



# LANDKREIS STADE

*Stärke · Vielfalt · Zukunft*



## Startup-Tipps

### für ein umweltbewusstes Leben

Bei einer umweltbewussten Lebensweise geht es darum, die natürlichen Ressourcen unserer Erde zu schonen und seinen ökologischen Fußabdruck so gering wie möglich zu halten. Konsum, Ernährung, Mobilität, Abfall und Energieverbrauch sind Bereiche, in denen jeder Einzelne durch einen bewussten Umgang viel bewirken kann.

In dieser Broschüre finden Sie Tipps für mehr Umweltbewusstsein im Alltag.

**Abfallberatung**

[abfall.landkreis-stade.de](mailto:abfall.landkreis-stade.de)

**Telefon 04141 12 8016**

[abfallwirtschaft@landkreis-stade.de](mailto:abfallwirtschaft@landkreis-stade.de)



# Lebensmittel retten

**Jährlich werden alleine in Deutschland elf Millionen Tonnen Lebensmittel entsorgt, das sind ein Drittel aller produzierten Lebensmittel.**

- ✓ Lebensmittel wertschätzen: Mindesthaltbarkeitsdatum ist kein Verfallsdatum.
  - ✓ Lebensmittel richtig lagern und länger haltbar machen.
  - ✓ Den Einkauf besser planen. Nur das kaufen was man wirklich braucht. Nicht hungrig einkaufen.
  - ✓ Nur so viel kaufen, wie wirklich gegessen wird. XXL-Packungen vermeiden.
  - ✓ Tafeln, Wärmeküchen & Co. unterstützen bzw. mit großen Lebensmittelresten versorgen.
  - ✓ Kreative Lebensmittelverwertung: aus Resten tolle Gerichte zaubern.
  - ✓ Auch mal Reste essen auf die man nicht so großen Appetit hat.
  - ✓ Reste einpacken und mitnehmen oder Reste einfrieren.
- u. v. m

## **Tipps zum bewussteren Umgang mit**

**Lebensmitteln** findet man z.B. in der

### **Zu gut für die Tonne!** -App

mit Reste-Rezepten oder in der **Too Good To Go**-App, die Kunden mit Geschäften oder Restaurants verbindet, die unverkaufte Lebensmittel zu vergünstigten Preisen an Selbstabholer verkaufen. Überschüssige Lebensmittel können über [foodsharing](#) an soziale Einrichtungen oder anderer Personen abgegeben werden.



# Wasserflasche kostenlos auffüllen

Überall dort, wo der Refill Aufkleber angebracht ist, kostenlos Leitungswasser in die mitgebrachte Flasche auffüllen und Plastikmüll vermeiden.

Weitere Informationen unter [Refill Deutschland](#)



# Verpackungsfrei einkaufen/Mehrweg statt Einweg

- ✓ Sagen Sie NEIN zu überschüssigen Verpackungen!
- ✓ Nutzen Sie Pfandsysteme und fragen Sie ganz gezielt nach Mehrwegalternativen für Speisen und Getränke oder lassen Sie sich eigene Behältnisse befüllen.
- ✓ Für einen abfallarmen Einkauf bieten sich Mehrwegtaschen und -beutel, sowie Rucksäcke, Trolleys und Körbe an.
- ✓ Zum Verpacken von Obst und Gemüse eigene Beutel oder Netze mitnehmen.
- ✓ Kaufen Sie Waren unverpackt ein. Wochenmärkte und Unverpackt-Läden bieten ein großes Sortiment und auch immer mehr Supermärkte richten Unverpackt-Abteilungen ein. Wer in seiner Nähe nicht fündig wird, kann auch Unverpackt-Online Shops nutzen.

Mehrwegangebotspflicht für  
Einwegkunststofflebensmittelverpackungen und  
Einweggetränkebecher im To-Go-Bereich bereits seit  
1.1.2023.

