**Einzelne Fragen aus den Workshops:**

(Antworten recherchiert für Euch von Rojan)

1. **Welcher Kaffee ist am umweltfreundlichsten und was muss man bei der Zubereitung beachten?**
   1. Generell ist löslicher oder Filterkaffee umweltfreundlicher als Kapselkaffee. Insgesamt verbrauchen die Deutschen pro Jahr ca. 3,5 Milliarden Kaffeekapseln, welche nur sehr schwer zu recyclen sind, selbst wenn sie als aus “abbaubaren Kunststoff” gelabelt sind. Eine French Press, Cold Brew oder direkt löslicher Kaffee für den jeweils nur so viel Wasser zubereitet und Pulver verwendet wird, wie auch später verbraucht wird, bieten hier eine deutlich bessere Alternative. Dennoch bleibt Kaffee ein sehr kritisches Produkt bezüglich seiner Umweltwirkung. Für die Herstellung einer Tasse Kaffee werden zusammengefasst ca. 140 Liter Wasser und 60 g CO2 benötigt und das noch bevor du ihn mit Milch oder Wasser aufgießt. Die größten CO2-Emissionen sowie Wasser- und Energieverbrauch fallen bei der Kaffeeproduktion und nicht beim Verbrauch an. Das heißt also, dass weniger Kaffee, gegebenenfalls ersetzt durch Tee, im Zweifelsfall immer die bessere Option darstellt. Wenn es dann doch Kaffee sein muss, sollte man auf Bio-Qualität und Fairtrade-Zertifizierung achten. Die besten und aussagekräftigsten Fair-Siegel und Label sind dabei das bekannte Fairtrade-Siegel, Naturland Fair, das “Hand in Hand”-Siegel von Rapunzel und das GEPA fair+ Label.
2. Was sind die Umweltauswirkungen von Zigaretten und welche Marken sind am umweltfreundlichsten?
   1. Zwischen 340 und 680.000 Tonnen Zigarettenmüll verschmutzen pro Jahr weltweit die Umwelt. All die in einer Zigarette enthaltene Schadstoffe wie unter anderem Blei, Arsen und Formaldehyd werden dadurch an Böden, Gewässer und Tiere weitergegeben. Zudem werden sie Filter meistens aus Cellusoseacetat, welches sich erst nach bis zu 15 Jahren vollständig zersetzt hat. Aber auch in Hinblick auf die Tabakproduktion stehen Zigaretten nicht gut da. Für den Tabakanbau bedarf es enormer Landflächen, welche allein in Afrika zu 90 Prozent in tropischen Trocken. Und Buschwäldern liegen. Zudem benötigt Tabak enorme Mengen an Düngemittel und der Anbau trocknet über die Zeit hinweg die genutzten Böden aus. Zusammen erzeugen Produktion und Konsum von Zigaretten am Ende schließlich jährlich weltweit 84 Millionen Tonnen CO2 und eine Zigarette verbraucht in der Produktion im Schnitt 3,7 Liter Wasser. Eine erste Maßnahme sollte auf jeden Fall sein, dass Zigarettenmüll immer in den Restmüll getan wird. Beim Zigarettenkauf sollte man nach der Marke Yuma Ausschau halten, welche fair gehandelt und wird und Bio-zertifiziert ist (inoffiziell, da das offiziell für Tabakprodukte nicht möglich ist). In Bezug auf Tierversuche geben folgende Marken an, ihren Tabak ohne diese zu produzieren:

Lorillard Tobacco: (Newport, Maverick, Old Gold, Kent, True, Satin, Max)

Pöschl Tabak: (Pueblo, RED BULL)

Von-Eicken: (Allure, Burton, Denim, Dimitrinos, Dockers, Manitou Organic, Pepe, St. Pauli)

