



Stiftung für die Rechte zukünftiger Generationen

Generationengerechtigkeit im Alltag

Tipps und Tricks



Generationengerechtigkeit.

Was bedeutet das eigentlich für Dich und was kannst Du persönlich dafür tun?

Um das Thema verständlich und alltagstauglich zu machen, haben wir hier einige **Vorschläge** zusammengefasst, **wie auch Du einen Beitrag zu einer generationengerechten Welt leisten kannst.**

Informieren und Umdenken!	Seite 2
Aktiv werden!	Seite 3
Konsum ändern!	Seite 4
Generationengerechte Ernährung	Seite 7
Verkehr & Transport	Seite 10
Plastikverbrauch senken	Seite 11
Kleidung nachhaltig kaufen	Seite 12
Ressourcen schonen	Seite 14
Konsum-Checkliste	Seite 16



Generationengerechtigkeit
im Alltag ist nicht schwer!

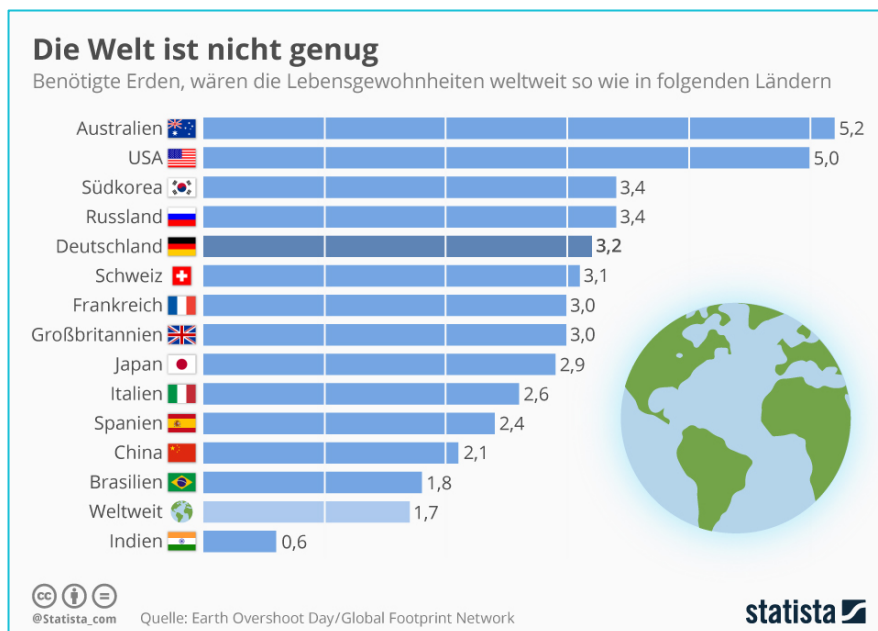
INFORMIERE DICH UND DENKE UM!

„Auch der weiteste Weg beginnt mit einem ersten Schritt“, lehrte schon Konfuzius.

Herzlichen Glückwunsch! Diesen ersten Schritt bist Du bereits gegangen, denn Du machst Dir Gedanken, wie Du Dein Handeln verändern kannst, um nicht auf Kosten zukünftiger Generationen zu leben.

Auch die folgenden Gedanken sind gute Voraussetzungen, um Deinen Alltag generationengerechter zu gestalten:

- **Informiere Dich!** Sich mit dem aktuellen Geschehen in der Welt auseinanderzusetzen ist eine gute Grundlage, um Dinge zum Positiven verändern zu können.
- **Sei kritisch!** Statt Meinungen der Medien oder Deines Umfelds zu übernehmen, hinterfrage sie zuerst. Auch was als „normal“ gilt, muss für Dich nicht richtig und erwünscht sein.
- **Erkenne Deine eigenen Denkmuster und habe Mut zu Veränderungen!** Viele Vorschläge für nachhaltigeres und generationengerechteres Leben sind Dir bestimmt schon bekannt. Beantworte ehrlich für Dich selbst, welche Du noch nicht umsetzt und warum.
- **Beobachte Dein Kaufverhalten!** Achtest Du mehr auf den Preis oder auf den Inhalt? Gibt es Dinge, die Du nur aus Gewohnheit oder Bequemlichkeit kaufst? Worauf könntest Du auch verzichten? Mehr dazu findest Du im Abschnitt „Konsum verändern“.



1,7 Erden bräuchte die Weltbevölkerung derzeit, um ihren Ressourcenbedarf zu decken. Deutschland bräuchte 3,2 Erden.

EMPÖRE DICH UND WERDE AKTIV!

Nur die Politik kann etwas verändern? Falsch! Auch Du kannst Wissen verbreiten, Politiker*innen gemeinsam mit anderen zum Handeln auffordern und dadurch gehört werden. „Eine Mücke kann gegen ein Nashorn nichts ausrichten, aber tausend Mücken können bewirken, dass das Nashorn einen anderen Weg einschlägt“ sagte auch der damals neunjährige Gründer¹ einer weltweiten Jugendinitiative.

