

H  
HAND  
BUCH  
H

HERAUSGEGEBEN  
VOM ASTA DER  
UNIVERSITÄT KASSEL

NACH  
CH  
HA  
NTIG  
ER

KONSUM

KANN

KONSUM

&gt;&gt;&gt; die Inanspruchnahme von Gütern und Dienstleistungen zur unmittelbaren Bedürfnisbefriedigung

NACH

HALTIG

SEIN



Wer sich diesem Handbuch zum nachhaltigen Konsum annimmt, stellt sich möglicherweise erst einmal diese Frage.

Ein Blick auf die Herkunft des Begriffs „Konsum“ kann uns helfen, zu verstehen, worum es in diesem Handbuch eigentlich geht: Das lateinische Verb „consumere“ bedeutet so viel wie „verbrauchen“ oder „verschwenden“ (tempus consumere = die Zeit verschwenden) und lässt uns schnell auf aktuelle Prognosen über die Endlichkeit natürlicher Ressourcen und menschlicher Kräfte schließen. Es gilt als unumstritten, dass die gegenwärtige Lebens- und Wirtschaftsweise vor allem der industrialisierten Gesellschaften weder räumlich übertragbar noch auf längere Sicht durchführbar ist. Denn neben vermeintlich positiven Effekten (Gewinn, Güterbesitz, etc.) sind daran unweigerlich negative Wirkungen auf Mensch und Umwelt gekoppelt. Diese treten oftmals ungleich in der Weltbevölkerung und zwischen den verschiedenen sozialen Gruppen sowie zeitlich verzögert auf (Stichworte: Klimawandel, „buy cheap – sell high“). So nehmen wir also anderen, gegenwärtig als auch zukünftig, die Möglichkeit ihre Bedürfnisse zu befriedigen (reine Luft atmen, (sauberes) Wasser trinken, Wohlergehen, usw.).

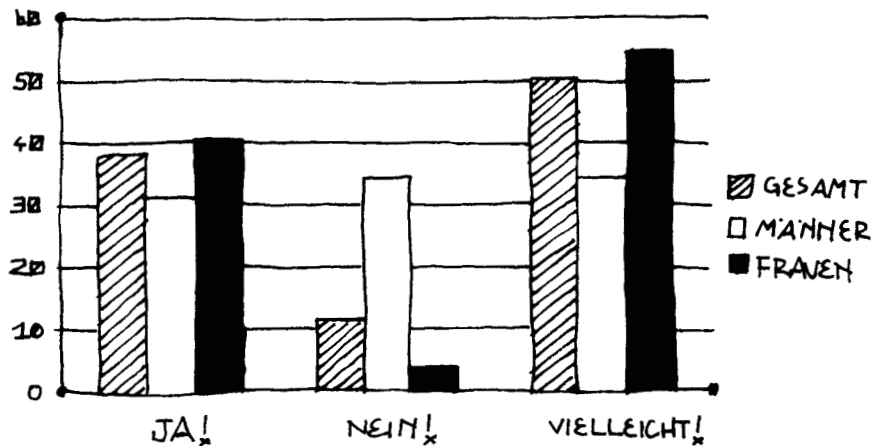
Sollen wir nun aufhören zu konsumieren? Nein. Tatsächlich können essen, trinken, wohnen, mobil sein, sich warm anziehen und alles weitere, das unserer Erhaltung und unserem Wohlbefinden dient, nur durch Konsum erfolgen. Die Frage sollte daher besser lauten: **WELCHES** sind unsere unmittelbaren Bedürfnisse und **WIE** können wir diese befriedigen, ohne anderen Lebewesen eben diese Möglichkeit zu nehmen?

Grundsatzdiskussionen, was nachhaltiger Konsum konkret und unkonkret bedeutet, werden hier nicht geführt, und eine Berechnung über das richtige Maß sei mutigen Rechenkünstlern vorbehalten. In diesem Handbuch möchten wir, die Studenten der Universität Kassel, vielmehr uns und allen anderen einmal aufzeigen, welche Wirkungen unsere gegenwärtige Lebensweise mit sich bringt und dass es eine Vielzahl an Alternativen zu den gegenwärtigen Konventionen des Konsumierens gibt, die dem Anspruch der Nachhaltigkeit (d.h. Umweltkompatibilität und soziale Gerechtigkeit) eher genügen.

Wir waren überrascht, welche Möglichkeiten auf dem Campus, in und um Kassel tatsächlich bestehen, und hoffen, dass auch ihr neue Einsichten erhaltet.

**ES GILT: BITTE NACHMACHEN!**

# UMFRAGE ZUM THEMA NACHHALTIGKEIT



GENERELLE BEREITSCHAFT ZU EINEM ENGAGEMENT  
IM BEREICH NACHHALTIGE ENTWICKLUNG AN DER  
UNIVERSITÄT KASSEL (IN %).

