

# Bericht 1.Woche #Plastikfasten

Thema: Müllproblemzonen definieren, "Achtsamkeits-Woche"

10.03.2019

Themengebiet: [Meere](#)



<https://www.instagram.com/viola.wohlgemuth/> Diese Woche ging es also los mit dem **großen Selbstversuch** zum Thema Plastikvermeidung und die Hintergründe in der Greenpeace Gruppe Marburg. Um erst einmal einen **Einstieg** in die ganze Thematik zu bekommen und sich selbst bewusst zu werden was er\* oder sie\* eigentlich so alles an Müll produziert und wie die „Problemzonen“ aussehen, sammelten alle die mitmachen wollten erst einmal eine Woche lang ihren Müll. Die Bilanz danach: vor allem Verpackungen sind ein großer Teil des Mülls der in unseren Haushalten anfällt.

Neben Papier, Pappe und Karton ist das auch der Anteil des Mülls, der in Deutschland im Jahr 2017 am meisten ins Gewicht fällt. Im Durchschnitt sind es circa 33kg vom Haushaltsabfall pro Person. Das ist ganz schön viel, wenn man bedenkt, dass die Kunststoffverpackungen meist nur wenige Gramm wiegen. Der Verbleib von all diesem Plastik ist ebenso problematisch: mind. 150 Mio. Tonnen Plastik werden seit 1950 in den Ozeanen vermutet und jedes Jahr kommt mehr dazu. Allein Deutschland setzte 2018 446.000 Tonnen Plastik (davon 74% Mikroplastik) in die Umwelt frei. Das sind 3,1% der weltweiten Freisetzung von Plastikmüll in die Umwelt (2018). Das Problem ist meist mikroskopisch klein: Mikroplastik aus Kosmetik usw. gelangt ungehindert in die Flüsse, aber auch das Plastik welches zuerst groß als Verpackung, o.ä. produziert wurde, wird irgendwann ganz klein, z.B. durch Abrieb. Hauptquellen von Mikroplastik in Deutschland sind:

Reifenabrieb (1228,5 g/Kopf/Jahr)

Emissionen bei Abfallentsorgung (302,8 g/Kopf/Jahr)

Abrieb Polymere und Bitumen aus Asphalt (228 g/Kopf/Jahr)

Verluste von Pellets beim Transport (Plastikstücke zur Kunststoffproduktion) (182 g/Kopf/Jahr)

Verwehungen von Sport- und Spielplätzen (131,8 g/kopf/Jahr)

Einige dieser „Quellen“ überraschen erst, sind es doch Dinge die wir nicht direkt mit dem Thema Plastik und „Müll“ per se in Verbindung bringen. Es ist also klar, dass das Thema sehr viele Bereiche umfasst und es generell um unser Konsumverhalten und unsere Lebensweise geht.

Produziert werden derzeit 311 Mio. Tonnen Plastik pro Jahr weltweit. Zwischen 1950 und 2015 wurden ca. 8,3 Mrd. Tonnen Kunststoff produziert, die Hälfte davon in den letzten 13 Jahren. Diese Menge entspricht ca. einer Tonne pro Weltenbürger. Aus diesen Zahlen wird eines klar: Die Kunststoffproduktion ist ein wachsender Markt.

**Doch was genau ist Plastik?** Als Plastik werden umgangssprachlich Stoffe bezeichnet, die aus Makromolekülen, und spezifisch für jeden Kunststoff, Polymeren bestehen. Durch chemische Prozesse entstehen dann unterschiedliche Formen von Kunststoffen, bspw. Melamin, PET (Polyethylenterephthalat), PVC (Polyvinylchlorid) oder Polycarbonat. Kunststoffe verfügen über eine Reihe günstiger Eigenschaften, bspw. sind sie flexibel, können hart oder weich sein, sie haben eine zum Teil kaum schätzbare Lebensdauer und vor allem es ist ein in seiner Herstellung und im Erwerb billiges Material. Letzteres deswegen, weil andere Kosten, wie die Auswirkungen für Menschen, Tiere und Umwelt, ausgeblendet werden.

