

„Plastik-Ein vermeidbares Problem“

Lea-Marie Koss

Unter „Less Waste“ versteht man, die größtmögliche Reduktion seines alltäglichen Hausmülls, indem man andere Materialien für Plastik verwendet, unverpackt einkauft und versucht einige Dinge selber zu machen.

Um das Thema „Less Waste“ zu erforschen, habe ich einen einmonatigen Selbstversuch gestartet. Hierfür habe ich zwei Wochen nach meinem alltäglichen Lebensstil gelebt und nach dieser Zeit, folgten dann zwei Wochen, in denen ich versucht habe meinen Müllverbrauch so gering wie möglich zu halten.

Bei der Durchführung des Versuchs habe ich mich ebenfalls mit Zahlen und Fakten beschäftigt, die das Thema Plastik aufgreifen.

Hierbei bin ich auf die durchschnittliche Menge des täglichen Müllverbrauchs einer Person gestoßen, die global gesehen bei 0,74 kg liegt.

Ein weiterer wichtiger Fakt ist, dass pro Jahr rund 36,4 Milliarden Plastik-Strohhalme benutzt werden und eine Plastikflasche ca. 450 Jahre zum Zersetzen benötigt.

In meinem Selbstversuch habe ich die Umsetzbarkeit, den Umweltaspekt, die aufzubringenden Kosten und den Komfort von einer Müll reduzierten Lebensweise untersucht.

In den ersten zwei Wochen, in denen ich „normal“ gelebt habe, habe ich festgestellt, dass der Aufwand gering war, da ich nicht nachdenken musste was und wie ich einkaufe. Ebenfalls waren Spontankäufe möglich, in denen ich auch mal ungesund und „plastikbelastet“ einkaufen konnte.

In dieser Zeit habe ich einen Testeinkauf gemacht, bei dem ich ein Kilo Kartoffeln, einen Erdbeerjoghurt, ein Kilo Äpfel, ein Kilo Bananen und eine Gurke in einem handelsüblichen Supermarkt gekauft habe. Diese Lebensmittel haben mich insgesamt 9,18€ gekostet.

In den zwei Wochen habe ich außerdem noch meinen Plastik- und Restmüll in Beutel gesammelt und ihn zum Ende hin gewogen. Hierbei ergaben sich 2,7kg Restmüll und 600g Plastikmüll.



Restmüll im Konsum



Plastik im Konsum

Im weiteren Verlauf meines Projekts, habe ich dann damit begonnen meinen Müllverbrauch zu reduzieren.

In den ersten Tagen fiel mir das Einkaufen etwas schwerer als sonst, denn meist gibt es in den bekannten Supermärkten kaum Alternativen zu den, in Plastik verpackten Obst und Gemüse. Hierfür bin ich dann beim nächsten Einkauf in den türkischen Laden in meiner Nähe gegangen und dort gab es alle Lebensmittel, die ich brauchte, unverpackt.

Nach einer kurzen Eingewöhnungszeit und etwas Planung meines Essens, habe ich Spaß daran gefunden etwas Neues zu probieren. Je mehr ich mich an diese Lebensart gewöhnt habe, desto bewusster habe ich mich ernährt und je besser habe ich mich gefühlt.

Im ganzen Selbstversuch sind mir einige Vorteile aufgefallen, wie die Umwelterhaltung, das Geldsparen, die gesündere/nachhaltigere Lebensweise und das Kennenlernen neuer Geschäfte und somit einem größeren Sortiment.

Jedoch gab es nicht nur Vorteile, denn um „Less Waste“ gut umzusetzen braucht es erst einmal etwas Recherche und auch Planung, um Einkäufe zu strukturieren und die richtigen Läden zu finden, dies nimmt jedoch etwas Zeit in Anspruch. Dabei ist es wichtig nicht nur in „Unverpackt-Läden“ einzukaufen, sondern sich auch mit den Läden in seiner Umgebung auseinanderzusetzen, um im Endeffekt Geld zu sparen, denn Unverpackt-Läden können in manchen Fällen um einiges teurer sein.

