



Christoph Schulz

# ALLE ARGUMENTE GEGEN ZERO WASTE

UND WIE DU SIE EINFACH WIDERLEGST

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

# INHALT

## S. 1: VORWORT

## S. 3: TIPPS ZUR KOMMUNIKATION

## S. 5: ARGUMENTE

S. 5: »Ich allein kann sowieso nichts verändern.«

S. 6: »Wir haben größere Probleme als den Plastikmüll – zum Beispiel das Artensterben oder den Klimawandel.«

S. 7: »Wir Deutschen sind doch Recycling-Weltmeister!«

S. 8: »Man kann nicht plastikfrei leben, das geht heute gar nicht mehr.«

S. 9: »Die Politik und die Wirtschaft müssen den Verpackungswahn beenden.«

S. 9: »Das bisschen Mikroplastik in einem Duschgel macht doch keinen Unterschied.«

S. 10: »Ich habe keine Lust darauf, mir jede Woche neue Zahnpasta selbst zu machen.«

S. 11: »100 Prozent plastikfrei geht doch gar nicht!«

S. 12: »Second Hand - hast du kein Geld für ein neues Shirt?«

S. 12: »Ich werde nicht für die Umwelt auf meine Lebensqualität verzichten, wenn andere das auch nicht tun.«

S. 13: »Ich hebe doch keinen Müll auf, den andere gemacht haben.«

S. 14: »Öko zu sein ist voll unmännlich.«

S. 15: »Zero Waste ist zu teuer.«

S. 16: »Zero Waste ändert gar nichts.«

S. 16: »Zero Waste ist nur ein schnell vergehender Trend.«

S. 17: »Selbst gemachtes Spülmittel aus Efeu ist doch giftig!«

S. 18: »In einem Land wie Indonesien lässt sich kein Plastikmüll vermeiden, da ist alles voll davon!«

S. 19: »Der eine Plastikstrohhalm macht doch keinen Unterschied.«

S. 20: »Zero Waste ist viel zu umständlich.«

## S. 21: DANKE FÜRS LESEN

# VORWORT

Hallo, ich bin Christoph von CareElite und danke dir vielmals, dass du mein E-Book heruntergeladen hast! Mittlerweile führe ich seit einigen Jahren ein möglichst müllfreies Leben – ohne Stress und ohne mich zu verbiegen. Diesen letzten Halbsatz werfe ich gerne erklärend dazu, weil sich mein Gegenüber oft ziemlich selbstsicher behauptet, dass ein müllvermeidender Lebensstil viel zu anstrengend sei. Eben solche Vorurteile und Mythen sind der Grund dafür, dass sich Bewegungen wie Zero Waste oder ein plastikfreies Leben in unserer Gesellschaft nicht so schnell entwickeln, wie es ihr Potential hergeben würde.

Denn was ist schlecht daran, wenn wir selbst im Alltag dazu beitragen könnten, dass wir in der Fußgängerzone nicht über den Müll aus überquellenden Mülleimern steigen müssen, dass unsere Flüsse und Seen kristallklar sind, dass einzigartige Landschaften, durch die wir Wandern, natürlich bleiben und dass nicht jedes Jahr etwa eine Million Seevögel und 135.000 Meeressäuger ihr Leben verlieren<sup>1</sup>, weil sie unseren Plastikmüll fressen oder sich qualvoll an ihm erdrosseln?

38 Kilogramm solchen Plastikmülls macht jeder Deutsche durchschnittlich im Jahr durch Produktverpackungen, Einweg-Besteck, Plastiktüten, Coffee-To-Go-Becher, Billig-Kugelschreiber und unzählige weitere Wegwerf-Gegenstände des mittlerweile täglichen Gebrauchs.<sup>2</sup> Zum Vergleich: Im globalen Durchschnitt sind es 0,74 Kilogramm Plastikmüll pro Kopf. Wir haben also ein echtes Müllproblem. So groß, dass wir ihn in Massen in andere Länder verschiffen, um das Problem unter den Teppich zu kehren. Wir kommen nicht umher, unser Verhalten zu ändern, um uns selbst und den Planeten, auf dem wir leben, zu schützen. Und was sagt es eigentlich über unsere

---

<sup>1</sup> NABU — Naturschutzbund Deutschland e.V.: Plastikmüll und seine Folgen.  
<https://www.nabu.de/natur-und-landschaft/meere/muellkippe-meer/muellkippemeer.html>.  
[02.07.2020].

<sup>2</sup> BUND (2019): Plastikatlas 2019 – Daten und Fakten über eine Welt voller Kunststoff, 2.Auflage, Juli 2019, S.13.

Gesellschaft aus, wenn sich die Prognosen bewahrheiten würden – und im Jahr 2050 tatsächlich mehr Plastik im Meer schwimmt, als Fische?

