



Presseausendung

26.02.2020

## **Fasten einmal anders mit dem Österreichischen Umweltzeichen Plastikfasten: Es muss nicht immer Schokolade sein**

**Zu Beginn der Fastenzeit nehmen sich viele Menschen vor, auf Süßes, Kaffee oder Alkohol zu verzichten. Diese klassischen Vorsätze fördern zwar die eigene Gesundheit, aber die Umwelt kommt dabei zu kurz. Wer einen nachhaltigeren Ansatz ausprobieren möchte, kann 40 Tage lang seinen Plastikverbrauch reduzieren und dadurch der Umwelt etwas Gutes tun. Das Österreichische Umweltzeichen hat 5 Tipps, wie das gelingt.**

### **1. Mehrweg trinken**

Wer kennt das nicht: Man hat keine Zeit zum Frühstück oder macht einen gemütlichen Einkaufsbummel und holt sich unterwegs einen Coffee to go. 84 Millionen Einwegbecher fallen pro Jahr allein in Wien an und sorgen für enorme Müllberge. Seit Kurzem gibt es zum Wegwerfen eine umweltfreundliche Alternative – das myCoffeeCup Mehrwegsystem. Hinter dem Pilotprojekt stehen das Wiener Unternehmen Cup Solutions, das für diese nachhaltige Initiative das Österreichische Umweltzeichen erhalten hat, und die Stadt Wien. Teilnehmende Cafés und Bäckereien in Wien füllen den Kaffee in spezielle Mehrwegbecher, die entweder in einer Filiale oder bei einem Automaten zurückgegeben werden können. Wo sich die nächste Rückgabe-Station befindet, wird in der App angezeigt. Für den retournierten Becher gibt es sogar eine Gutschrift auf den nächsten Kaffee. Bis zu 42 Millionen Liter Wasser, 1,9 Millionen Kilogramm Holz und 9,6 Millionen kWh an Energie können dadurch eingespart werden. So wird die Umwelt auch über die Fastenzeit hinaus geschont.

### **2. Frisch kochen**

Wenn man Essen bestellt, wird es in der Regel in Plastikverpackungen und Papiertaschen geliefert. Einzelne Komponenten werden oft noch extra verpackt. Dass dadurch eine enorme Menge an Müll produziert wird, ist nicht zu übersehen. Viele Gerichte lassen sich schnell und einfach selber kochen. Wer gleich etwas mehr zubereitet, spart am nächsten Tag die Zeit fürs Kochen und achtet darauf, wertvolle Lebensmittel nicht unnötig zu verschwenden.

Klar ist, nicht jeder kann in der Arbeit kochen oder das Essen aufwärmen. In diesem Fall ist vielleicht eine Kantine mit dem Österreichischen Umweltzeichen in der Nähe, die frisch, regional und saisonal kocht. Wenn das Mittagessen doch einmal bestellt werden soll, sind am besten umweltfreundliche Lieferservices zu bevorzugen, wie zum Beispiel Rita bringt's in Wien. Regionale Zutaten in Bio-Qualität, vollständig biologisch abbaubare Verpackungen und die Zustellung mit dem Lastenrad hinterlassen einen geringen ökologischen Fußabdruck.

### **3. Lebensmittel unverpackt kaufen**

Um auf Plastik beim Lebensmitteleinkauf zu verzichten, greift man am besten zu unverpackten Lebensmitteln. Zum Beispiel müssen Zwiebel nicht in Plastik eingeschweißt sein oder Bananen nicht im Plastiksackerl mit nach Hause genommen werden. Durch bewusstes Einkaufen erkennt man, wie sehr man im Supermarkt von Plastik umgeben ist. Wer die Umwelt



zusätzlich schonen möchte, packt den Einkauf in die eigene Tragetasche. Denn auch Papiersackerl haben bei der Herstellung einen hohen Energieverbrauch.

#### **4. Kosmetik ohne Mikroplastik verwenden**

Zahlreiche Kosmetikprodukte enthalten mikroskopisch kleine Plastikpartikel, die sich im Körper sowie in der Umwelt ablagern und darüber hinaus krebserregend sein können. Außerdem sind die meisten Hygieneartikel, die sich im Badezimmer befinden, in Plastik verpackt. Wer auf die klassische Seife anstelle von Shampoo, Duschgel & Co. zurückgreift, spart bereits die Plastikverpackung ein. Eine plastikfreie Alternative auf ganzer Linie ist die Seife von Ringana, die biologisch abbaubare Inhaltsstoffe enthält und das Umweltzeichen trägt.

#### **5. Mehrweg waschen und reinigen**

Wäschewaschen und Putzen gehören nun einmal zum Alltag dazu. Bei der Auswahl von Wasch- und Reinigungsmitteln sollte man darauf achten, dass sie wenig bis kein Mikroplastik enthalten und die Verpackung recycelt werden kann. Ökologische Reiniger mit dem Umweltzeichen kommen mit weniger Verpackungsmaterial aus und werden leichter biologisch abgebaut. Gekennzeichnete Waschmittel verzichten großteils auf Mikroplastik und auf Chemikalien, die Wasserorganismen gefährden. Außerdem sollten vor allem Textilien aus Kunstfasern nicht öfter als notwendig gewaschen werden, denn beim Waschen lösen sich Plastikpartikel, die letztendlich ins Meer gelangen.

#### **Bild, Abdruck honorarfrei**

Foto: Plastikmüll © Umweltzeichen

#### **Seit 30 Jahren eine verlässliche Orientierungshilfe im Umwelt- und Klimaschutz**

Für die Österreicherinnen und Österreicher bedeutet das Österreichische Umweltzeichen eine Garantie für umweltfreundliche Produkte und trägt zum leichteren umweltfreundlichen Einkauf bei. Produkte und Dienstleistungen, die diese Auszeichnung erhalten, erfüllen strenge Umweltkriterien, die durch ein unabhängiges Gesamtgutachten nachgewiesen werden müssen.

Insgesamt gibt es bereits 1.100 Lizenznehmer aus den verschiedensten Branchen, die die dynamische Entwicklung und hohe Akzeptanz des Öko-Siegels unterstreichen.

Im Tourismussektor steht das Österreichische Umweltzeichen für konsequente nachhaltige Betriebsführung in ausgezeichneten Hotels, Gastronomiebetrieben, Campingplätzen und Schutzhütten sowie bei den verschiedensten Veranstaltungen, die als Green Meeting oder Green Event organisiert werden. Ausgezeichnete Schulen, Kindergärten und Bildungseinrichtungen stehen für eine neue Qualität in der Bildungsarbeit.

Ihnen allen ist Klimaschutz und gelebte Nachhaltigkeit ein wichtiges Anliegen.

#### **Rückfrage unter**

Doris Doppelhofer-Ahmovic, Bakk.phil. MA  
Himmelhoch GmbH  
Mobil: +43 680 236 07 42  
doris.doppelhofer@himmelhoch.at