So kannst Du Dich politisch beteiligen:

- **Teile Informationen!** Wenn du Artikel zu wichtigen Themen in sozialen Netzwerken liest, dann mache deine Freunde darauf aufmerksam!
- **Geh wählen!** Dein politisches Grundrecht zu nutzen ist eine wichtige Grundlage der Demokratie und Interessenvertretung aller Altersgruppen. Nichtwählen zeigt keinesfalls Protest, sondern fördert nur die Klientelpolitik für diejenigen, die ihre Stimme abgeben.
- **Protestiere online!** Petitionen zu starten oder zu unterschreiben bietet eine einfache Möglichkeit, Unterstützer*innen für dein Ziel zu finden und öffentliche Aufmerksamkeit darauf zu lenken.
- **Beeinflusse die Politik direkt!** Wünschst Du Dir mehr Grünflächen oder bessere Busverbindungen in Deiner Stadt? Schreibe dem Bürgermeister oder lokalen Politiker*innen und schlage ihnen vor, was sie verändern können!
- **Werde laut!** Als Mitglied in einer Partei, Organisation oder Gewerkschaft findest du viele Mitstreiter*innen mit gleichem Interesse und bist außerdem Teil einer öffentlich wirksamen Gruppe.
- **Engagiere Dich!** Egal ob einmalig oder langfristig, ob Organisationstalent oder Tierfreund*in – auch für Dich gibt es passende Möglichkeiten, genau dort zu helfen, wo Deine Fähigkeiten und Interessen gefragt sind. Du findest sie zum Beispiel auf www.ehrenamtssuche.de
- **Fördere Projekte!** Geld zu spenden ist die schnellste und einfachste Möglichkeit, Deine Interessenvertretungen zu unterstützen. Viele Organisationen bieten die Möglichkeit, bestimmte Projekte oder Teilbereiche ihrer Arbeit mit Spenden zu fördern.
- **Organisiere ein eigenes Projekt!** Du hast eine konkrete Idee, wie man sich für eine Sache einsetzen kann? Das, was du tun willst, gibt es bisher nirgends? Ergreife die Initiative und beginne selbst damit. Du kannst Dich an passende Ansprechpartner wie Organisationen in deiner Nähe wenden, die Dich vielleicht in Deinem Vorhaben unterstützen.

¹ Felix Finkbeiner gründete mit nur neun Jahren die Jugendinitiative Plant-for-the-Planet, durch welche bis heute weltweit 15 Milliarden Bäume von Kindern gepflanzt wurden, um dem Klimawandel aktiv entgegenzutreten.

VERÄNDERE DEINEN KONSUM!

Neben politischer Beteiligung haben auch Deine Kaufentscheidungen viel Einfluss auf Generationengerechtigkeit, ohne dass Du dafür mehr Zeit aufwenden musst.

Denn der Markt steigt und fällt mit der Nachfrage – werden mehr Produkte verkauft, die mit Generationengerechtigkeit vereinbar sind, entsteht ein besseres Angebot in diesem Bereich. Umso leichter fällt es anderen, Deinem Beispiel zu folgen, und umso „massentauglicher“ wird generationengerechter Konsum.

Mache Dir bewusst: Mit jedem Kauf unterstützt Du irgendetwas und irgendwen.

Ein Beispiel:

Du gehst in den Supermarkt und hast die Wahl zwischen einer

1) **fair gehandelten-Bio-Banane**

und 2) **einer günstigeren Banane**



Wohin fließt Dein Geld?

In jedem Fall finanzierst Du Einzelhandel, Werbung und Transportkosten.

Im Anbau bestehen die Unterschiede:

Ökologisch betrachtet förderst Du

1) den längeren Erhalt der Bodenfruchtbarkeit oder 2) die schnellere Abholzung neuer Regenwaldflächen. Im sozialen Bereich wird es noch kritischer: Du unterstützt entweder 1) bessere Arbeitsbedingungen, höhere Bezahlung und längerfristige Perspektiven für Kleinbauern, sodass sie z.B. genug Geld haben, um ihre Kinder zur Schule zu schicken...

ODER

2) Unterbezahlung, gesundheitliche Probleme durch Kontakt mit Pestiziden und mangelhafte Arbeiterrechte bis hin zur Ausbeutung.

Diese Unterschiede machen etwa **60 Cent** pro Kilo Bananen aus.

Es ist Deine Entscheidung.

Vielleicht fragst Du Dich jetzt: Hat das nicht eher etwas mit Nachhaltigkeit zu tun?

SOPHIE ERKLÄRT DIR, WIE GENERATIONENGERECHTIGKEIT & NACHHALTIGKEIT ZUSAMMENHÄNGEN:



Generationengerechtigkeit...

ist erreicht, wenn die Chancen der nächsten Generation auf Erfüllung ihrer eigenen Bedürfnisse mindestens so groß sind wie die der heutigen Generation.

Nachhaltigkeit bzw. nachhaltige Entwicklung...

ist eine Entwicklung, die den Bedürfnissen der heutigen Generation entspricht, ohne die Möglichkeiten künftiger Generationen zu gefährden, ihre eigenen Bedürfnisse zu erfüllen.

Beide Ansätze betrachten ökologische, volkswirtschaftliche sowie soziale und kulturelle Aspekte. Auf den ersten Blick wirken die Definitionen gleich: Sie fordern den Erhalt der Möglichkeit, die Bedürfnisse nachfolgender Generationen zu erfüllen. Nachhaltigkeit ist aber ein Überbegriff, der sowohl (Inter-)Generationengerechtigkeit, den zukunftsorientierten Teilbereich, als auch Gerechtigkeit innerhalb der aktuellen Generation umfasst. Es sollen die Bedürfnisse aller Menschen erfüllt sein, aktuell und zukünftig. Man muss zum Verständnis zwischen Bedürfnissen und Wünschen unterscheiden: Grundbedürfnisse (Nahrung, Gesundheit, soziale Beziehungen...) sind für jeden gleich, Wünsche sind verschieden wie die Menschen selbst. In wohlhabenden Ländern wie Deutschland erfüllen wir durch Konsum größtenteils Wünsche.