Wirklich niemand würde sich ein solches Szenario wünschen. Wer den Zero Waste Lebensstil für sich entdeckt, muss sich dennoch regelmäßig mit schnell dahingesagten Vorurteilen herumschlagen. „Ich allein kann sowieso nichts ändern“, „100 Prozent plastikfrei geht doch gar nicht!“ oder „Öko zu sein ist unmännlich.“ Die Liste ist ellenlang. Doch anstatt kopfschüttelnd abzuwinken, sollten wir solche Momente als Chance nutzen, um diese Irrtümer aus der Welt zu schaffen. Durch eine sachliche Argumentation aus voller Überzeugung.

Denn weißt du warum zukunftsorientierte, natürliche und menschliche Lebensweisen so großartig sind? Weil es am Ende kein logisches Argument gibt, dass sie entkräftet. Alles was wir zu tun haben, ist den Lebensstil vorzuleben und andere Menschen aus ihren Komfortzonen zu holen, um auch ihr Verhalten positiv zu verändern. Je weiter du selbst in deinem persönlichen Entwicklungsprozess bist, desto leichter wird dir diese Überzeugungsarbeit fallen.

In diesem E-Book möchte ich dich zu einem noch größeren Teil der Lösung unseres Müllproblems machen und deine Position im Kampf für eine umweltbewusste und müllvermeidende Gesellschaft stärken. Dafür gebe ich dir jetzt einige Kommunikations-Tipps und einleuchtende Antworten auf alle typischen Argumente gegen den Zero Waste Lebensstil an die Hand. Viel Erfolg!

# TIPPS ZUR KOMMUNIKATION

Wenn du einen Lebensstil vorlebst, bist du wie ein wandelndes Werbeschild. Manche wirst du überzeugen, andere wirst du eher nerven. Entscheidend ist, wie du die Gründe für deine Einstellung kommunizierst. Mache dir bewusst, dass dein Gesprächspartner meist noch nicht bewusst Müll vermeidet – und das sich seine Meinung über den Zero Waste Lebensstil vor allem durch diese Unterhaltung mit dir bildet. Die Chance, andere Menschen für bewusste Müllvermeidung zu begeistern, ist also riesig – doch so auch die Gefahr, dass sie bei ihren Gewohnheiten bleiben werden. Bevor wir gleich zu den Argumenten übergehen, möchte ich dir deshalb noch ein paar Tipps für wirklich wirkungsvolle und nachhaltige Diskussionen an die Hand geben.

Es ist äußerst ineffizient, anderen Menschen seine persönlichen Entscheidungen aufzudrängen. Viel erfolgsversprechender ist es, wenn du auf einer Ebene, empathisch, verständnisvoll und sachlich argumentierst. Stelle die richtigen Fragen und lausche den Antworten. Wenn Menschen über ihre eigenen Ausreden stolpern, werden sie sich selbst hinterfragen, ohne deine Meinung und einen Wasserfall von Fakten über sich einprasseln lassen zu müssen. Denn nochmal: es gibt kein logisches Argument gegen bewusste Müllvermeidung. Ob du überzeugst oder nicht, entscheidet sich im Wesentlichen dadurch, wie du Problem und Lösung kommunizierst.

Stelle also lieber die folgenden Fragen, um zum Nachdenken anzuregen, anstatt andere Menschen mit Fakten zu überladen:

**„Wie lange bleibt eine Plastikflasche in der Umwelt?“**, statt „Eine Plastikflasche bleibt etwa 450 Jahre<sup>3</sup> lang in der Umwelt.“

---

<sup>3</sup> Kirbach, Roland: Im Plastik gefangen (Stand: 25.06.2015). <https://www.zeit.de/2015/26/plastikmuell-nordsee-recycling-umweltschutz/seite-2>. [02.07.2020].

**„Wie werden Produkte aus Plastik hergestellt?“**, statt „Die begrenzte Ressource Erdöl muss aus dem Boden gepumpt, in die Raffinerie transportiert, in Kunststoff umgewandelt und verpackt, sowie wiederum zum Händler gebracht werden.“

**„Wie groß ist der Anteil unseres Plastikmülls, der recycelt wird?“**, statt „Von den 2017 in Deutschland angefallenen 5,2 Millionen Tonnen Plastikmüll wurden gerade mal 810.000 Tonnen wiederverwertet. Das entspricht einer tatsächlichen Recycling-Quote von nur 15,6 Prozent.“<sup>4</sup>

Deine Faktenkenntnisse solltest du erst dann nutzen, wenn dein Gegenüber bereits aktiv über die Antworten auf deine Fragen nachdenkt. In solchen Momenten wirken Fakten dann viel hilfreicher und weniger belehrend. Unter

<https://www.careelite.de/plastik-muell-fakten> aktualisiere ich regelmäßig die neuesten Zahlen über Plastikmüll. Da kannst du dir jederzeit ein paar nützliche Statistiken abholen.

Ein Tipp noch, bevor wir zu den Argumenten und passenden Antworten übergehen: wenn es dir Bild- oder Videomaterial zur Verfügung steht, kannst dieses natürlich ebenfalls nutzen, um dein persönliches Anliegen noch greifbarer zu untermauern. Empfehlen kann ich dir da den Film „Plastic Planet“ von Werner Boote – oder auch kürzere Dokumentationen auf YouTube, wie zum Beispiel „Recycling-Mythen und illegale Plastik Exporte“ vom Y-Kollektiv.

