



RENN

Regionale Netzstellen
Nachhaltigkeitsstrategien

Klimafreundlich zu Hause

Der Nachhaltige Warenkorb:
Ratgeber für umweltbewussten
und sozialen Konsum





Der Weg zum nachhaltigen Zuhause

Wie viel Energie verbraucht die Waschmaschine? Welche schädlichen Stoffe enthalten Wandfarben, Teppiche oder Möbel? Wie gehen wir mit Putzmitteln und dem alltäglichen Müll um? Im Haushalt und in den eigenen vier Wänden können sich viele Dinge finden, die wenig nachhaltig und manchmal gar gesundheitsschädlich sind. Wer zu Hause nachhaltig leben möchte, hat damit gleichzeitig auch einige Ansatzpunkte, um viel zu bewirken: beim Waschen, beim Möbelkauf oder beim Recyceln. Tun Sie etwas für die eigenen vier Wände – der Umwelt und Ihrer Gesundheit zuliebe.



ENERGIESPAREND WASCHEN

Wählen Sie eine möglichst geringe Waschtemperatur. Wer die Temperatur regelmäßig um eine Stufe senkt, vermindert den Stromverbrauch um bis zu 35 Prozent. Wäschestücke wie Handtücher, Bettwäsche oder Spüllappen sollten Sie allerdings aus Hygienegründen bei höheren Temperaturen waschen. Eine Maximaltemperatur von 60 Grad Celsius ist dabei grundsätzlich ausreichend. Besonders wenig Energie verbrauchen Sie, wenn Sie die Eco- oder Sparprogramme der Maschine nutzen und einen Waschgang nur dann starten, wenn die Maschine voll beladen ist.

WASCHMITTEL DOSIEREN

Bei jeder Wäsche gelangen mit dem Waschmittel umweltschädliche Stoffe in Abwässer und Gewässer. Verwenden Sie Waschmittel schonend. Flüssigwaschmittel belasten das Klärwerk am meisten, bevorzugen Sie also die Pulvervariante – und greifen Sie so oft wie möglich zu Nachfüllpacks. Sowohl Bio-Waschmittel als auch moderne Baukastensysteme sind eine gute Wahl. Ausschlaggebend für die Umweltverträglichkeit von Waschmitteln ist vor allem die richtige Dosierung.

RICHTIG GESCHIRR SPÜLEN

Wenn Sie Geschirr von Hand spülen, tun sie dies nicht unter fließendem Wasser. Wer eine Geschirrspülmaschine nutzt, sollte diese immer gut befüllen. Lassen Sie die Maschine so oft wie möglich im Spar- oder Kurzprogramm laufen, bei 50 bis 55 Grad Celsius. Wenn die Maschine nicht gebraucht wird, schalten Sie sie aus. Stand-by verbraucht unnötig Energie.

PUTZMITTEL REDUZIEREN

Kaufen Sie ökologische Putzmittel, die die Umwelt und Gesundheit weniger belasten. Zur Minimalausstattung an Reinigungsmitteln gehören Geschirrspülmittel, Essigreiniger, ein neutraler Allzweckreiniger und Scheuermilch. Spezialreiniger und Desinfektionsmittel sind für die Reinigung im Haushalt nicht notwendig.

PUTZUTENSILIEN MEHRFACH VERWENDEN

Nutzen Sie wiederverwendbare „Putzwerkzeuge“, also keine Papierhandtücher, sondern Stofftücher, die bei 60 Grad Celsius gewaschen werden können. Schwämme sollten nicht aus Kunststoff bestehen, sondern aus natürlichen Rohstoffen wie Luffa. So vermeiden Sie den Eintrag kleiner Mikroplastikpartikel in den Wasserkreislauf.

OHNE WOHNIGFTSTOFFE LEBEN

Farben, Lacke, Teppiche und Tapeten aus konventioneller Produktion können schädliche Stoffe enthalten, die besonders beim Renovieren, aber auch über längere Zeiträume in die Raumluft ausdünsten. Dazu gehören Lösungsmittel, Weichmacher, Konservierungsmittel, Formaldehyd oder Terpene. Die Ausdünstungen können zu Reizungen führen oder Allergien auslösen. Um ein gutes Raumklima zu kreieren, hilft es, regelmäßig zu lüften und bereits beim Renovieren umwelt- und gesundheitsverträgliche Produkte zu wählen. Dazu zählen emissionsarme Wandfarben und Lacke, Tapeten aus Altpapier und umweltfreundliche Bodenbeläge.