Generationengerecht handeln kann also bedeuten: Verändere Deinen eigenen Konsum. Das Nachhaltigkeitsziel ist die Erfüllung der Bedürfnisse, nicht der persönlichen Wünsche auf Kosten anderer Menschen. Generationengerecht wäre sogar der Verzicht auf bestimmte Dinge, um deren Erhalt für die Zukunft zu sichern.

Generationengerecht handeln kann also bedeuten: Verändere Deinen eigenen Konsum und verzichte auf bestimmte Dinge, um deren Erhalt für die Zukunft zu sichern.

Denn leider läuft einiges schief:

- Ökologische **Ressourcen** werden aufgebraucht
- **Globale Ernährungs- und Gesundheitsprobleme** durch Bodenzerstörung, Bienensterben, Antibiotikaresistenzen, Müll in den Meeren etc. verschlimmern sich
- Es gibt **Chancenungleichheit und soziale Probleme** wie das Wachsen der Arm-Reich-Schere und Wohlstand auf Kosten ärmerer Länder

Was kannst Du als einzelner Mensch tun?

- **Umweltfreundlicher einkaufen**
- **Auf die Herstellungsbedingungen der Produkte achten**
- **Konsum reduzieren:** Recyceln, reparieren, teilen, verschenken, Gebrauchtes kaufen

SOPHIES TIPPS FÜR BEWUSSTERES EINKAUFEN:



1) Kaufe nur bei Bedarf: Frage Dich: Brauchst Du das wirklich? Wie lange freust Du Dich darüber? Schadest Du der Umwelt oder anderen Menschen damit? Gibt es gerechtere Alternativen? Gute Anhaltspunkte bietet auch der Konsum-Check der Jugendinitiative wir-ernten-was-wir-säen.

2) Achte auf Qualität statt Quantität! Besonders bei stark beanspruchten Gebrauchsgegenständen wie z.B. Rucksäcken, Funktionskleidung oder Küchenmessern lohnt es sich immer, einmal mehr zu investieren und dafür langlebige und hochwertige Produkte zu bekommen. Für viele Bereiche gibt es außerdem regionale Unternehmen mit langer Qualitätsgarantie statt Billigware aus fragwürdigen Herstellungsbedingungen.

3) Kaufe lokal statt online! Das fördert positive Konkurrenz, den Erhalt von Arbeitsplätzen vor Ort und gibt Großkonzernen weniger Macht.

- **Plane Einkäufe und kaufe nur so viel, wie Du verbrauchen kannst**
- **Lagere die Lebensmittel richtig ²**
- **Friere Reste ein oder verarbeite sie weiter**, z.B. durch Einkochen
- **Gib zu viel gekauftes Essen an andere weiter** (z.B. über Foodsharing)
- **Vertraue nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums auf Deine Sinne:** Teste Geruch, Aussehen und Geschmack, statt das Produkt sofort wegzuerwerfen
- **Kaufe Produkte in Bio-Qualität**, auch Tierprodukte
- **Unterstütze beim Honigkauf einen lokalen Imker mit artgerechter Bienenhaltung**
- **Iss Fisch und Meeresfrüchte nur selten und aus nachhaltiger Fischerei** (siehe: Siegel)
- **Bestelle Bio-Kisten:** Das geht auf vielen lokalen Märkten oder z.B. online vom nächsten Bauernhof ^{3,4,5}
- **Kaufe beim Bauernhof ein und informiere Dich über die Tierhaltung und – Verarbeitung**
- **Iss öfter vegetarisch und vegan**, probiere neue Rezepte
- **Informiere Dich über regionale und saisonale Lebensmittel**
- **Frage in Restaurants nach**, woher die Lebensmittel stammen und ob sie nachhaltig produziert wurden (z.B. Fisch und Fleisch)
- **Werde Teil einer solidarischen Landwirtschaft ⁶:** Die teilnehmenden Landwirte bauen ihr Obst und Gemüse direkt für Personen an, die dafür einen festen Monatsbetrag zahlen. Das bietet einerseits Planungssicherheit und Unabhängigkeit vom Markt für den Landwirt, andererseits gesunde, frische Bio-Lebensmittel und Transparenz für Dich.

² <https://foodsharing.de/ratgeber>

³ <https://biokisten.org/>

⁴ <http://www.oekokiste.de/>

⁵ gerettetes Gemüse : <https://etepetete-bio.de/>

⁶ <https://www.solidarische-landwirtschaft.org/startseite/>

BIO

In der ökologischen Landwirtschaft werden keine chemischen Pflanzenschutzmittel und Dünger verwendet, die dem Boden, Insekten, Arbeitern und Konsumenten schaden. Stattdessen ist das Ziel, in Abstimmung an den Naturkreislauf anzubauen: Durch intelligente Fruchtfolgen wird die Bodenfruchtbarkeit erhalten und das Ausbreiten von Schädlingen und Unkraut natürlich eingedämmt. Tendenziell gibt es auch weniger große Monokulturen als in der konventionellen Landwirtschaft, die den Nährstoffgehalt im Boden negativ beeinflussen. Naturbelassene Streuobstwiesen oder Wildpflanzen am Ackerrand bieten Insekten Lebensraum. (siehe: Bienen und andere Insekten schützen)



REGIONAL & SAISONAL

Frische Erdbeeren aus Marokko im Dezember? Was hier vielleicht absurd erscheint, ist bei anderen, exotischen Lebensmitteln normal: Wir essen Produkte, die um die Welt gereist sind. Dabei gibt es zu jeder Jahreszeit auch heimisches Obst und Gemüse, das im Freien oder in unbeheizten Gewächshäusern angebaut werden kann. Es wird weniger Energie und Wasser verbraucht, die Transportwege sind kürzer. Nebenbei kannst Du neue Gemüsesorten entdecken, mit denen Du vielleicht noch nie gekocht hast. **Saisonkalender**⁷ der Region findet man online.