---

<sup>4</sup> BUND (2019): Plastikatlas 2019 – Daten und Fakten über eine Welt voller Kunststoff, 2.Auflage, Juli 2019, S.9.

# ARGUMENTE

Ich bin jetzt einige Jahre dabei und habe schon so ziemlich jedes Vorurteil gegenüber bewusster Müllvermeidung ein bis achtzig Male zu hören bekommen. Die Argumente, die du jetzt gleich lesen wirst, könnte man also auch getrost als kleines Diskussions-Potpourri bezeichnen. Dass ich einige von ihnen früher einmal selbst herausposaunt habe, erleichtert mir die Überzeugungsarbeit übrigens ungemein.

Fühlst du dich gut vorbereitet? Sehr gut. Dann reden wir jetzt Tacheles!

## **»Ich allein kann sowieso nichts verändern.«**

Was wäre, wenn jeder so denken würde? Dann bliebe alles auf unserer Erde gleich! Schon Albert Einstein hat gesagt: »Die reinste Form des Wahnsinns ist es, alles beim Alten zu belassen und zu hoffen, dass sich etwas ändert.« Jeder Mensch sollte davon ausgehen, dass er etwas ändern kann. Die Menschen, die daran glauben, werden erfolgreich sein und andere mitreißen. »Allein« ist man also höchstens im kurzen Moment der Entscheidung, etwas in seinem Leben zu verändern, um einen Missstand zu beseitigen. Doch wenn es sich dabei um ein Problem handelt, das nicht nur dich, sondern auch viele andere Menschen betrifft, wirst du nicht allein bleiben und einen Stein ins Rollen bringen. Das ist bei der bewussten Müllvermeidung und der Schonung natürlicher Ressourcen definitiv der Fall. Logisch – wer will schon im Plastikmüll baden, Tiere an unserem Müll verenden sehen oder Mineralwasser mit Mikroplastik trinken?

## »Wir haben größere Probleme als den Plastikmüll – zum Beispiel das Artensterben oder den Klimawandel.«

Ach und der Lösung dieser anderen Probleme widmest du dich persönlich in deinem Alltag? Oder hast du da auch eine passende Ausrede parat? Plastikmüll ist genau deshalb eine so massive Herausforderung, weil er nicht biologisch abbaubar ist und deshalb nicht einfach wieder verschwindet. Eine Sixpack-Ring aus Plastik bleibt zum Beispiel für etwa 400 Jahre im Meer, bis er sich durch Wind und Wetter zu Mikroplastik zersetzt hat. Eine Plastikflasche benötigt etwa 450 Jahre und eine Plastiktüte ca. 10 – 20 Jahre.<sup>5</sup> Danach ist der Kunststoff nicht weg. Er wird nur sukzessive immer kleiner – bis er sich zu Mikroplastik zersetzt hat, dass kleiner als 5 Millimeter ist. Meerestiere fressen die kleinen Plastikteilchen, sodass sie in ihre Körperzellen übergehen. Dann liegen sie wieder bei uns auf dem Teller. Hinzu kommt, dass die Produktion und die Wiederverwertung von Kunststoffen extrem energieintensiv sind – und dass der Plastikmüll im Wasser und an Land Treibhausgase wie Methan freisetzt.<sup>6</sup> Zudem werden durch die Entsorgung in der Natur, wiederverwendbare, natürliche Ressourcen verschwendet – und auch das Artensterben wird beschleunigt, da Millionen von Tieren ihr Leben aufgrund unseres Mülls verlieren.

Aufgrund der langen Zersetzungszeit, der Gefahr für die Gesundheit aller Lebewesen auf der Erde und der Verschärfung anderer Umweltprobleme, hat sich unser Umgang mit dem Kunststoff zu einer der größten Herausforderungen unserer Zeit entwickelt. Es bleibt keine Zeit mehr – wir müssen diese Herausforderung jetzt meistern. Das Schöne: alle menschengemachten Umweltprobleme kannst du durch

---

<sup>5</sup> Umweltbundesamt: So lange bleibt der Müll im Meer, abrufbar unter [https://www.gelsenwasser-blog.de/plastikmuell-gefaehrdet-gewaesser/meeresmuell\\_grafik\\_studiogood/](https://www.gelsenwasser-blog.de/plastikmuell-gefaehrdet-gewaesser/meeresmuell_grafik_studiogood/). [02.07.2020].

<sup>6</sup> A. Krieger (2018): Plastikmüll im Meer verursacht Treibhausgase, abrufbar unter [https://www.deutschlandfunk.de/klimawandel-plastikmuell-im-meer-verursacht-treibhausgase.676.de.html?dram:article\\_id=431970](https://www.deutschlandfunk.de/klimawandel-plastikmuell-im-meer-verursacht-treibhausgase.676.de.html?dram:article_id=431970). [02.07.2020].



einen bewusst nachhaltigen Lebensstil auf einmal lösen – ob Plastikmüll in der Umwelt oder Klimawandel.