NACHHALTIGE MÖBEL FINDEN

Nachhaltige Möbel sind meist langlebig und stabil. Verwendet werden natürliche Rohstoffe, die unter verantwortungsvollen Umwelt- und Sozialbedingungen gewonnen und verarbeitet wurden. Bevorzugen Sie Holzprodukte aus heimischen Hölzern. Meiden Sie Erzeugnisse aus Tropenholz. Diese tragen zur Abholzung des Regenwalds bei und werden häufig unter problematischen Umwelt- und Sozialbedingungen hergestellt.

HOLZ IST NICHT GLEICH HOLZ

Auch die genaue Art des Holzes spielt eine Rolle: Echtholz,

Massivholz oder Vollholz haben sich bewährt, da sie zumeist nicht mit chemischen Zusätzen lackiert werden müssen und eine höhere Robustheit aufweisen als Spanplatten, Sperrholz und Co. Zwar sind nachhaltige Möbel auf den ersten Blick teurer als Produkte



aus Möbeldiscountern. Auf Dauer rechnet sich aber die Investition. Möbel aus Massiv- oder Vollholz überleben zumeist mehrere Generationen. Wer Möbel benötigt, kann auch auf gebrauchte Produkte zurückgreifen.

UMWELTFREUNDLICHE BODENBELÄGE

Entscheiden Sie sich grundsätzlich für langlebige, strapazierfähige Bodenbeläge, die gesundheitlich unbedenklich sind. Textile Bodenbeläge binden Staub und verringern somit die Feinstaubbelastung in Innenräumen. Sie sind allerdings nicht sehr langlebig und benötigen einen hohen Reinigungsaufwand. Bodenbeläge aus Holz werten Räume auf und sind langlebig. Darauf achten, dass sie nicht mit Lösungsmitteln und Formaldehyd versiegelt wurden. Bevorzugen Sie Holzböden aus ökologischer Waldwirtschaft.

SIEGEL FÜR NACHHALTIGES WOHNEN

Blauer Engel kennzeichnet zahlreiche Dinge im Haushalt, die ökologische Kriterien einhalten.



Das **Europäische Umweltzeichen** kennzeichnet Produkte mit geringeren Umweltauswirkungen.



Ökocontrol steht für nachhaltig produzierte Möbel, Polstermöbel und Matratzen.



GuT-Signet gilt für Teppiche, die umweltfreundlich hergestellt werden.



Der **Nature-Care-Product-Standard (NCP)** ist eine Umwelt-Kennzeichnung für Wasch- und Reinigungsmittel.



Das **Ecocert-Siegel** kennzeichnet umweltschonende Wasch- und Reinigungsmittel.



Der Nachhaltige Warenkorb

Unter **www.nachhaltiger-warenkorb.de** finden Sie alles Wichtige zu nachhaltigem Konsum und unabhängige Informationen über Siegel und Produktkennzeichnungen. Themen sind unter anderem Lebensmittel, Reisen und Mobilität, Wohnen und Bauen, Haushalt und Elektronik, Mode und Kosmetik.

IMPRESSUM

Herausgeber:

RENN.süd, Regionale Netzstellen Nachhaltigkeitsstrategien:

LUBW Landesanstalt für Umwelt Baden-Württemberg,
Griesbachstr. 1, 76185 Karlsruhe

LBE Bayern e. V., Sandstr. 1, 90443 Nürnberg

Konzeption, Text und Redaktion:

Rat für Nachhaltige Entwicklung, imug Institut für
Markt-Umwelt-Gesellschaft e. V.,
MediaCompany – Agentur für Kommunikation GmbH

Gestaltung:

MediaCompany – Agentur für Kommunikation GmbH

Stand: September 2019

Bilder: Rat für Nachhaltige Entwicklung/Christof Rieken,
© Signets bei den jeweiligen Organisationen

Quellen: Angaben zu den Quellen finden sich unter
www.nachhaltiger-warenkorb.de.

kontakt@nachhaltiger-warenkorb.de



@nachhaltigjetzt



facebook.com/nachhaltigerwarenkorb