TIERPRODUKTE REDUZIEREN

Um Fleisch zu produzieren, wird sehr viel proteinreiches Getreide als Futter benötigt. Die darin enthaltene Energie, mit der man Menschen ebenso gut direkt ernähren könnte, geht bei der „Umwandlung“ in Fleisch zu 89 bis 97 % verloren. Deshalb müssen große Flächen für den Anbau der Futtermittel abgeholzt werden – oft im südamerikanischen Regenwald. Das bedeutet: Je mehr die Weltbevölkerung wächst, desto weniger Menschen können bei gleichbleibendem Fleischkonsum ernährt werden⁸. Berechnet man den Flächenbedarf zur Erzeugung tierischer Produkte in Deutschland, so sind das etwa 27 m²/kg für Rindfleisch, 8,9 m²/kg für Schweinefleisch und 8,1 m²/kg für Geflügelfleisch, aber nur 1,42 m²/kg für Weizen und 0,25 m²/kg für Kartoffeln.⁹

In der Massentierhaltung ist außerdem präventiver Antibiotikaeinsatz üblich, was die Entstehung resistenter Keime fördert und in Zukunft dazu führt, dass Infektionen nicht mehr behandelbar und somit gefährlich für den Menschen werden. Auch in Milchprodukten und Eiern sind Antibiotikarückstände nachweisbar. Zur Produktion dieser Nahrungsmittel wird ebenfalls viel mehr Energie verbraucht, als im Endprodukt enthalten ist. Durch den Kauf von Bio-Produkten fördert man etwas tierfreundlichere Haltung, den Verzicht auf Antibiotika und den weniger umweltschädlichen Anbau der Futtermittel.

⁷ <https://www.regional-saisonal.de/saisonkalender>

⁸ Prozentual gesehen

⁹ <http://www.wwf.de/themen-projekte/landwirtschaft/ernaehrung-konsum/fleisch/der-appetit-auf-fleisch-und-seine-folgen/>

FISCH & MEERESFRÜCHTE MEIDEN

Seit Beginn der industriellen Fischerei in den 1950er Jahren verschwinden die globalen Fischbestände. In Europa gilt bereits die Hälfte aller Arten als überfischt. Grund dafür sind der wachsende Fischverzehr und neue Fischereitechniken, die deshalb angewandt werden. Mit kilometerlangen Netzen, die über den Meeresgrund gezogen werden, fischt man die Meere wortwörtlich leer. Ökosysteme wie Korallen werden dabei zerstört; unerwünschte Tiere wie Jungfische, Schildkröten und Haie verfangen sich in den Netzen und werden dann tot zurück ins Meer geworfen – dieser sogenannte Beifang macht durchschnittlich ein Drittel des Fangs aus, aber z.B. bei der Seespinne sogar über 80 %. Meeres- und artenschonend gefangener Fisch wird mit dem MSC-Siegel ausgezeichnet. (siehe: Siegel)



LEBENSMITTEL RETTEN

Ein Drittel aller weltweit produzierten Lebensmittel landet in der Mülltonne und trägt somit zu übermäßigem Energie-, Flächen- und Wasserverbrauch bei. In Privathaushalten gibt es dafür zwei Hauptursachen: Das Zu-viel-kaufen verderblicher Waren und das pauschale Wegwerfen nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums (MHD). Im Gegensatz zum Verbrauchsdatum, das zum Beispiel auf Frischfleisch angegeben ist, handelt es sich beim MHD um keine Verzehrempfehlung, sondern nur um eine verpflichtende Herstellergarantie, die bewusst kurz gehalten wird, um nicht für spätere Mängel haften zu müssen. Greenpeace hat in einem Langzeittest¹⁰ die Haltbarkeit verschiedener Produkte überprüft¹¹ und stellte fest: Fast alles ist noch lange nach Ablauf des MHD genießbar!

BIENEN UND ANDERE INSEKTEN SCHÜTZEN

Unsere Ernährung ist von Bienen und anderen Insekten abhängig - denn drei Viertel der angebauten Nahrungsmittel werden von ihnen bestäubt. Doch die Zahl der Insekten in Deutschland ist in den letzten Jahrzehnten um 75 % gesunken. Auch die industrielle Honigproduktion spielt dabei eine Rolle, denn die Hochzüchtung bestimmter, unnatürlicher Eigenschaften und schlechte Ersatznahrung für Bienen (die den Honig zur eigenen Versorgung produzieren) macht sie anfällig für Krankheiten. Billiger Honig ist größtenteils aus dem nichteuropäischen Ausland importiert. Für kleine Imkereien, die auf das Bienenwohl achten, lohnt sich der Honigverkauf dadurch weniger.



Wildbienen, die kaum Honig produzieren, bestäuben Pflanzen am effektivsten. Doch Monokulturen verdrängen die Wildbienen, da der natürliche Nistraum fehlt und nur kurz Nahrung geboten wird, wenn die jeweilige Pflanze blüht. Die vielen Pestizide schaden den Bienen zusätzlich. Deshalb gilt auch hier: Bio kaufen schützt die Umwelt! Wer einen Balkon oder Garten hat, kann außerdem heimische Pflanzen als Nahrungsquelle für Bienen anbauen oder ein Stück Wiese als Insekten-Lebensraum verwildern lassen.