### »Wir Deutschen sind doch Recycling-Weltmeister!«



Das ist leider eine echte Recycling-Lüge. Von den im Jahr 2017 in Deutschland angefallenen 5,2 Millionen Tonnen Plastikmüll wurden nur 810.000 Tonnen wiederverwertet. Das entspricht einer Recycling-Quote von nur 15,6 Prozent.<sup>7</sup> Wir sind damit weder Welt- noch Europameister im Recyceln. Sieh dir einfach etwas genauer an, wie und vor allem wann diese Recycling-Quote erhoben wird – nämlich direkt nach der Abfallsortierung. Unkontrollierte Müllexporte und Verluste während des Recycling-Prozesses werden dabei nicht einmal berücksichtigt. Hinzu kommt, dass der Plastikmüll, den wir ins Ausland exportieren, ebenfalls als recycelt gilt. Im Jahr 2015 wurden zum Beispiel 13,65 Prozent in Länder wie Malaysia, China

---

<sup>7</sup> BUND (2019): Plastikatlas 2019 – Daten und Fakten über eine Welt voller Kunststoff, 2.Auflage, Juli 2019, S.9.

oder Indien verschifft.<sup>8</sup> Länder, die selbst ein Problem mit dem Müllaufkommen haben. Und ob der Müll dort überhaupt wirklich recycelt wird, ist schwer zu kontrollieren. Deshalb sollten wir ganz bewusst Müll vermeiden und unseren produzierten Müll lieber selbst entsorgen. Oder bringst du etwa deinen Müll auch immer zum Nachbarn herüber? Lasse dich nicht vom Ruf als Recycling-Weltmeister irritieren – denn damit brüsten wir uns zu Unrecht.

### **»Man kann nicht plastikfrei leben, das geht heute gar nicht mehr.«**

Oh ja, den Eindruck habe ich auch - weil einfach vieles in unserem Alltag aus Plastik besteht. Doch dieser Eindruck trügt und sollte deshalb nicht als Ausrede dafür gelten, absolut nicht mehr auf Müllvermeidung zu achten. Die Begriffe »plastikfrei« und »Zero Waste« klingen, zugegeben, als ob du von jetzt auf gleich nichts mehr mit Plastik zu tun haben wirst. Doch tatsächlich handelt es sich dabei um ein langfristiges Ziel, zu dem du dich Schritt für Schritt hinarbeiten kannst. Erst ersetzt du zum Beispiel Plastikstrohhalm durch wiederverwendbare Glasstrohhalm und einige Zeit später die regelmäßig neu gekaufte Plastiktüte durch einen wiederverwendbaren Jutebeutel. So entwickelst du dich langsam, aber gezielt weiter und reduzierst den Kunststoff in deinem Alltag nach und nach. Niemand muss plastikfrei leben – doch es wäre fatal, einfach alles beim Alten zu belassen, wohlwissend, dass das eigene Verhalten Umwelt, Tieren und schlussendlich auch uns Menschen schadet.

---

<sup>8</sup> Maak, S.; Bündnis 90/Die Grünen: Deutschland ist nicht Recyclingweltmeister (Stand: 18.01.2019). <https://www.gruene-bundestag.de/themen/umwelt/deutschland-ist-nicht-recyclingweltmeister>. [01.07.2020].

## **»Die Politik und die Wirtschaft müssen den Verpackungswahn beenden.«**

Politik und Wirtschaft müssen es richten, stimmt. Aber du als Konsument musst auch deinen Beitrag leisten. Dein Einkaufszettel im Supermarkt ist ein Stimmzettel, für die Produkte, die du gerne hättest. Wenn du also bewusst plastikfreie bzw. müllvermeidende Artikel bevorzugst, werden die Wirtschaftsunternehmen das erkennen – sodass es in Zukunft auch mehr dieser Produkte geben wird. Die Nachfrage bestimmt das Angebot - so einfach funktioniert der Markt. Wenn du selbst nicht Teil der positiven Veränderung bist, bremst du sie aus. Am Ende muss es ein gesundes Zusammenspiel aus politischen Entscheidungen, angepassten Angeboten und bewusst ausgewählten Produkten richten. Wenn jede Partei einfach nur die Verantwortung an die andere abgeben würde, würde sich auch nichts verändern. Als Konsument kannst du auf jeden Fall täglich dazu beitragen, dass der Verpackungswahn noch etwas schneller beendet wird. Wenn du nicht daran glaubst und deshalb nichts an deinen Gewohnheiten veränderst, bewirkst du – im Gegensatz zu deinem Wunsch - das genaue Gegenteil.

