

## Kreisläufe statt Wegwerf-Wahnsinn

Refuse, reduce, reuse, recycle, rot – das 5-R-Prinzip. Das kann in der Praxis heißen:

- ▶ Lass dir Plastik erst gar nicht andrehen. Kaufe Produkte, die unverpackt sind!
- ▶ Kaufe müllarme Vorratspackungen und nutze so viel wie möglich gemeinschaftlich mit deinen Mitmenschen - das spart Zeit, Geld und Ressourcen.
- ▶ Setze außerdem auf Mehrweg, z. B. auf den Stoffbeutel an der Supermarktkasse oder auf deine wiederverwendbare Trinkflasche, auffüllbar unter jedem Wasserhahn oder am Wasserspender in der Unibib.
- ▶ Repariere kaputte Dinge – in den Braunschweiger *Repair Cafés* wird dir dabei kostenlos geholfen.
- ▶ Auf dem *Grünen Kompass* findest du viele Geschäfte, die nachhaltigen Konsum in Braunschweig möglich machen.
- ▶ Kaufe Dinge gebraucht – egal ob auf online oder im Second-Hand-Laden.



Der Grüne Kompass verrät, wo in Braunschweig nachhaltig eingekauft werden kann:

[www.gruenerkompass-bs.de](http://www.gruenerkompass-bs.de)

## Jetzt bist du dran!

Vergleiche, was du schon tust und was du noch besser machen kannst. In dieser Liste sind verschiedene, einfache bis anspruchsvolle Ziele aufgelistet, die du abhaken kannst. Wenn du am Ende ankommst, hast du sicherlich viel dazugelernt und der Umwelt und deinem Geldbeutel etwas Gutes getan.

- Mit dem Rad zur Uni gefahren
- Den Wasserspender in der Unibib benutzt
- Das Essen im Gemüsegarten probiert
- Geräte im Stand-by-Modus konsequent ausgeschaltet
- Einen Tag "gut" gelüftet
- Den Drucker mit Recyclingpapier genutzt
- Eigenen Kaffeebecher mit in die Uni gebracht
- Einen Einkauf mit losem Gemüse gemacht
- Zum Einkaufen einen Stoffbeutel mitgenommen
- Etwas zu Essen aus dem Fairteiler mitgenommen/etwas hingebacht
- Einen Bioladen erkundet
- Einen Unverpackt-Laden erkundet
- Einen Flohmarkt besucht
- Das Rad selbst in der *Selbsthilfe-Fahrradwerkstatt* repariert
- Einen Tag vegan/vegetarisch gelebt
- Die Büchertauschzelle auf dem Universitätsplatz/am Nordcampus erkundet
- Zu einem Ökostromanbieter gewechselt
- [www.braunschweig.greenpeace.de/artikel/campus-kompass](http://www.braunschweig.greenpeace.de/artikel/campus-kompass) besucht



V.i.S.d.P.: Lisa Hoffmann, Greenpeace Braunschweig,  
Hagenbrücke 1/2, 38100 Braunschweig. Stand 04/2019.  
Fotos © Greenpeace.

**GREENPEACE**

## Ökologisch wohnen, studieren und leben

Als Student ist es einfach und günstig, etwas für den Umweltschutz zu tun. Hier findest du Tipps, die du in deinem Alltag umsetzen kannst. Du denkst, auf dich allein kommt es nicht an? Das stimmt nicht: Jede kleine umweltbewusste Handlung kann etwas bewegen, die Summe der Taten bringt den Wandel. Auf der Rückseite dieses Flyers kannst du testen, was du schon alles umgesetzt hast und was du in nächster Zeit probieren und entdecken könntest. Leg los!

## Jeden Tag kleine Heldentaten!

Schon kleine Taten im Uni-Alltag können etwas bewegen! Ganz konkret kannst du Ressourcen schonen, wenn du

- ▶ im Gauß-IT-Zentrum, im Altgebäude oder beim AstA auf Recyclingpapier druckst. Das geht an den Eco-Druckern.
- ▶ Bücher für dein Studium in der Unibib ausleihst (auch online) oder gebraucht kaufst.
- ▶ deinen eigenen Mehrweg-Kaffeebecher mit zur Uni nimmst und to-go-Müll vermeidest.
- ▶ dort Müll trennst, wo spezielle Mülleimer auf dem Campus es dir ermöglichen.

## Der Fußabdruck im Essen

Fleisch hat eine besonders schlechte Klimabilanz. Eine bewusste, fleischreduzierte Ernährung ist gut für die Gesundheit und für's Klima. Eine vegane und vegetarische Lebensweise ist dabei besonders nachhaltig. Im (Uni-)Alltag kannst du

- ▶ Selbstgekochtes mitnehmen oder das Angebot des Gemüsegartens nutzen.

- ▶ Möglichst unverpackte, regionale *Bio-produkte* einkaufen.
- ▶ tierische Produkte, insbesondere Fleisch, bewusst, nur gelegentlich und aus guter Tierhaltung konsumieren.
- ▶ den *Foodsharing-Fairteiler* nutzen, um Lebensmittel vor der Tonne zu retten.
- ▶ wenig Fertigprodukte kaufen und viel selbst machen – das vermeidet *Palmöl* und schützt so Regenwald.



## Wohnen nachhaltig gestalten

Wie man zu Hause lebt, hat einen großen Einfluss auf den persönlichen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck und auf die Energiekosten. In einem guten Haushalt sollte

- ▶ die Heizung nicht auf 5 eingestellt sein. Das Zimmer wird dadurch nicht schneller warm, aber dafür bis auf 28 °C geheizt! Stufe 2 ist vollkommen ausreichend für eine angenehme Zimmertemperatur bei einem dünnen Pulli.
- ▶ mindestens zwei Mal am Tag, morgens und abends, gut durchgelüftet werden – am bes-

ten Stoßlüften für wenige Minuten und dabei die Heizung abdrehen.

- ▶ die Waschmaschine voll beladen sein, im Energiesparprogramm (auch, wenn es manchmal länger dauert) betrieben werden und bei möglichst niedrigen Temperaturen (30 °C) und mit einem umweltfreundlichen Waschmittel gewaschen werden. *Mikroplastik*, das aus Kleidung beim Waschen gelöst werden kann, kannst du mit einem geeigneten Waschbeutel auffangen.
- ▶ ein *Ökostrom-Anbieter* den Strom liefern, der echten Ökostrom vertreibt! Verlässlich sind Naturstrom, EWS, Lichtblick und Greenpeace Energy. Oft ist Ökostrom kaum teurer als der Grundtarif vor Ort.
- ▶ ein „Bitte keine Werbung“-Schild an deinem Briefkasten kleben.
- ▶ einseitig bedrucktes Papier weiter verwendet werden, zum Beispiel als Notizzettel.
- ▶ eine strikte *Trennung* von Verpackungs- und Lebensmittelresten stattfinden – denn das sind Rohstoffe und nicht einfach nur Abfälle.



Zu allen *Schlagwörtern* findest du mehr Infos auf:  
[www.braunschweig.greenpeace.de/artikel/campus-kompass](http://www.braunschweig.greenpeace.de/artikel/campus-kompass)