1. Welche Inhaltsstoffe in Kosmetika und Pflegeprodukte sollte man vermeiden?
   1. Hormonell wirksame Inhaltsstoffe:
      1. Methylparaben, Propylparaben, Ethylparaben, Butylparaben, Ethylhexyl, Methoxycinnamate (OMC), Butylhydroxyanisol (BHA), Resorcinol, Benzophenone-1, Cyclotetrasiloxane, Benzophenone-2, 4-Methylbenzylidene, Camphor, Boric Acid, Diethylphthalate, Hydroxycinnamicacid ,3-Benzylidene Camphor (3 BC), Dihydroxbipheny
   2. Mikroplastik
      1. Polyethylen (PE)
      2. Polypropylen (PP)
      3. Polyacrylat (PA)
      4. Polyethylenterephtalat (PET)
      5. Nylon-12
      6. Nylon-6
      7. Polyurethan (PUR)
      8. Acrylates Copolymer (AC)
      9. Acrylates Crosspolymer (ACS)
      10. Polymethylmethacrylat (PMMA)
      11. Polystyren (PS)
      12. Polyquaternium (PQ)
   3. Weitere
      1. Palmöl
2. Bei welchen Läden oder Marken sollte ich meine Klamotten kaufen?
   1. Aus ökologischer Sicht ist der Standard des Internationalen Verband der Naturtextilwirtschaft (IVN) am besten und aussagekräftigsten. Weitere gute Siegel sind GOTS und Fairtrade Cotton. Generell ist Second Hand Mode allerdings die umweltfreundlichste Wahl. Wer dennoch Produzenten und Arbeiter in der Textilindustrie unterstützen will, kann sich an oben genannten Siegeln orientieren.
3. Worauf sollte ich beim Online-Shopping achten?
   1. Allgemein gilt: Dinge, die man auch im Laden nebenan erhält, sollte man auch dort kaufen. Wenn das gewünschte Produkt allerdings nur mit längerer Anreise zu erreichen wäre, sollte man diese am besten mit dem Fahrrad oder ÖPNV zurücklegen. Bevor man mit dem Auto kleine Reisen unternehmen muss, kann sich ein Online-Einkauf durchaus lohnen. Dabei sollte allerdings auch nur wirklich das bestellt werden, was man benötigt und voraussichtlich behält. Ein Großteil der Emissionen und des Abfalls beim Online-Handel entsteht durch die vielen Rücksendungen. Auch sollte nicht extra der schnellstmögliche Express-Versand gewählt werden, da in diesem Falle grundsätzlich zusätzliche Wege gefahren werden.
4. Wie ist das mit dem Palmöl?
   1. Für den Palmölanbau werden im Globalen Süden riesige Flächen an (Regen)wald gerodet. Palmöl steckt in 50 Prozent aller Konsumgüter, von Fertigprodukten über Tierfutter bis hin zu Bio-Kraftstoffen. Den eigenen Palmölverbrauch kann man durch den Verzicht auf tierische Produkte und gegebenenfalls weniger Autofahren reduzieren. Andere pflanzliche Öle benötigen zum Anbau ähnlich, wenn nicht sogar mehr Fläche, weshalb hier genereller Verzicht oder zumindest einige Einschränkungen die beste Alternative darstellt. Beim Kauf sollte auf die Siegel Palm Oil Innovation Group (POIG) und Forum Nachhaltiges Palmöl (FONAP) sowie Bio-Produkte geachtet werden.
5. Was sind Zero-Waste Ansätze?
   1. Werft Euren Müll am besten nicht in öffentliche Mülleimer, sondern nehmt ihn mit nach Hause. Öffentliche Mülleimer sind Restmülleimer – der Müll wird nicht getrennt und dementsprechend auch nicht recycelt.
   2. Beim Brotkauf einen eigenen Brotbeutel nutzen oder direkt Bescheid sagen, dass das Brötchen auf die Hand kann.
   3. Wurst mit möglichst wenige Verpackung an der Frischetheke kaufen-> es schadet auch nicht eine eigene box mitzubringen, da das Fleisch oftmals direkt darin eingepackt werden kann
   4. Statt Ein- oder Mehrwegflaschen eine nachfüllbare Flasche und eventuell nach Bedarf zum Beispiel einen Soda-Stream nutzen.
   5. Gebrauchte Produkte wie beispielsweise Kleidung über Portale wie Vinted, lokalen Nachbarschaftsnetzwerken oder eBay-Kleinanzeigen verkaufen oder verschenken.
   6. Etc.
6. Wie putze ich möglichst umweltfreundlich?
   1. Reiniger mit Duftstoffen und Chlor sind besonders schädlich für die Umwelt und werden oftmals zur Reinigung auch gar nicht wirklich benötigt. Essigreiniger stellt eine gute Alternative zu den meisten Reinigern dar, sollte allerdings auch nur verdünnt und sparsam eingesetzt werden. Zusätzlich dazu kann Spülmittel zum Beispiel nicht nur für den Abwasch, sondern auch zum Reinigen von glatten Oberflächen und Fenstern genutzt werden. Das EU Ecolabel und der Blaue Engel zeichnen umweltfreundliche Reiniger aus. Mit Soda, Backpulver und kochendem Wasser lassen sich Abflüsse meist sehr gut reinigen und bietet eine gute Alternative zu sehr aggressiven Rohreinigern.
7. Was sind nachhaltige Banken?
   1. Die meisten Banken investieren in kritische Sektoren und Geschäfte, wie die fossile Industrie oder den Waffenhandel. Dies trifft eher auf die großen privaten Banken wie Deutsche Bank, Commerzbank, Deutsche Postbank, ING-DiBa (ING-Groep, Niederlande) sowie Unicredit/Hypovereinsbank (Uni-Credit Group, Italien), aber teilweise auch auf öffentlich-rechtlichen Kreditinstituten oder Genossenschaftsbanken wie Sparkassen, Volks- und Raiffeisenbanken und die Sparda-Bank zu. Nachhaltige Banken investieren demgegenüber nicht in Geschäfte mit Verbindungen zu Menschenrechtsverletzungen, Kinderarbeit, Umweltzerstörung. Daneben gibt es noch weitere Kriterien, welche über verschiedene Siegel kontrolliert und ausgezeichnet werden (Siegel für nachhaltige Geldanlagen helfen bei der Orientierung - Utopia.de). Als nachhaltig lassen sich unter anderem folgende Banken bezeichnen: GLS Bank, Umweltbank, Ethikbank und die Triodos Bank.
8. Was sind die besten Ökostromanbieter?
   1. Wirklich “grüner” Strom wird durch die Siegel OK-Power und Grüner Strom ausgezeichnet. Hier wird kein Greenwashing über Zertifikathandel betrieben und auch nicht an anderer Stelle in fossile Energien investiert.