## Regionale und saisonale Produkte bevorzugen

Was spricht für regionale und saisonale Produkte:

- ✓ Unterstützung regionaler Erzeuger und lokaler landwirtschaftlicher Betriebe.
- ✓ Weniger CO<sub>2</sub>-Ausstoß durch kurze Transportwege.
- ✓ Bessere Qualität durch längere Reifezeit.
- ✓ Erhalt regionaler Biodiversität: Förderung der Artenvielfalt, Vielfalt von Ökosystemen und genetischer Vielfalt, durch Rücksichtnahme der Landwirtinnen und Landwirte auf das Zusammenspiel dieser Bereiche.
- ✓ Wochenmärkte z.B. bieten Transparenz in Bezug auf die Herkunft der Produkte.
- ✓ Weniger Verpackungsmüll, weil regionale Anbieterinnen und Anbieter aufgrund kürzerer Transportwege auf aufwändiges Verpacken der Lebensmittel verzichten können.

**Und wie wäre es mit selbst einkochen?**



# Torffreie Blumenerde wählen

Wer torffreie Blumenerde verwendet, schützt das Klima. Durch den Torfabbau werden ökologisch wertvolle Lebensräume zerstört. Mit einer Umstellung auf torffreie Pflanzen- und Blumenerde könnten in Deutschland jedes Jahr mindestens 400.000 t CO<sub>2</sub> eingespart werden (Quelle: Thünen-Institut 2021).

# Kosmetik geht auch nachhaltig

In der EU wurde 2023 ein Verbot für Mikroplastik (feste Teilchen, die kleiner als 5 Millimeter sind) in Kosmetika, Farben, Medikamenten und Einstreumaterial von Kunstrasenplätzen beschlossen, allerdings betragen die Übergangsfristen bis zu zwölf Jahre. In Kläranlagen kann Mikroplastik nicht vollständig herausgefiltert werden und verschmutzt somit neben anderen Plastikabfällen die Meere. Wer seine Kosmetik selbst macht, kann Plastik reduzieren und Rohstoffe verwenden, die nicht schädlich für die Umwelt sind. Inzwischen gibt es aber auch eine große Anzahl von Produkten, wie Shampoos, Deocremes oder Seifen in fester Form. Das spart jede Menge Plastikabfall. Durch einfaches Scannen des Strichcodes vom entsprechenden Kosmetikartikel helfen Schadstoff-Apps, wie z.B. ToxFox vom BUND, dabei, Inhaltsstoffe kritisch zu prüfen.



# Umweltfreundlich putzen

- ✓ Wenige Reinigungsmittel (Allzweckreiniger, Spülmittel, Badreiniger und Scheuermilch reichen völlig aus) verwenden und diese sparsam dosieren.
- ✓ Keine ätzenden, umweltgefährdenden WC- oder Rohrreiniger verwenden (auf Gefahrensymbole achten).
- ✓ Auf Duftsteine für das WC verzichten, sie besitzen keine Reinigungswirkung.
- ✓ Weichspüler ist überflüssig.
- ✓ Alternativen wie Gallseife, Soda, Backpulver, Essig oder Zitronensäure nutzen.
- ✓ Nachfüllsysteme oder Recyclingflaschen kaufen.
- ✓ Entscheiden Sie sich für wiederverwendbare, waschbare Reinigungstücher.
- ✓ Achten Sie beim Kauf von Reinigern auf den Blauen Engel oder das Europäische Umweltzeichen „EU Ecolabel“.



# Fast Fashion vermeiden

- ✓ Achten Sie beim Kauf von Textilien auf Siegel, die Umwelt- und Sozialstandards garantieren.
- ✓ Tragen Sie Ihre Kleidung möglichst lange.
- ✓ Leihen Sie sich Kleidungsstücke für einmalige Anlässe.
- ✓ Kaufen Sie Second Hand - Kleidung.
- ✓ Machen Sie nicht jeden Modetrend mit.
- ✓ Geben Sie ungenutzte Kleidung weiter.