¹⁰ https://secured-static.greenpeace.org/austria/Global/austria/fotos/Presse/170209_Greenpeace_FactSheet_MHD-Langzeittest.pdf

¹¹ https://secured-static.greenpeace.org/austria/Global/austria/fotos/Presse/Greenpeace_MHD-Test-Ergebnisse_Okt%202017%20-%20%20Monate.pdf

Verkehr und Transport

- **Bevorzuge öffentliche Verkehrsmittel**
- **Fahre bei schönem Wetter Fahrrad oder geh zu Fuß**, denn 50 % aller Autofahrten sind kürzer als 6km
- **Biete oder nutze Mitfahrgelegenheiten**
- **Bilde für regelmäßige Strecken Fahrgemeinschaften**
- **Verzichte auf Inlandsflüge und unnötige Autofahrten**
- **Kompensiere Deine Flüge** (z.B. bei atmosfair, climatepartner, myclimate)



Egal ob Auto, Bus oder Bahn: Jedes Verkehrsmittel produziert das Treibhausgas CO₂, das den Klimawandel mitverursacht. Insgesamt ein Viertel des menschengemachten CO₂ ist auf den Verkehr zurückzuführen. Flugzeuge stoßen dabei pro Kilometer 2,5-mal so viel aus wie ein durchschnittliches Auto und bis zu 10mal so viel wie die Bahn.¹² Zum Vergleich: Jeder Mensch dürfte jährlich 2.300 kg CO₂ produzieren, um klimaverträglich zu leben. Ein Jahr lang Autofahren (Mittelklasse, 12.000km) verbraucht bereits 2.000 kg dieses Budgets. Mit einem einzigen Flug nach Thailand ist dieselbe Menge erreicht – Rückflug nicht mitgerechnet.



FLÜGE KOMPENSIEREN, WIE FUNKTIONIERT DAS?



Wer trotz Umweltbewusstsein nicht auf's Fliegen verzichten will, kann Geld für Ausgleichsprojekte spenden. Je nach Höhe der CO₂-Emissionen bezahlt man den Betrag, der benötigt wird, um die gleiche Menge Treibhausgas an anderer Stelle einzusparen. Das geschieht z.B. Durch den Ausbau erneuerbarer Energien in Entwicklungsländern oder Waldaufforstung in trockenen Gegenden. Die unterstützten Projekte kann man selbst auswählen. Doch die Kompensations-Plattform Atmosfair warnt selbst davor, deshalb mit gutem Gewissen zu fliegen: „Kompensation kann das Klimaproblem nicht lösen, weil sie nichts an den eigentlichen CO₂-Quellen ändert.“

¹² Die Zahl bezieht sich jeweils auf den einzelnen Fluggast.

Plastikverbrauch senken

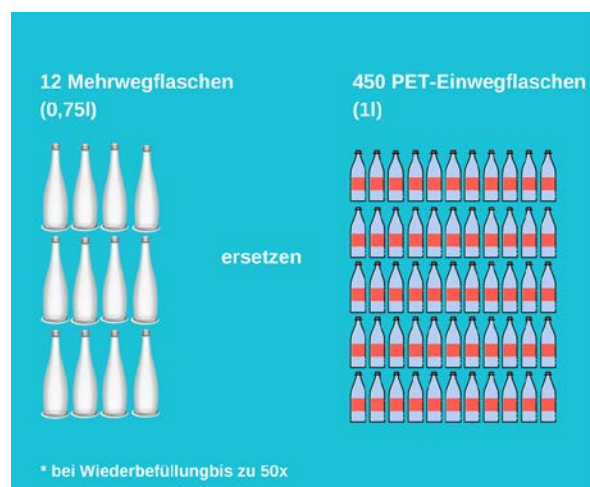
- Gehe mit dem Rucksack oder Stoffbeuteln einkaufen
- Kaufe möglichst wenig mit Verpackungen ¹³
- Meide Einweg-Produkte (Kaffeebecher, Plastikgabeln) und kurzlebige Billigprodukte)
- Bevorzuge Getränke in Mehrwegflaschen
- Nimm eine wiederverwendbare Trinkflasche zur Arbeit/Uni/Schule etc. mit
- Suche Produktalternativen aus umweltfreundlichen Materialien (siehe auch: Kleidung nachhaltig kaufen)
- Benutze Kosmetik ohne Mikroplastik ¹⁴



Eigene Darstellung, Quelle: BMUB.

Schwimmende Müllinseln, davon eine so groß wie Mitteleuropa, qualvoll verendete Tiere und Mikroplastik in Speisefisch sind die Folgen, die wir nachfolgenden Generationen hinterlassen. Trotzdem wird die durchschnittliche Plastiktüte nur 25 Minuten genutzt, bevor man sie entsorgt.

Kunststoffe sind überall präsent und günstig. Selbst Gemüse findet man in Plastik eingeschweißt im Supermarkt. **Jeder Deutsche verursacht so 37 Kilo Plastikmüll pro Jahr.** Gleichzeitig enden **sieben Millionen Tonnen weltweit im Meer - und bleiben Jahrhunderte dort**, bis sie sich zersetzen. Gründe sind direkte Müllentsorgung, das Waschen synthetischer Kleidung (siehe: Kleidung) oder Mikroplastik in Kosmetikprodukten.



Eigene Darstellung, Quelle: BMUB.