**Quellen:**

1.:

[Kaffeekapseln – Deutsche Umwelthilfe e.V. (duh.de)](https://www.duh.de/projekte/kaffeekapseln/)(7/2021)

[How bad is coffee for the environment? (mic.com)](https://www.mic.com/p/how-bad-is-coffee-for-the-environment-19188956) (7/2021)

[sustainability-10-04598.pdf](file:///C:/Users/abc/Downloads/sustainability-10-04598.pdf) (7/2021)

[Siegel im Test: diesen Nachhaltigkeitssiegeln kannst du trauen! (utopia.de)](https://utopia.de/stiftung-warentest-nachhaltigkeitssiegel-vertrauen-17737/) (7/2021)

[Quellen | Klimaretter Lebensretter (co2-app.de)](https://klimaretter-lebensretter.co2-app.de/de/sources#verpackungsmuell-vermeiden) (7/2021)

2.:

[Cigarette Smoking: An Assessment of Tobacco’s Global Environmental Footprint Across Its Entire Supply Chain | Environmental Science & Technology (acs.org)](https://pubs.acs.org/doi/10.1021/acs.est.8b01533) (7/2021)

[Rauchen trägt massiv zum Klimawandel bei und vergiftet Mensch und Tier - Spektrum der Wissenschaft](https://www.spektrum.de/news/rauchen-traegt-massiv-zum-klimawandel-bei-und-vergiftet-mensch-und-tier/1688004) (7/2021)

[Bio-Tabak und Fair Trade-Zigaretten | evidero](https://www.evidero.de/bio-tabak-und-fair-trade-zigaretten) (7/2021)

[Vegan und Rauchen? Das solltest du wissen (veganworld.de)](https://veganworld.de/vegan-und-rauchen-das-solltest-du-wissen/) (7/2021)

3.:

[BUND-Einkaufsratgeber: Mikroplastik und andere Kunststoffe in Kosmetika](https://www.bund.net/fileadmin/user_upload_bund/publikationen/meere/meere_mikroplastik_einkaufsfuehrer.pdf) (7/2021)

[Der Kosmeik-Check (bund.net)](https://www.bund.net/fileadmin/user_upload_bund/publikationen/chemie/kosmetik-check_studie.pdf) (7/2021)

4.:

[Faire Kleidung: Das bedeuten die Siegel | Verbraucherzentrale.de](https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/umwelt-haushalt/nachhaltigkeit/faire-kleidung-das-bedeuten-die-siegel-7072) (7/2021)

5.:

[Ist Online-Handel gut für die Umwelt? Es spricht viel dagegen | Verbraucherzentrale.de](https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/umwelt-haushalt/nachhaltigkeit/ist-onlinehandel-gut-fuer-die-umwelt-es-spricht-viel-dagegen-26661) (7/2021)

6.:

Allmann, Julia Felicitas (2020): Jeden Tag die Welt retten: Wie wir mit 66 Alltagsentscheidungen die Erde zu einem besseren Ort machen, Weinheim, Deutschland: Beltz Verlag.

7.:

[Zero Waste Köln: Für ein müllfreies und verschwendungsfreies Köln! (zerowastekoeln.de)](https://zerowastekoeln.de/) (7/2021)

[Zero Waste Bewegung: Besser leben ohne Müll | Tipps & Blogs - Utopia.de](https://utopia.de/ratgeber/zero-waste-leben-ohne-muell/) (7/2021)

8.:

<https://www.nabu.de/imperia/md/content/nabude/verbraucher-tipps/190116_nabu-tipp_putzen.pdf> (7/2021)

9.:

[Ethische Banken: Die besten nachhaltigen Banken | Ethikbanken-Vergleich (utopia.de)](https://utopia.de/ratgeber/alternative-gruene-bank/) (7/2021)

[Startseite | Geld bewegt (geld-bewegt.de)](https://www.geld-bewegt.de/) (7/2021)

10.:

[Ökostrom-Label: die wichtigsten Siegel im Vergleich (utopia.de)](https://utopia.de/fragen/oekostrom-label-siegel-vergleich/) (7/2021)

[Ökostrom | Umweltbundesamt](https://www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag/elektrogeraete/oekostrom) (7/2021)