## **»Das bisschen Mikroplastik in einem Duschgel macht doch keinen Unterschied.«**

Leider macht auch jeder noch so kleine Anteil von Mikroplastik einen Unterschied. Stelle dir nur Mal vor, jeder würde so denken, wie du. Dann würde deutlich mehr Mikroplastik aus den Haushalten in die Meere strömen und der Fisch, den du demnächst wieder auf dem Teller hast, hätte mit noch höherer Wahrscheinlichkeit Kunststoff im Fleisch. Doch noch entscheidender ist, dass sich dann absolut nichts an diesem Missstand ändern würde. Indem du dich aber gegen Duschgel mit Mikroplastik aussprichst, Hersteller zurechtweist und Menschen aufforderst, das ebenfalls zu tun, schaffst du Veränderung. Vielleicht gibt es dann irgendwann

keinen Kunststoff mehr in unseren Kosmetik-Produkten, der natürliche Gewässer und sogar unsere Gesundheit belastet – was ist dagegen einzuwenden?

**»Ich habe keine Lust darauf, mir jede Woche neue Zahnpasta selbst zu machen.«**

Nur die wenigsten machen sich jede Woche Produkte des täglichen Bedarfs selbst. Das muss man ja auch nicht machen. Du kannst zum Beispiel auch Zahnputztabletten als plastikfreie Alternative für herkömmliche Zahnpasta verwenden. Und wenn du dich doch Mal an einer DIY-Anleitung für Zahnpasta versuchen willst: es dauert nur 15 Minuten – und du kannst ja auch gleich größere Mengen herstellen. Außerdem ist es einfach cool, ab und zu mal über den Tellerrand zu schauen. Zudem weißt du genau, welche Inhaltsstoffe in deiner Zahnpasta stecken. Auf jeden Fall solltest du den Aufwand für DIY-Produkte, die du nicht herstellen musst, nicht als Ausrede dafür nehmen, gar nicht mehr auf Müllvermeidung zu achten.

»100 Prozent plastikfrei geht doch gar nicht.«



Warum muss man immer alles zu 100 Prozent perfekt machen? Plastikfrei zu leben ist doch kein Sprint, sondern ein Marathon. Ein Marathon, bei dem du dich Schritt für Schritt verbesserst, weil du jeden Tag neue Dinge dazulernst. Ich selbst mache auch nicht alles perfekt. Doch wenn ich jetzt Mal ein paar Monate/Jahre zurückdenke, stelle ich fest, wie sehr ich mich im Laufe der Zeit weiterentwickelt habe und wie wenig Müll ich heute nur noch produziere. Anstatt dein Argument als Ausrede zu nutzen, solltest du lieber einfach Mal damit anfangen, etwas in deinem Alltag zu verändern. Ersetze zum Beispiel teures Wasser aus Plastikflaschen durch Leitungswasser aus der wiederverwendbaren Edelstahl-Trinkflasche. Kaufe mit einem Jutebeutel ein, anstatt mit einer Plastiktüte. Und kaufe Äpfel, Birnen, Tomaten und Champignons in deinen eigenen Obst- und Gemüseketzen, anstatt in den kostenlosen Plastik- oder Papiertüten. Das sind erste Schritte, denen viele Weitere folgen werden, wenn deine persönliche Einstellung auf den Zero Waste Lebensstil und seinen positiven Effekt für dich selbst und unsere Umwelt ausgerichtet ist.

## **»Second Hand - hast du kein Geld für ein neues Shirt?«**

Wenn ich dir nicht erzählt hätte, dass ich hier ein Second-Hand-Shirt trage, wäre es dir gar nicht aufgefallen, oder? Schlussendlich habe ich also eine Menge Geld und die unnötige Verschwendung natürlicher Ressourcen eingespart und trotzdem ein neues Kleidungsstück. Auch Kinderarbeit und miese Arbeitsbedingungen in dreckigen Fabrikhallen waren für mein neues T-Shirt nicht notwendig. Für billige und unfair produzierte Neuware würde ich mich also mehr schämen, als für dieses „gebrauchte“ T-Shirt. Und womit hast du mehr Probleme? Damit ein gewaschenes, gebrauchtes T-Shirt zu tragen – oder damit, für deinen Kleidungsstil auf neue, stylische aber gleichzeitig billige Mode zurückzugreifen, die nur durch Ausbeutung hergestellt werden kann? Wir müssen einfach verstehen, dass wir auf Kosten anderer leben. Und ein Lebensstil, unter dem unser Planet, Tiere und andere Menschen leiden, ist weder moralisch vertretbar, noch lässt er sich ewig aufrechterhalten.

## **»Ich werde nicht für die Umwelt auf meine Lebensqualität verzichten, wenn andere das auch nicht tun.«**

Verbinde Müllvermeidung im Alltag bitte nicht direkt mit Verzicht – betrachte es eher als stetige Optimierung. Verzichten solltest du nur auf Dinge, die im Regelfall vollkommen überflüssig sind. Wie zum Beispiel Einwegbecher oder kurzlebige Strohhalme aus Plastik. Jedes dieser Wegwerfprodukte lässt sich einfach durch Mehrweg-Alternativen ersetzen – zum Beispiel durch eine Edelstahl Trinkflasche oder wiederverwendbare Glasstrohhalm. Du bist nicht der einzige, der auf etwas verzichtet, um der Umwelt etwas Gutes zu tun. Genau genommen ist es nicht einmal ein Verzicht. Vielleicht achtet nicht jeder darauf, die Umwelt im Alltag zu schützen. Doch so zu tun, als wärst du der Einzige, ist eine schwache Ausrede. Was