¹³ <https://utopia.de/ratgeber/verpackungsfreier-supermarkt/>

¹⁴ <https://www.greenpeace.de/sites/www.greenpeace.de/files/publications/20170502-greenpeace-kurzinfo-plastik-kosmetik.pdf>

Kleidung nachhaltig kaufen

- **Repariere Kleidung:** Nähe Knöpfe an, stopfe Löcher
- **Veranstalte mit Freund*innen eine Kleidertausch-Party**
- **Spende statt wegzuwerfen** - Kleidertonnen mit dem „FairWertung“-Siegel stammen direkt von gemeinnützigen Organisationen und arbeiten ohne eigenen Gewinn¹⁵
- **Sortiere Kleidung aus und verkaufe sie in Second-Hand-Shops** (auch online möglich)
- **Kaufe selbst in Second-Hand-Shops ein**
- **Miete Kleidung!** Das ist auch online möglich, z.B. für Babysachen
- **Meide synthetische Kleidung**
- **Verwende einen Mikroplastik-Filter für Wäsche**
- **Achte beim Kauf auf Fair- und Umweltsiegel** (siehe: Erklärung einiger Qualitätssiegel)

Auch Kleidung enthält oft Plastik z.B. Fleecepullis, Nylonstrumpfhosen und wasserdichte Jacken. In fast jeder Baumwollkleidung sind dehnbare Anteile eingearbeitet, die aus der Plastikfaser Elasthan bestehen.

Wäscht man synthetische Kleidung, gelangen Mikrofasern ins Meer. Für Vieles gibt es aber Alternativen aus Naturmaterialien: dazu zählen reine (Bio-)Baumwolle oder sogar in Europa produzierte Stoffe aus Hanf, Leinen und Wolle (aus tiergerechter Schafzucht).

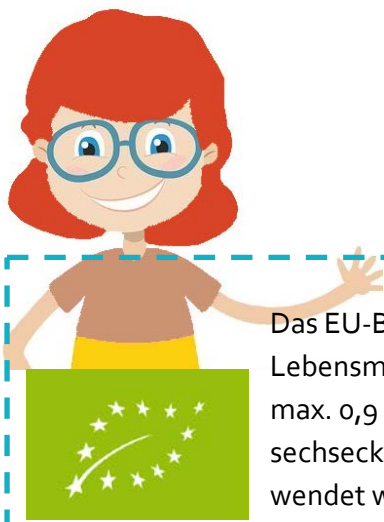
Ein weiterer Vorteil: sie sind pflegeleichter und man schwitzt darin weniger als in Plastikfasern.

Genauer betrachten sollte man auch die Herstellungsbedingungen der Kleidung. Normalerweise wird sie in asiatischen Ländern günstig genäht und gefärbt, egal zu welchem Preis sie hier verkauft wird. Dort gibt es kaum Arbeiterrechte wie einen gerechten Mindestlohn, Urlaubsansprüche oder das Recht, Gewerkschaften zu bilden. In Kontrollen hielten sich außerdem zwei Drittel der Fabriken nicht an die Umweltstandards.

Einige Marken produzieren fair und zeichnen ihre Kleidung dementsprechend aus.

In jedem Fall gilt: Je weniger produziert wird, desto besser ist das für Menschen und Umwelt, weil so an Wasser, Energie und Chemikalien gespart wird.

¹⁵ <http://altkleiderspenden.de/standortsuche/index.html>



ERKLÄRUNG EINIGER QUALITÄTSSIEGEL:

Das EU-Bio-Siegel¹⁶ ist verpflichtend für alle in der EU erzeugte Bio-Lebensmittel, die zu mind. 95 % aus ökologischem Anbau stammen und max. 0,9 % genetisch verändertes Material enthalten. Zusätzlich kann das sechseckige deutsche Bio-Siegel mit den gleichen Kriterien freiwillig verwendet werden. Einige Bio-Siegel wie Demeter, Naturland und Bioland stellen deutlich höhere Anforderungen.



Fairtrade¹⁷: Das wohl bekannteste Siegel für faire Produktion stellt soziale, ökologische und ökonomische Kriterien auf, die unabhängig kontrolliert werden. Mindestpreise und Prämien für Gemeinschaftsprojekte sowie direktere Handelsbeziehungen helfen Kleinbauern und Beschäftigten und geben ihnen wirtschaftliche Stabilität.



GOTS¹⁸ ist ein Siegel, das Textilien von der Herstellung bis zum Vertrieb entlang der gesamten supply chain ökologische und soziale Kriterien voraussetzt. GOTS Produkte müssen aus mind. 70% Bio-Naturfaser-Anteil bestehen, ebenso wird auf sichere Arbeitsplätze, dem Verbot von Kinderarbeit und einer Begrenzung der Arbeitszeit pro Tag überprüft, um zertifiziert zu sein.



MSC¹⁹: Das *Marine Stewardship Council*-Siegel wurde vom WWF entwickelt und garantiert nachhaltige Fischerei in den Meeren.



FSC²⁰: Das *Forest Stewardship Council*-Siegel bildet das Holzwirtschafts-Pendant zum MSC für eine verantwortungsvolle Waldnutzung und den Erhalt der Wälder als Ökosysteme.



Der blaue Engel²¹: Das weltweit erste Umweltsiegel wird vom Bundesumweltministerium vergeben. Die Standards unterscheiden sich je nach Produktkategorie. Es kennzeichnet Produkte, die innerhalb derselben Kategorie umweltfreundlicher als andere sind.