Es benötigt Disziplin, um nicht bei Hungerattacken einzuknicken und sich dann in Plastik verpackte Snacks zu kaufen. Am besten ist es dann für solche Fälle etwas selbstgemachtes einzupacken und es dann zu essen.

Aber nicht nur selbstgemachtes Essen kann den Alltag unterstützen, sondern mir hat es geholfen immer einen Jutebeutel und ein Obst-/Gemüsenetz dabei zu haben.

Auch in dieser Zeit habe ich einen Testeinkauf gemacht, nur dieses Mal in einem Unverpackt-Laden.

Hierbei habe ich erneut ein Kilo Kartoffeln, einen Erdbeerjoghurt, ein Kilo Äpfel, ein Kilo Bananen und eine Gurke gekauft und dieses Mal habe ich dafür 10,86€ bezahlt.

In dieser Zeit habe ich auch dieses Mal meinen Müll gesammelt und dabei habe ich 2,1kg Restmüll und 330g Plastik gewogen.



Restmüll mit „Less Waste“



Plastik mit „Less Waste“

Alles in allem habe ich viel aus diesem Selbstversuch mitnehmen können, denn er hat mir gezeigt, dass Less Waste nicht so viel Aufwand benötigt, wie man es zunächst denkt. Mit etwas Planung, Disziplin und Spaß an der Sache kann man nicht nur sich selbst, sondern auch der Umwelt etwas Gutes tun. Wenn man sich dann noch die Zeit nimmt und nicht nur in einem Unverpackt-Laden einkauft, dann kann man auch einiges an Geld sparen, das man dann in kleine Tools, wie eine Glasflasche oder Brotbüchsen investieren kann.

Mir hat der Selbstversuch eine ganz neue Lebensweise eröffnet aber um herauszufinden, ob es wirklich so gut umsetzbar ist wie ich sage, ist es das beste es selbst auszuprobieren, denn mehr als dir nicht gefallen, kann es nicht.

Résumé de Marie Bartholomeus

Cet exposé de Lea-Marie Koss porte sur le thème du plastique qui est une grande source de déchets dans notre société. Pour réduire les déchets, nous devons réduire notre consommation en emballages plastiques et essayer de le remplacer le plus possible par des matériaux moins polluants.

Lea-Marie a fait une étude personnelle pendant un mois. Pendant les deux premières semaines, elle a poursuivi son mode de vie habituel puis a essayé, pendant les deux semaines suivantes de réduire le plus possible sa production de déchets.

Elle a également fait des recherches et trouvé des chiffres. Une personne jette 0,74kg de déchets par jour en moyenne dans le monde et chaque année 36,4 milliards de pailles en plastique sont jetées. Une bouteille en plastique se détruit en environ 450 ans.

Durant les deux premières semaines, elle a donc vécu « normalement », comme avant . Elle pouvait acheter ce qu'elle voulait sans faire attention aux déchets qu'elles pourraient faire, aux emballages plastiques... Elle a fait un achat « test » : elle a acheté un kilo de pommes de terre, un yaourt à la fraise, un kilo de pommes, un kilo de bananes et un concombre (pour 9,18€). Durant ses deux semaines, elle a jeté 2,7kg de déchets résiduels et 600g de déchets plastiques.

Pendant les deux semaines suivantes, elle a essayé de réduire ses déchets. C'est dans un magasin turc qu'elle a pu trouver des aliments non emballés. Son achat « test » lui a coûté 10,86€. Elle a jeté 2,1kg de déchets résiduels et 330g de déchets plastiques.

Avec de l'organisation, de la discipline, on peut réduire ses déchets et apprécier de découvrir de nouveaux magasins et de faire quelque chose pour l'environnement.