Um festzustellen, welchen Stellenwert das Thema Nachhaltigkeit für Student\*innen an der Universität Kassel hat, haben zwei Studenten vom Konsumkritischen Stadtrundgang Kassel eine anonyme Umfrage erstellt. Dabei war das Ziel, herauszufinden, ob Student\*innen die Relevanz der Nachhaltigkeit im täglichen Leben erkennen und ob sie diese umsetzen. Diese Umfrage war in drei Themenblöcke gegliedert. Die ersten drei Fragen umfassten eine Definition und

die Relevanz der Nachhaltigkeit. Bei der vierten Frage wurden fünf Siegel nach Häufigkeit des Kaufes bewertet. Des Weiteren wurde gefragt, welche unter drei Bananen von verschiedenen Firmen als fair gehandelt gilt. Die sechste Frage beschäftigte sich mit der Auswahl von Lebensmitteln (billigste, beste Qualität, Siegel oder anderes). Die siebte Frage drehte sich darum, wie viele Lebensmittel die Student\*innen in den Müll werfen. Eine weitere Frage handelte vom Kauf der Kleidungs-

stücke und eine vom Nutzen der Transportmittel. Die letzte Frage war, ob derjenige oder diejenige generell bereit ist, sich für eine nachhaltige Entwicklung an der Universität Kassel zu engagieren.

Im Folgenden sind die Ergebnisse der Umfrage dargestellt. 111 Teilnehmer, bestehend aus 78 Frauen (70,27%) und 33 Männern (29,73%), nahmen an der Befragung teil. Das Durchschnittsalter der Befragten betrug 22,46 Jahre (Männer 24,28; Frauen 21,72).

Bei der Frage „Findest du Nachhaltigkeit wichtig?“ antworteten 89,3% mit Ja und 7,1% wollten weder Ja noch Nein sagen. Damit ist der Großteil der befragten Student\*innen sich bewusst, wie wichtig die Nachhaltigkeit für die Zukunft ist. Zu den verschiedenen Siegeln wurde festgestellt, dass nicht alle Student\*innen diese Produkte kennen und erwerben. Der Mehrheit der Befragten (55%) sind die Siegel Demeter, EU Biosiegel und GOTS (Global Organic Textile Standard) nicht bekannt. Produkte mit dem deutschen Biosiegel wurden überwiegend häufig erworben und welche mit dem Fair Trade-Siegel zumindest selten bis häufig. Dabei ergaben sich nur geringe Geschlechtsunterschiede. Es lässt sich jedoch feststellen, dass im Durchschnitt der Befragten die Frauen etwas mehr auf Siegel achten und diese Produkte erwerben. Die Frage fünf verglich Bananen mit dem Siegel Fair Trade, solche von Chiquita ohne Siegel und welche von Dole (Organic). Fair gehandelt waren hier nur die von Fair Trade und dies bewerteten 92,9% der Student\*innen richtig. Zu der Frage, wie viele Lebensmittel in den Müll geworfen wurden, ergab sich, dass ein Großteil der Befragten (68,2%) ein- bis dreimal pro Monat angekreuzt hat. Bei der Frage zum Kaufverhalten von Kleidungsstücken wurde zwischen Frauen und Männern unterschieden. Die Männer, welche an der Umfrage teilnahmen, kauften mehrheitlich weniger Kleidung als die befragten Frauen. Des Weiteren zeigte sich, dass circa zwei Drittel der Befragten (64,3%) öffentliche Verkehrsmittel bevorzugen und am meisten nutzen. Rund ein Viertel (24,6%) verwendet das Fahrrad und circa ein Neuntel (11,3%) das Auto als Fortbewegungsmittel.

Zur generellen Bereitschaft bei dem Engagement an der Universität Kassel zum Thema Nachhaltigkeit (Abbildung 1) wurde festgestellt, dass 37,8% bereit sind, sich für Nachhaltigkeit an der Universität Kassel

einzusetzen, als Pendant sind 11,7% dazu nicht bereit und die Hälfte der Befragten (50,4%) unter gewissen Umständen wie mehr Zeit oder zu einem späteren Zeitpunkt. Bei dieser Frage wurde auch zwischen Männern und Frauen unterschieden und festgestellt, dass Frauen eher bereit sind, sich zu engagieren. Die Differenz liegt bei 9,5% (Männer 31,3%, Frauen 40,8%). Ein größerer Unterschied besteht in der generellen Ablehnung des Engagements. Männer weisen 34,3% auf und Frauen nur ein Neuntel dessen (3,95%). Ein Vielleicht haben bei dieser Frage Männer zu einem Drittel und Frauen zu 55% angekreuzt. Es herrscht also eine große Differenz zwischen einem Bewusstsein von Nachhaltigkeit und nachhaltigem Handeln.