Auf <https://label-online.de/> findest Du Infos zu sämtlichen Gütesiegeln und weiteren Labels mit Bewertung nach Anspruch, Unabhängigkeit, Kontrolle und Transparenz.

¹⁶ <https://www.oekolandbau.de/bio-siegel/>

¹⁷ <https://www.fairtrade-deutschland.de/>

¹⁸ <http://www.global-standard.org/de/public-database.html>

¹⁹ <https://20.msc.org/de>

²⁰ <http://www.fsc-deutschland.de/de-de>

²¹ <https://www.blauer-engel.de/>

Einige weitere Tipps, wie Du Ressourcen schonst, Energie, Wasser und CO₂ einsparst:

- **Wechsle zu „grünem“ Strom²²** – er ist kaum teurer als „normaler“ Strom der Stadtwerke und stammt zu 100 % aus nachhaltigen Quellen²³. Damit wird der Ausbau erneuerbarer Energien gefördert. Es ist die effektivste Möglichkeit, privat CO₂ zu sparen!
- **Drehe die Heizung ein Grad kälter und den Kühlschrank ein Grad wärmer.** Der kleine Unterschied spart bereits bis zu 10 % Energie ein.
- **Benutze eine Steckdosenleiste mit Ausschalter**, um Strom zu sparen
- **Schalte das Licht aus, wenn es nicht gebraucht wird**
- **Ersetze Glühbirnen durch LEDs oder Energiesparlampen**
- **Verwende umweltfreundliche Wasch- und Putzmittel.** Chemikalien, die schlecht biologisch abbaubar und gesundheitsschädlich sind, enden sonst in Flüssen und Meeren, wo sie langfristige Schäden bei Tieren und Pflanzen anrichten.
- **Lass Wäsche lufttrocknen**
- **Recycle Plastik und Elektrogeräte**
- **(Ver-)Leihe oder miete:** Hammer, Bohrmaschine und Waffeleisen verbringen die meiste Zeit ungenutzt im Schrank. Damit sie nicht jeder Haushalt kaufen muss, gibt es im Internet spezielle Verleihportale und Facebook-Gruppen dafür. Manche Baumärkte verleihen Werkzeug. Oder klebe einfach ein Schild an die Tür oder den Briefkasten, welche Dinge die Nachbarn sich bei Dir ausleihen können, und frage nächstes Mal bei ihnen nach.



DEN ÖKOLOGISCHEN FUSSABDRUCK BERECHNEN

Wie nachhaltig ist Dein Lebensstil? Einfach und schnell herausfinden lässt sich das mit dem Ressourcenrechner. Im Nachhinein kann der Wert jeder Antwort angepasst werden, um die mögliche Veränderung zu zeigen und sich dadurch Ziele zu setzen.²⁴

Sehr detailliert wird mit 100 Punkten der umweltverträgliche Ressourcenverbrauch im Alltag dargestellt.²⁵ Hier lassen sich einzelne Lebensmittel, Aktivitäten etc. vergleichen.

²² <https://www.gruenerstromlabel.de/>

²³ Der tatsächliche Strom aus der Steckdose bleibt derselbe - aber für den Betrag, den Du an den Stromanbieter zahlst, wird die entsprechende Menge grüner Strom ins Netz eingespeist. Dadurch erhöht sich der Anteil nachhaltiger Energie im gesamten deutschen Stromnetz. Technisch ist es derzeit nicht möglich, tatsächlich nur den gewünschten grünen Strom aus der Steckdose zu bekommen, und auch nicht nötig, da es physikalisch gesehen keinen Unterschied zu Kohle- und Atomstrom gibt.

²⁴ <http://ressourcen-rechner.de/>

²⁵ <https://www.eingutertag.org/de/punkterechner.html>

Übrigens:

Konsumgüter wie Möbel, Kleidung und Smartphones führen die Liste des privat verursachten CO₂-Ausstoßes an – mit 30 % des Gesamtanteils liegen sie sogar noch vor Mobilität, Heizen und Ernährung.

FEIERTAGE

Besonders an Feiertagen und Festen neigen wir dazu, viel zu konsumieren und uns weniger Gedanken darüber zu machen. Kleine Veränderungen können auch hier zu Nachhaltigkeit und Generationengerechtigkeit beitragen. Wo kommt der Tannenbaum her und kann ich ihn vielleicht auch regional kaufen? Muss ich an Silvester böllern, wenn es alle anderen tun? Brauche ich wirklich Plastikbesteck zum Grillen im Park oder bringe ich mein eigenes mit? Wie wäre es mit einem selbstgemachten Weihnachtsgeschenk oder einem Gutschein für ein gemeinsames Erlebnis statt etwas Materiellem?



Zum Schluss haben wir für Dich noch eine **Checkliste für generationengerechtes Handeln im Alltag** erstellt, die Du Dir einfach ausdrucken und als Erinnerung an Deinen Kühlschrank hängen kannst.

Wie Du siehst, kann man in fast allen Lebensbereichen **generationengerecht handeln**.

Jeder Punkt dieser Liste, den Du erfüllen kannst, trägt ein Stückchen mehr dazu bei, dass **zukünftige Menschen die gleichen Chancen auf ein gutes Leben haben wie Du**.

Du musst die Liste nicht vollständig abarbeiten – vielmehr soll sie Dir eine Auswahl an Möglichkeiten bieten, mit welchen kleinen Veränderungen Du bereits etwas erreichst!