Die Problematik sind nicht nur die großen Mengen an Plastik(-müll) die jedes Jahr produziert werden, gehen aber durch diesen Fakt einher: Aufgrund der Beisetzung gefährlicher Chemikalien während des Herstellungsprozess birgt jede Form von Kunststoff gesundheitliche Risiken, weil das Plastik eben diese Schadstoffe an seine Umgebung abgibt. Bspw. wurde herausgefunden, dass PET-Trinkflaschen hormonell wirksame Stoffe ausstoßen, die direkt mit dem menschlichen Organismus in Kontakt treten. Diese Tatsache verschärft sich, wenn den Kunststoffen Weichmacher hinzugefügt wurden. Weichmacher sind vonnöten, um Kunststoff formbar und eben weich zu machen. Im Laufe der Zeit werden Weichmacher und andere Schadstoffe allerdings vom Plastik abgegeben, vor allem unter Hitzeeinfluss. Über die Atmung, Nahrung und den direkten Körperkontakt gelangen die genannten Schadstoffe dann in den menschlichen Organismus. Dort stehen sie unter dem Verdacht Verursacher von vielen Krankheiten zu sein, unter denen Fruchtbarkeitsstörungen und Hormonveränderungen ebenso vorzufinden sind wie Herzerkrankungen und Diabetes Typ 2. Ähnlich sind die Folgen für den tierischen Organismus.

Neben den gesundheitlichen Risiken, stellt Plastik aufgrund einer anderen Eigenschaft allerdings noch eine weitere Bedrohung dar: es verrottet nicht. So schwimmen PET-

Flaschen bis zu 450 Jahre oder Plastiktüten bis zu 100 Jahre in unseren Gewässern, Ozeanen, Flüssen und Seen umher. Die erhebliche Menge von ca. 150 Mio. Tonnen im Meer umher schwimmendes Plastik wird für die Tiere immer öfter zum tödlichen Verhängnis, denn diese verwechseln das Plastik oft mit Nahrung, verfangen sich in den Nylon-Fischernetzen u.ä. und verenden in der Konsequenz qualvoll. Dass Plastik nicht verrottet, bedeutet auch, dass es unter Hitze-, Wind- und Wassereinwirkung nur in immer noch kleinere Teile zerfällt. Auf diese Weise entsteht Mikroplastik. Aufgrund seiner chemischen Zusammensetzung zieht Mikroplastik oftmals Agrochemikalien an und wird so zu einem schädlichen Cocktail. Auch dieser wird von den Meeresbewohnern gefressen und landet schließlich wieder auf unseren Tellern. Mikroplastik wurde inzwischen bereits in der Antarktis sowie in den Bergspitzen des Himalayas gefunden – Orte, zu denen nur ein Bruchteil der Menschen bisher überhaupt reisen konnten.

**Wofür wird also all das Plastik genutzt?** Von der weltweiten Plastikproduktion besteht ein knappes Drittel aus Wegwerfprodukten - Produkte, die weniger als fünf Minuten genutzt werden. Das sind zum Beispiel Wegwerfbecher, Einwegbesteck, Einkaufstüten, usw. Rund ein Drittel des europäischen Plastikverbrauchs geht auf das Konto der Deutschen - wir sind Europas Nummer 1!

**Was geschieht dann mit dem weg geworfenen Plastik?** Bis zu 13 Mio. Tonnen Kunststoffabfälle landen jährlich vom Land aus in den Ozeanen. Von dieser Menge wurden ca. 6,3 Mrd. Tonnen zu Abfall, der zu 9 % recycelt, zu 12 % verbrannt und zu 79 % auf Müllhalden deponiert wurde bzw. sich in der Umwelt anreichert. Bislang gibt es keine Möglichkeit, die Meere vollständig vom Plastik zu säubern.

