fair hergestellte Produkte umstellen. Tipps für eine zukunftsfähige Lebensweise findest du auch im [Nachhaltigen Warenkorb](#) des [Rates für](#)

[Nachhaltige Entwicklung](#). Wie die unterschiedliche Siegel zu bewerten sind, erfährst du in dem Buch „[Die Öko-Lüge](#)“ von Stefan Kreuzberger oder auf der Seite „[Siegelklarheit](#)“ des Bundesministeriums für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung. Auf der Seite „[rank a brand](#)“ findest du Bewertungen von Markenherstellern in Sachen Nachhaltigkeit und Sozialverträglichkeit.

Frage in den Läden bei dir vor Ort nach solchen Produkten. Je mehr Menschen bio und fair konsumieren, umso schneller werden die Produkte in die Läden kommen. Solange kannst du auch im Internet bio und fair einkaufen. Hier sind ein paar Adressen: Auf der Seite von [Utopia](#) findest du viele Tipps und Adressen für zukunftsfähiges Einkaufen im Internet. Eine Sammlung verschiedener Shops findest du beispielsweise bei [Avocadostore](#). Kleidung aus Hanf bei [HempAge](#). Faire Kleidung gibt es bei [Zündstoff](#) oder bei [manomama](#), die Jeans mit kleinem Footprint und fairen Preisen gibt es bei [Naturfaser Fölser](#), Kaffee findest auch bei [Aroma Zapatista](#) oder [Café Libertad Kollektiv](#) und Büromaterial bei [Memo](#).

Die beste Konsumhandlung ist aber immer noch diejenige, die man unterlässt.

Ganz einfach geht das, indem man Sachen kauft, die möglichst langlebig sind. Die sind dann zwar etwas teurer, aber durch ihre lange Lebensdauer muss man sich diese Sachen nicht ständig neu kaufen. Das ist nämlich von den Herstellern häufig so geplant. Es gibt auch einen Ausdruck dafür: [Geplante Obsoleszenz](#). Unter „Ansehen/Konsum“ findest du eine Dokumentation dazu. Solltest du selbst Opfer der geplanten [Obsoleszenz](#) geworden sein, kannst du das Produkt [hier](#) melden. Wenn ein Produkt wirklich defekt ist, kann man es oft noch reparieren. Zu teuer? Lohnt sich nicht mehr? Eine Idee aus den Niederlanden entkräftet dieses „Argument“ auf wunderbare Weise. In [Repair Cafés](#) werden Dinge von ehrenamtlichen Helfen instand gesetzt, man kann dabei selbst viel lernen und soziale Kontakte pflegen. Gemeinsam reparieren statt konsumieren ist

ressourcenschonend und macht Spaß.

Du willst etwas von der Welt sehen? Dazu musst du dich nicht in ein Flugzeug setzen. Zu Fuß gehen, Fahrrad, Bus und Bahn fahren sind Möglichkeiten, die Welt viel intensiver zu erleben und kennenzulernen.

Mit dem Wechsel von einem Stromanbieter mit deutschem Strommix, der rund 58% Strom aus fossilen Energieträgern enthält, auf einen Ökostromanbieter, lässt sich der **Footprint** in diesem Bereich **um 90% reduzieren**. Folgende Ökostromanbieter investieren in den Ausbau der erneuerbaren Energien: [Greenpeace Energy](#), [Elektrizitätswerke Schönau](#) und [Naturstrom AG](#). Informationen zu Energie und Energiewende findest du beispielsweise bei der Bürger-Initiative [Energiewende Waldkirch](#). Interessant ist auch die Idee von [buzzn](#), regional private Stromproduzenten und Stromkonsumenten zu verbinden. Damit werden große Stromtrassen überflüssig und das Geld bleibt in der Region.

Weil die Gewinnung von [Palmöl den Regenwald in Indonesien vernichtet](#), solltest du von Produkten mit Palmöl die Finger lassen. **Hier findest du Informationen zu [Produkten ohne Palmöl](#). Und für die Westentasche (wer trägt heutzutage noch eine Weste?) gibt es eine [Liste der Deklarationen](#)**. GEPA bezieht [faïres Palmöl](#) für Schokoriegel und Kekse von Serendipalm, einer Kooperative aus Ghana, die Palmöl in Bioqualität unter fairen Arbeitsbedingungen auf bereits länger landwirtschaftlich genutzten Flächen produziert. Wusstest du übrigens, dass Palmöl praktisch in allen Shampoos drin ist? Einige Ausnahmen findest bei den [Produkten ohne Palmöl](#). Oder du kannst eine Haarwaschseife ohne Palmöl nehmen, z.B. von [Zhenoby](#).

Wenn du beschließt, **kein Fleisch** mehr zu essen, findest du beim [Vegetarierbund Deutschland](#), der [österreichischen Vegetarier Union](#) oder der [Schweizerischen Vereinigung für Vegetarismus](#) viele Informationen, Tipps und Rezepte. Möchtest

du **ganz ohne tierische Produkte** auskommen, kannst du dich zum Beispiel auf der [Rezepteseite](#) der Veganen Gesellschaft Österreich (VGÖ) informieren. Auch die [Vegane Gesellschaft Deutschland](#) oder die [Vegane Gesellschaft Schweiz](#) bietet viele Informationen, wie du problemlos deine Ernährung umstellen kannst.

Wenn du SchülerIn bist, kannst du in der Schülerversammlung vorschlagen, die Schulkantine auf Bio umzustellen.

Hier sind die Internetseiten einiger Caterer.

bio im Raum München: www.ilcielo.de,
<https://mybioco.de/mybioco-biocatering-fuer-kinder-und-schulen.html>, <https://bio-cooking.eu/>

bio im Raum Kassel: <https://www.biond.de/index.html>

bio im Raum Gießen/Marburg/Frankfurt:
<https://www.safran-catering.de>,
<https://www.calis-biocatering.de/>

bio im Raum Essen: <https://www.gruenschnabel-bio-catering.de>

bio im Kraichgau: <https://www.hausgemacht-catering.de/>

bio in Berlin: <https://www.proagora.de/>,
<https://www.biotafel.de/index.html>

Wer Caterer in Deutschland mit biologischem und/oder fair gehandeltem Angebot kennt, bitte melden, damit sie in die Liste eingetragen werden können.

In vielen Regionen gibt es allerdings keine Caterer mit bio-Angebot. Vielleicht kannst du ja deine/eure Eltern und LehrerInnen dafür begeistern, das Schulessen selbst zu organisieren. Ein schönes Beispiel findest du am **Schulzentrum Neckartenzlingen**. Dort gibt es den Elternverein „[Mensatreff Neckartenzlingen – Eltern kochen für Schüler e.V.](#)“ Das Essen ist preiswert (weil nur der Einkaufspreis bezahlt wird), lecker, regional, oft auch vegetarisch und manchmal bio.

Auch am [Carl-von-Linde Gymnasium in Kempten](#) kochen Eltern und Großeltern für die Schülerinnen preiswert, immer auch vegetarisch, regional und (wenn es geht) bio. Für NachahmerInnen gibt es Tipps von Frau [Sojat-Quaceci](#).

Und wenn dir das jetzt alles viel zu viel war, und du überhaupt nicht mehr weißt, wo du anfangen sollst, dann ganz ruhig. Hier gibt es für den zukunftsfähigen Lebensstil **fünf einfache Regeln**.