Ein Tipp: Suche Dir drei Punkte aus, die Du besonders gut in Dein Leben integrieren kannst. Erledigst Du eine Sache oder baust eine gute Angewohnheit in Deinen Alltag ein, hake sie ab und suche Dir dafür ein neues Ziel. Oder starte mit Deinen Freund*innen eine Challenge: 30 Tage nichts aus Plastik kaufen? Eine Woche lang nur saisonal kochen? Viel Spaß beim Ausprobieren!

Konsum-Checkliste für generationengerechtes Handeln in Alltag



spart Geld



wenig Zeitaufwand



zu Hause



online



einmalig zu erledigen

☐ Kaufe **lokal statt online**

☐ Achte auf **Qualität statt Quantität**



☐ **Leihe selten benutze Dinge** (z.B. Bohrmaschine) aus oder kaufe sie gebraucht



☐ **Plane** Einkäufe und **lagere** Lebensmittel richtig



☐ Zu viel gekauft? **Friere Essen ein** oder verschenke es über **Foodsharing**



☐ **Teste nach dem Mindesthaltbarkeitsdatum** Geruch, Aussehen und Geschmack



☐ **Kaufe öfter Bio, lokal und aus nachhaltiger Produktion**, v.a. bei Tierprodukten



☐ **Frage im Restaurant nach**, ob die Lebensmittel nachhaltig produziert wurden



☐ Probiere **klimafreundliche Rezepte** aus: vegetarisch/vegan & regional/saisonal



☐ Bevorzuge **öffentliche Verkehrsmittel**, fahre **Rad** oder geh **zu Fuß**



☐ Nutze **Mitfahrgelegenheiten**, bilde regelmäßige Fahrgemeinschaften



☐ **Kompensiere** Langstreckenflüge und **verzichte auf (Inlands-)Flüge**



☐ Gehe mit dem **Rucksack oder Stoffbeuteln** einkaufen

☐ **Meide unnötig Verpacktes und Einweg-Produkte** (Kaffeebecher, Plastikgabeln)



☐ Bevorzuge Getränke in **Glas- oder Mehrwegflaschen**



☐ Nimm eine eigene **wiederverwendbare Trinkflasche** zur Arbeit/Uni etc. mit

☐ Benutze Kosmetik **ohne Mikroplastik**



☐ **Repariere Kleidung**: Nähe Knöpfe an, stopfe Löcher



☐ **Spende** oder verschenke Kleidung an Freund*innen **statt sie wegzuerwerfen**



☐ Kaufe **Second-Hand-Kleidung** oder miete Kleidung online, z.B. Babysachen



☐ **Meide synthetische Kleidung** und verwende einen Mikroplastik-Filter für Wäsche



☐ Wechsle zu **„grünem“ Strom**



☐ Drehe die Heizung **ein Grad** kälter und den Kühlschrank ein Grad wärmer



☐ Schalte Steckdosenleisten und **Lichter aus**, wenn sie nicht gebraucht werden



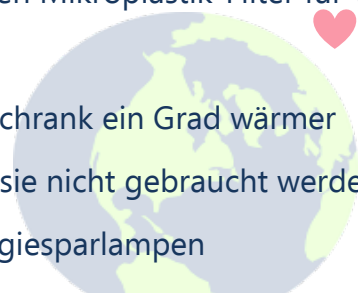
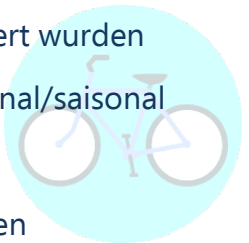
☐ Ersetze kaputte Glühbirnen durch **LEDs** oder Energiesparlampen



☐ Lass Wäsche **lufttrocknen**, verwende umweltfreundliche **Wasch- & Putzmittel**



☐ **Trenne den Müll** richtig und **recycle Elektrogeräte**



Über die Stiftung für die Rechte zukünftiger Generationen (SRzG)



Stiftung für die Rechte
zukünftiger Generationen

Die Stiftung für die Rechte zukünftiger Generationen (SRzG) ist eine advokatorische Denkfabrik an der Schnittstelle zwischen Wissenschaft und Politik und gilt als „bekanntester außerparlamentarischer Think Tank in Sachen Generationengerechtigkeit“ (Wirtschaftswoche). Sie wurde 1997 von einer überparteilichen Allianz fünf junger Menschen im Alter von 18 bis 27 Jahren ins Leben gerufen, wird von einem der jüngsten Stiftungsvorstände Deutschlands geleitet und verfolgt das Ziel, durch praxisnahe Forschung und Beratung das Wissen und das Bewusstsein für Generationengerechtigkeit und Nachhaltigkeit in Politik, Wirtschaft und Gesellschaft zu schärfen. Die Stiftung ist finanziell unabhängig und steht keiner politischen Partei nahe.

UNTERSTÜTZEN SIE UNS MIT IHRER SPENDE!

per Überweisung:

Stiftung für die Rechte zukünftiger Generationen

GLS Gemeinschaftsbank eG

IBAN: DE64 4306 0967 8039 5558 00

BIC (SWIFT-CODE): GENODEM1GLS

...oder auf generationengerechtigkeit.info/unterstuetzen/

IMPRESSUM

Herausgeberin: Stiftung für die Rechte zukünftiger Generationen
Mannspergerstr. 29, 70565 Stuttgart, Deutschland
Tel: +49 711 28052777
Fax: +49 3212 2805277
E-mail: kontakt@srzg.de
generationengerechtigkeit.info

Redaktion: Stiftung für die Rechte zukünftiger Generationen

Design: Stiftung für die Rechte zukünftiger Generationen

Bildnachweis: Titelseite: GDJ / pixabay

© Stiftung für die Rechte zukünftiger Generationen

Stand: April 2018