**Angesichts all dieser erschütternden Fakten fragen wir uns also: können wir es erstens schaffen unsere „Problemzonen“ zu bewältigen und dadurch zweitens unseren Müll/Konsum zu reduzieren, um selbst nur noch für einen kleinen Teil der weltweiten Plastikproduktion verantwortlich zu sein?**

„Einfach auf Plastik verzichten“ wird allerdings schwer. Nicht nur, dass es viele Produkte oft nicht in alternativen Verpackungen gibt, auch diese anderen Verpackungen haben Nachteile. Dass mehr Komponenten mit in die Ökobilanz der Verpackungen spielen, zeigt eine nähere Betrachtung dieser:

Die Ökobilanz oder auch Life Cycle Assessment genannt, ist ein international genormtes Verfahren, welches helfen soll verschiedene Produkte oder Produktionen in ihrer Nachhaltigkeit einzuschätzen. Dabei ist es wichtig möglichst viele Faktoren/Bereiche beim Herstellungs- und Entsorgungsprozess zu beachten und deren mögliche schädliche Auswirkungen auf die Umwelt mit einzubeziehen. So sollen Stoffströme die mit dem betrachteten System verbunden sind untersucht und möglichst alle Rohstoffeinsätze und Emissionen aus Vor- und Entsorgungsprozessen, aus der Energieerzeugung, aus Transporten und anderen Prozessen berücksichtigt werden. Genauer benannt reichen diese Prozesse von der Gewinnung der Rohstoffe, über die Verarbeitung, Herstellung, den eigentlichen Verpackungsprozess, den Transport zum Handel bis hin zum Recycling bzw. der Entsorgung nach dem Gebrauch.

Als Problem ergibt sich allerdings, dass es oft zu wenig umweltbezogene Daten für Produkte oder Prozesse für eine Durchführung von Ökobilanzen gibt und dass diese sich auch von Land zu Land unterscheiden, weil zum Beispiel die Recyclingquoten und -arten unterschiedlich sind.

Bei Verpackungen sind das Material aus dem sie hergestellt werden und dessen Gewicht die entscheidenden Faktoren für die Bewertung ihrer Umweltbelastung. Insgesamt lässt sich sagen, dass je höher der Anteil an nachwachsenden Rohstoffen in Verpackungen und je weniger diese dann wiegen, desto besser ist die Umweltbilanz. So spielen bei unterschiedlichen Verpackungen, verschiedene Kriterien eine Rolle und haben positive oder negative Ergebnisse. So stoßen die Herstellung und vor allem der Transport von Glas viel CO<sub>2</sub> aus, während Plastik nicht aus nachwachsenden Rohstoffen besteht und außerdem in der Entsorgung viele Probleme mit sich bringt (siehe oben).

Verpackungskartons (z.B. für Getränke) sind per se die Verpackung mit der besten Ökobilanz (Quelle: Studie des Heidelberger Institut für Energie- und Umweltforschung (ifeu)), allerdings beanspruchen diese (wenn sie einen hohen Anteil an nachwachsenden Stoffen haben) viel Naturraum. Das Problem der Kategorien ist zusätzlich sicherlich, dass sie nie alle Faktoren beinhalten können und wiederum alle Vor- und Nachteile bringen.