spricht dagegen, Vorbild für die Menschen zu sein, die noch relativ blind für die Umweltprobleme unserer Zeit sind oder für die, die es einfach nicht besser wissen? Du bist Vorbild – entweder ein Gutes oder ein Schlechtes. Irgendwer muss schließlich damit anfangen, die Dinge in unserer Gesellschaft so zu verbessern, dass auch in 100 Jahren noch Menschen auf dieser Erde leben können, ohne durch Berge von Müll zu warten. Ehrlich gesagt: Wenn jeder so egoistisch denken würde wie du, dann wäre leider genau dieses Szenario Realität.

**»Ich hebe doch keinen Müll auf, den andere gemacht haben.«**



Worin genau liegt denn da das Problem? Du bist doch schlauer als der Durchschnitt und weißt, welche Folgen ein stabiler Sixpackring von Bierdosen oder eine ewig weilende Plastikflasche in der Natur haben kann. Tiere, wie zum Beispiel Seevögel, fressen es oder strangulieren sich damit. Warum also nicht schlauer sein als derjenige, der den Müll verursacht hat? Bringe den Müll einfach zur nächsten Tonne! Das wird dir einige Karmapunkte einbringen, weil es unseren Planeten und vielen Tieren das Leben rettet und weil es andere Menschen inspiriert oder sie wenigstens dazu bringt, überhaupt darüber nachzudenken, aus welchen Gründen

du das eigentlich tust. Hinzu kommt, dass der Ort, an dem du dich befindest, nach der Aufräumaktion um einiges besser aussieht, als zuvor. Das allein ist ein ziemlich cooles Gefühl. Und allein dafür lohnt es sich schon, hin und wieder aus seinen Gewohnheiten auszubrechen.

### **»Öko zu sein ist voll unmännlich.«**

Es mag sein, dass Frauen in puncto Umweltschutz im Alltag in der Mehrheit sind. Und vielleicht auch, dass ökologische Verhaltensweisen meist etwas „weicher“ und „weiblicher“ herüberkommen. Doch wenn man so darüber nachdenkt: was ist unmännlich daran, sich gegen Missstände in unserer Gesellschaft einzusetzen und einen Lebensstil zu leben, der nicht die Umwelt zerstört in der man selbst lebt? Ist es unmännlich, in draußen in der Natur zu grillen und keinen Müll zu machen oder ohne ihn an Ort und Stelle zu hinterlassen? Oder ist es unmännlich einen Drink ohne Plastik-Strohalm zu trinken? Müllvermeidendes oder nachhaltiges Verhalten im Allgemeinen solltest du jedenfalls nicht in männlich oder weiblich kategorisieren – sondern in smart oder nicht smart. Ob Mann oder Frau – schlussendlich sind wir alle durch unser tägliches Verhalten entweder Teil der Lösung des „Umweltproblems Plastikmüll“ – oder weiterhin ein Teil des Problems. Auf welcher Seite du stehen willst, hast du selbst in der Hand.



## »Zero Waste ist zu teuer.«



Den Eindruck kann man schnell bekommen, das stimmt. Doch auch wenn plastikfreie Artikel zum Beispiel aus dem Unverpackt Laden zunächst einmal etwas teurer sind, gilt das nicht für den gesamten Lebensstil. Denn wer plastikfrei lebt, lebt grundsätzlich bewusster und konsumiert deutlich weniger. Fast schon ein bisschen minimalistisch. Du gibst vielleicht etwas mehr Geld für gesunde und plastikfrei verpackte Lebensmittel aus – du kaufst aber weniger Überflüssiges und schonst deinen Geldbeutel dadurch. Nicht zuletzt, indem du lange wiederverwendbare Dinge bevorzugst und damit teure Einwegprodukte ersetzt. So ist es zum Beispiel günstiger, ein einziges Mal einen Stoffbeutel zu kaufen, als immer wieder Geld für eine neue Plastiktüte hinzublättern. In vielen Cafés bekommst du deinen Kaffee sogar günstiger, wenn du deinen eigenen CoffeeToGo-Becher mitbringst oder ihn vor Ort aus der Porzellan-Tasse trinkst. Hinzu kommt, dass die Entsorgungskosten aus deinem Haushalt ebenfalls reduziert werden. Unter dem Strich ist das plastikfreie Leben, meiner persönlichen Erfahrung nach, deshalb sogar günstiger.