# Umweltbehauptungen kritisch hinterfragen

Das Verbreiten von Informationen, die zum Ziel haben, einem Unternehmen ein umweltfreundliches Image zu verleihen, ohne dass eine unabhängige Prüfung auf Nachhaltigkeit stattgefunden hat, bezeichnet man als Greenwashing. Biokunststoffe z.B., die vielfach beworben werden, sind keineswegs umweltfreundlicher als herkömmliche Kunststoffe. Biokunststoff-Verpackungen dürfen nicht in die Biotonne, sie gehören in den Restabfall. Das gilt auch für angeblich kompostierbare Bioabfallbeutel. „Klimaneutral produziert“, ein Begriff, den man auf vielen Produkten findet, soll suggerieren, dass die Herstellung ohne Emissionen stattfindet, bedeutet aber oft nur, dass die Treibhausgase, die bei der Herstellung entstehen, durch Ausgleichsprojekte kompensiert werden. Verbraucherinnen und Verbraucher sollten also, wenn mit Nachhaltigkeit geworben wird, genau hinschauen und sich von den Werbeversprechen nicht täuschen lassen.



## Es muss nicht immer alles Neu sein

- ✓ Gebrauchsgegenstände, die nur selten genutzt werden, ausleihen statt kaufen.
- ✓ Second Hand - Angebote nutzen.
- ✓ Upcyclen - Aus Alt mach Neu.
- ✓ Produkte möglichst lange nutzen.
- ✓ Beim Kauf von Elektro- und Elektronikgeräten auf Verfügbarkeit von Ersatzteilen und Reparaturmöglichkeiten achten.
- ✓ Reparaturcafés nutzen. Verteilt im gesamten Landkreis Stade bieten ehrenamtliche Initiativen die Reparatur von Elektrogeräten an. Die Reparaturangebote der Reparaturcafés oder Reparaturtreffs sind ganz unterschiedlich. Einen Flyer mit detaillierten Informationen hält die Abfallberatung für Sie bereit. [Repair-Café Flyer](#)

## Abfälle einsparen

Kaufen Sie weniger ein, entscheiden Sie sich für recycelbare Alternativen und verzichten Sie auf Wegwerfprodukte. Eine korrekte Trennung von Abfällen erleichtert das Recycling von wiederverwertbaren Rohstoffen. Wertvolle Ressourcen werden eingespart.

**Wichtig!** Entsorgen Sie keine Abfälle - auch keine Gartenabfälle - in der Natur. Das sogenannte Littering ist besonders umweltschädlich.



Pitopia, Volker Schlichting

## Abfälle sorgfältig trennen

Durch eine gute Abfalltrennung und Vermeidung von Fehlwürfen können Wertstoffe zurückgewonnen werden und stehen so auch nachfolgenden Generationen zur Verfügung. Fragen zur Abfalltrennung beantwortet Ihnen die Abfallberatung.





## „Plastic Planet“

ist ein Kinodokumentarfilm von Regisseur Werner Boote. Er stellt dar, wie allgegenwärtig Plastik geworden ist und wie Kunststoffabfälle bis in die entlegensten Gebiete der Erde verteilt werden.

## Nachhaltiger Stadt-Streifzug in Stade

Die Abfallberatung des Landkreises Stade lädt zusammen mit der BUND - Kreisgruppe Stade an vier Terminen im Jahr zu einem ca. zweistündigen nachhaltigen Stadt-Streifzug durch die Stader Altstadt ein. Bei einem Spaziergang lernen interessierte Verbraucherinnen und Verbraucher Einrichtungen kennen, die unterschiedliche Wege zum nachhaltigen Wirtschaften für sich gefunden haben und als lokale Vorbilder gegen den Plastik- und Konsumwahnsinn gesehen werden können. Die Teilnahme ist kostenlos. Termine können bei der Abfallberatung erfragt werden.

Zum Weiterlesen:

[17 Ziele für Nachhaltige Entwicklung](#) (Ziele für Nachhaltige Entwicklung-Agenda 2030 der UN)

[Ideensammlung Handabdruck](#) (GERMANWATCH Finde deinen Hebel für Veränderung)

Weitere Informationen zu diesen und anderen interessanten Themen finden Sie auch auf der Internetseite unter [landkreis-stade.de](http://landkreis-stade.de)



Herausgeber:  
Landkreis Stade  
Abfall und Kreislaufwirtschaft  
Abfallberatung  
Am Sande 2  
21682 Stade

März 2024