**Was ergibt sich daraus nun aber für die Praxis und meinen täglichen Einkauf?** Als Tipp kann festgehalten werden, dass es Sinn macht auch bei verpackten Lebensmitteln auf ihre Regionalität zu achten. Sind Produkte in Glas in weiter Entfernung abgefüllt worden ist ihre Ökobilanz wahrscheinlich schlechter, als das gleiche Produkt in z.B. einem Verpackungskarton (der leicht ist und meist gut zu recyceln, wenn der verarbeitete Anteil an nachwachsenden Rohstoffen hoch ist). Aluminium verbraucht viel Energie in der Herstellung, kann aber meist besser als Plastik recycelt werden. Da die Plastikverpackungen meist aus vielen unterschiedlichen Plastikarten bestehen, können diese nicht gut recycelt werden, da die Trennung der Arten zu viel Energie braucht oder schlichtweg nicht mehr möglich ist. Auch ist es wichtig auf Mehrweg- und Einwegsysteme zu achten. Bei Getränken sind Mehrwegsysteme aus Glas oder Plastik am umweltverträglichsten, während Einwegverpackungen (vor allem bei Glas) nicht empfehlenswert sind. Die beste Ökobilanz haben tatsächlich Mehrwegflaschen aus Plastik, da diese durch ihr leichtes Gewicht weniger CO<sub>2</sub> bei Transporten ausstoßen. Auch Papiertüten sind nicht unbedingt besser als die Plastikverpackung. Meist bestehen diese aus Frischholzfäsern. So werden für die braunen Tüten ebenso Bäume gefällt, auch wenn das Papier danach meist recycelt wird. Am besten ist es Waren so oft es geht unverpackt zu kaufen. Zum Beispiel kann versucht werden an Frischetheken eigene Behälter mitzunehmen und Obst und Gemüse nach dem Einkauf in eigene Taschen zu packen. Generell verbessert sich die Ökobilanz von Verpackungen, wenn diese häufiger verwendet werden.

Je mehr Informationen von verschiedenen Aspekten und Seiten zusammengetragen werden, desto klarer wird vor allem eins: **allgemeingültige Aussagen sind schwer, alles hat Vor- und Nachteile.** Es kommt bei Verpackungen also auf die Umstände an.

**Doch was passiert, wenn versucht wird komplett auf Verpackungen zu verzichten?**

Zero Waste heißt ins Deutsche übersetzt „Null Müll“. Die international agierende Zero-Waste-Bewegung der letzten Jahre setzt sich folglich zum Ziel Müll völlig zu vermeiden. Es gibt verschiedene Konzepte, um dieses Ziel zu erreichen. Eines davon nennt sich „Die fünf Rs“ – Reflect (Reflektieren), Refuse (Ablehnen), Reduce (Reduzieren), Reuse (wieder benutzen), Recycle (recycle). Demnach hinterfragt man im ersten Schritt seine Gewohnheiten und seinen Umgang mit Plastik, im zweiten Schritt wird Plastik, wo es möglich ist, abgelehnt. Wo das nicht gelingt, wird der Plastikgebrauch auf ein Minimum reduziert (3. Schritt) und erneut genutzt (4. Schritt). Im letzten Schritt wird das Plastik zum Recycling abgegeben. Vielen Anhänger\*innen der zero-waste-Bewegung gelingt es ihren Müll eines Jahres in einem Einmach-Glas zu sammeln. Eine von diesen heißt Shia und ihr gehört einer der bekanntesten zero-waste-Blogs im deutschsprachigen Raum. Schaut doch mal rein und euch an, welche Tipps&Tricks auch für euch sinnvoll wären:

<https://wastelandrebel.com/de/> Müll und vor allem Plastikmüll zu vermeiden. Neben Shias Blog gibt es weitere unzählige instagram-Accounts wie bspw. diesen hier von Viola Wohlgemuth <https://www.instagram.com/viola.wohlgemuth/> Sucht doch mal den für euch idealen Blog, Kanal, content etc. und lasst euch davon inspirieren!

**So wird schon in der ersten Woche klar, dass es vor allem die Gemeinschaft ist, die Tipps und Infos zusammenbringt. Deswegen freuen wir uns sehr über jede Person, die einen Beitrag likt, teilt, kommentiert, die von ihren eigenen „Problemzonen“ erzählt und beim Plastikfasten mitmachen will. Die Probleme erscheinen groß und fast nicht zu bewältigen, doch gemeinsam können wir es schaffen. Es gibt schon so viele gute Beispiele und mit jede\*r neuen Person geht es noch mehr voran! Wir freuen uns auf diese Zeit des Ausprobierens mit euch**