## **»Zero Waste ändert gar nichts.«**

Wenn Zero Waste nichts ändert – glaubst du, dass sich mehr ändert, wenn du einfach gar nichts tust? Wenn wir die zunehmenden Massen an ewig auf unserer Erde bleibendem Plastikmüll stoppen wollen, muss jeder Einzelne bei sich selbst anfangen. Jedes kleine Stückchen Plastikmüll in der Natur weniger, ist eine positive Veränderung. Wenn du behauptest, dass »Zero Waste nichts ändert«, denkst du meiner Meinung nach einfach zu kurzfristig und nicht an das langfristige gemeinsame Ziel, unseren Planeten und alle Lebewesen vor Plastikmüll zu schützen. Mit dieser Einstellung bleibst du ein Teil des Problems, anstatt Teil der Lösung zu werden. Der plastikfreie Lebensstil ist lösungsorientiert, denn er reduziert den persönlichen Plastikmüll und damit auch die Verschwendung des begrenzten Rohstoffs Erdöl für überflüssige Plastikverpackungen, die später größtenteils verbrannt werden. Da wir zudem bezüglich der Auswirkungen von Kunststoffen in der Nahrungskette auf unsere Gesundheit noch im Dunkeln tappen, rettet uns der plastikfreie Lebensstil womöglich sogar einen Großteil unserer Lebenszeit. Weniger Mikroplastik im Essen, saubere Flüsse und Meere, keine an unserem Müll verendenden Tiere und eine saubere Natur, durch die du gerne spazieren gehst. Also bitte behaupte nicht pauschal, Zero Waste würde nichts ändern. Sehe das Zusammenspiel vieler kleiner, guter Taten, die das Verhalten unserer Gesellschaft dauerhaft und entscheidend verbessern werden.

## **»Zero Waste ist nur ein schnell vergehender Trend.«**

Etwas, das unseren Planeten schützt und auch zukünftigen Generationen Chancen auf ein angenehmes Leben auf diesem Planeten bewahrt, ist mehr als nur ein Trend. Vielleicht fühlte sich das „trendig“ an, als du zum ersten Mal von Zero Waste gehört hast. Doch der Lebensstil hat sich zu einer gefestigten Bewegung gewandelt,

die den Kunststoff in den nächsten Jahrzehnten Stück für Stück durch natürliche Materialien ersetzen und unsere Gesellschaft vom Plastikzeitalter in ein umweltbewussteres Zeitalter führen wird. Wie auch immer das Zeitalter dann heißen mag – unsere Gesellschaft wird in dieser Phase wieder natürlicher leben, weil die Folgen unseres Verhaltens auf dieser Erde leider aber endlich sichtbar sind. Den Verantwortlichen der Plastikindustrie zittern bereits heute die Knie, wenn sie an den drohenden Verlust in den nächsten Jahrzehnten denken. Anstatt den plastikfreien Lebensstil kleinzureden, sollten die Plastiklobbyisten lieber ihre kostbare Zeit und ihr Geld in die Suche nach einer natürlichen Alternative zu Kunststoff aus Erdöl investieren, die zukunftsfähig ist. Denn die Grundidee des flexiblen Plastiks ist genial – doch solange wir nicht bewusst mit dem Material umgehen können, braucht es sinnvolle Alternativen, die weniger oder bestenfalls gar keinen Schaden anrichten.

### **»Selbst gemachtes Spülmittel aus Efeu ist doch giftig!«**

Efeusträucher sind giftig, das stimmt. Vor allem ältere Efeusträucher. Das Gleiche gilt übrigens auch für herkömmliches, chemisches Spülmittel aus der Drogerie, mit all seinen Phosphaten und Tensiden. Die sind auch giftig und die nutzt du ja schon eine ganze Weile, oder? Wenn du die Blätter und Beeren also weder isst, noch das fertige Spülmittel trinkst – dann bleibt es ungefährlich. Probiere es also einfach einmal aus, die Blätter wachsen ja mit Sicherheit bei dir um die Ecke. Die Herstellung macht sogar richtig Spaß und dauert nur maximal 5 Minuten. Anschließend hast du ein schäumendes, fettlösendes Spülmittel. Völlig kostenlos.

## **»In einem Land wie Indonesien lässt sich kein Plastikmüll vermeiden, da ist alles voll davon!«**

Das ist sicher noch etwas schwerer als in Deutschland, das stimmt. Vor allem, weil etwa 82 Prozent des Plastikmülls im Meer aus asiatischen Ländern stammen.<sup>9</sup> Doch dieser Fakt ist noch lange kein Grund, ihn als Ausrede für ein umweltschädliches Verhalten zu nutzen. Schließlich funktionieren die Grundsätze des Zero Waste Lebensstils ja auch in Indonesien. Nimm einfach deinen Rucksack oder deinen Jutebeutel mit zum Einkaufen – denn Lebensmittel wie Bananen oder Äpfel gibt es auch dort unverpackt. An der Kasse lehnst du dann die Plastiktüte ab – und wann immer sich die Chance ergibt, klärst du Menschen darüber auf, warum es wichtig ist, Plastikmüll möglichst zu vermeiden. Es gibt Tausende Dinge, bei denen du auch in Indonesien Müll vermeiden kannst. Denn das, was in der Umwelt liegt, ist in der Regel eine Folge schlechter Recyclingsysteme, mangelnder Bildung und zunehmender Bequemlichkeit. Sei einfach schlau und vorbildlich – und mache es besser. Zeige den Menschen, wie Müllvermeidung funktioniert. Anstatt die Fehler anderer als Ausrede zu nutzen – und diese Fehler dann selbst zu begehen.

---

<sup>9</sup> Ellen MacArthur Foundation: The New Plastics Economy – Rethinking The Future Of Plastics & Catalysing Action, Januar 2016, S.32.

»Der eine Plastikstrohhalm macht doch keinen Unterschied.«



Wie lange verwendest du einen Wegwerf-Strohhalm aus Plastik grundsätzlich? Ich schätze Mal, für etwa 15 bis 30 Minuten - danach ist er nichts weiter als Müll. Jetzt stelle dir einmal vor, jeder der fast acht Milliarden Menschen auf der Erde würde so denken und weiter regelmäßig durch Plastikstrohhalm schlürfen. Dann hätten wir allein durch Einwegtrinkhalm ein echtes Umweltproblem. Glücklicherweise denken immer mehr Menschen um, verzichten ganz auf einen Trinkhalm oder ersetzen ihn durch wiederverwendbare Bambus-, Glas- oder Edelstahlstrohhalm. Das Trinken ist dadurch genauso einfach. Nur schon dieses Verhalten darüber hinaus die Umwelt, da du ein Einwegprodukt durch ein Mehrwegprodukt ersetzt. Und wer schon einmal gesehen hat, wie eine Schildkröte beinahe durch den Verzehr eines Plastikstrohhalm verendet wäre, würde vermutlich nicht mehr behaupten, dass der EINE Plastikstrohhalm mehr oder weniger ja keinen Unterschied macht. Für das Leben eines Tieres kann der eine Strohhalm nämlich einen entscheidenden Unterschied machen.

## »Zero Waste ist viel zu umständlich.«

Immer, wenn man aus seinen Gewohnheiten ausbrechen will, soll oder muss, erscheint einem diese Veränderung eher zu umständlich zu sein. Sobald man den Dreh aber heraushat, ist man froh und stolz, diesen Schritt gegangen zu sein. Der müllvermeidende Lebensstil ist aber auch schon in seinen Grundsätzen relativ unkompliziert. Du solltest zum Beispiel einfach darauf Acht geben, dass die Dinge, die du kaufst und konsumierst möglichst wiederverwendbar und langlebig sind und dass du überflüssige Dinge meidest. Dabei musst du nicht alles perfekt machen – es reicht wenn viele Menschen, viele kleine Dinge unperfekt tun. Anlaufstellen für möglichst müllfreies Einkaufen gibt es zur Genüge. Diese reichen vom Unverpackt-Laden, über regionale Wochenmärkte, Hofgeschäfte, Tee- und Bioläden, bis hin zum klassischen Supermarkt. Viele Grundnahrungsmittel gibt es schon lange plastikfrei. So kannst du zum Beispiel Obst- und Gemüse lose mit einem ewig wiederverwendbaren Obst- und Gemüsenetz einkaufen. Und Joghurt oder Aufstrich besorgst du dir einfach im Glas. Auch auf die Plastiktüte kannst du beim Einkauf verzichten, wenn du dir einen einfachen Jutebeutel bevorzugst oder den Rucksack mitnimmst und mit dem Einkaufskorb des Supermarktes einkaufst. Die bewusste Müllvermeidung wird dich sicherlich auch Mal vor eine echte Herausforderung stellen. Aber das bedeutet noch lange nicht, dass der gesamte Lebensstil so kompliziert ist, dass man sich lieber gar nicht erst daran versucht.

# DANKE FÜRS LESEN!

Ich bin stolz darauf, dass du dieses kleine E-Book bis zum Ende gelesen und dich ganz bewusst mit den logischen Argumenten für einen müllvermeidenden Lebensstil beschäftigt hast. Mit diesem Wissen kannst du andere Menschen so viel leichter davon überzeugen, selbst ein Teil der Lösung des Plastikmüll-Problems zu werden und unseren Planeten, sowie uns selbst und unzählige Lebewesen, die darauf leben, zu schützen. Schon ein einfacher Denkanstoß kann so viel bewirken – es braucht lediglich Menschen, die ihn geben.

Ich wünsche dir viel Spaß und maximalen Erfolg bei zukünftigen Diskussionen!

*Christoph*

Fallen dir weitere Argumente ein? Dann lass es mich gerne wissen! Als ergänzende Erweiterung zu diesem E-Book kann ich dir mein Buch „Plastikfrei für Einsteiger“ empfehlen. Du bekommst es hier: <https://bit.ly/plastikfreifuereinsteiger>



Und falls du mir einen kleinen Obolus als Unterstützung dalassen willst, kannst du gerne etwas in meine Kaffeekasse werfen: <https://www.careelite.de/kaffeekasse>  
Die Spenden werden vor allem für die Erstellung neuer, aufklärender Blogbeiträge, sowie für CleanUp Material im Kampf gegen den Plastikmüll in der Umwelt genutzt.

So oder so vielen für deinen Support! Wir sehen uns im Zero Waste Blog von CareElite: <https://www.careelite.de/blog/zero-waste-plastikfrei/>