Als Zusammenfassung der Umfrage lässt sich festhalten, dass Frauen eher auf Siegel beim Einkauf achten. Desweiteren benutzen viele Student\*innen die öffentlichen Verkehrsmittel oder das Fahrrad bevorzugt gegenüber dem Auto. Geschlechtsspezifisch konnten wir weiterhin feststellen, dass Frauen, wie bereits bekannt ist, mehr Kleidungsstücke pro Monat erwerben. Außerdem haben Frauen laut dieser Umfrage ein größeres Interesse, sich für nachhaltige Entwicklung an der Universität Kassel zu engagieren, wobei festgehalten werden muss, dass diese Umfrage nicht repräsentativ ist und die Feststellungen nicht auf alle Student\*innen übertragbar sind. Allgemein gibt es noch ein großes Potenzial für nachhaltiges Handeln der Student\*innen. Dies kann auch durch mehr Aufklärung entstehen, was auch das Ziel dieses Handbuchs ist.

Wir bedanken uns hiermit noch einmal bei allen Studentinnen und Studenten, welche an der Umfrage teilgenommen haben.

# WIE MOBILISIERT MENSCH MENSCHEN ZUM NACHHALTIGEN LEBEN



Das ist eine schwierige Frage. Eigentlich ist sie falsch formuliert. Besser wäre es, die Frage zu stellen, wie Menschen die Fähigkeit erlangen können, ihr Handeln und ihren Konsum aus eigenem Antrieb kritisch zu reflektieren und so zu einer nachhaltigen Lebensweise zu gelangen. Jetzt sind wir auch schon bei der nächsten Frage angelangt: Was ist eigentlich diese allgegenwärtige „Nachhaltigkeit“? So inflationär wie dieser Begriff gebraucht wird, ist es kein Wunder, dass er vielen Menschen gehörig auf die Nerven geht. Da hört und liest Mensch also ständig von Nachhaltigkeit und gewinnt den Eindruck, dass entweder jemand irgendwas besser macht oder das eigene Handeln schlecht ist. Nachhaltigkeit bedeutet in diesem Kontext nicht mehr und nicht weniger als die Sensibilisierung für den Gedanken, dass die Menschheit (ganz besonders die der Industrie- und Schwellenländer) mit der heute gebräuchlichen Art zu leben die Lebensqualität von zukünftigen Generationen zerstört. Hier sei nur der ökologische Fußabdruck der Menschen in Deutschland genannt: Würden alle Menschen auf der Erde so leben wie „wir“, bräuchten wir 2,8 Planeten dieser Art um den Ressourcenbedarf dauerhaft zu decken. Mit unserem Konsumverhalten leben wir also „auf Pump“, die nachfolgenden Generationen werden es uns danken!

Die Auswirkungen unseres Lebensstils auf Mensch und Umwelt sind heute schon zu erkennen. Viele der konsumierten Güter werden unter unmenschlichen Arbeitsbedingungen gefertigt, Ressourcen verbraucht sowie Schadstoffe freigesetzt. Häufig ist Gewinn wichtiger als Menschenrechte und Umweltschutz. Die niedrigen Preise vieler Produkte und Rohstoffe basieren auf der Ausbeutung von Menschen und Umwelt. Der globalisierte Preisdruck ist Grund und Folge dieser Entwicklung. Konsumieren und Wegwerfen ist die Maxime unserer Gesellschaft, die Rechnung zahlen andere.

Jetzt mag Mensch erst einmal resignieren und sich denken: Was kann ich denn dagegen tun, dass weltweit Industrieanlagen massenhaft Ressourcen einsetzen, CO<sub>2</sub> und Schadstoffe in die Umwelt entlassen, immer noch Atomkraftwerke betrieben und gebaut werden, die letzte Klimakonferenz in Durban höchstens kosmetischen Charakter hatte und der blöde Nachbar den Motor seines Geländewagens schon vor dem Frühstück anstellt, damit die Scheiben enteist sind, wenn er in sein Büro fährt...?

Es macht keinen Sinn einen Wandel des Denkens und Lebens mit frustrierenden Vorträgen und Negativbeispielen zu erzwingen. Daher mein Tipp für die Leser\*innen dieses Handbuchs: Ihr müsst nicht von heute auf morgen anfangen, die Welt zu retten. Aber wir müssen etwas in Bewegung setzen! Geht mit offenen Augen durch euer Leben und über den Campus und sucht euch in kleinen Schritten die Möglichkeiten heraus, die euch sinnvoll erscheinen um nachhaltiger zu leben. Bildet euch auch über euer Studienfach hinaus! Hinterfragt, ob es echt notwendig ist das Handout eures nächsten Referates auf konventionellem Papier aus Frischfaser auszudrucken. Ist es tatsächlich logisch 30ct. für den Pappkaffeebecher auszugeben, obwohl ihr am Abend noch im K10 essen wollt und dort den Glasbecher zurückgeben könnt? Muss die Kunststofftüte für den (geplanten) Einkauf im Supermarkt wirklich sein? Kann das Auto für den nächsten Besuch zu Hause nicht zugunsten der Bahn stehen gelassen werden? Ist ein neues Mobiltelefon wirklich nötig, obwohl das alte noch funktioniert?

Es mag naiv anmuten, diese kleinen Schritte in einen Zusammenhang mit dem großen Ganzen zu stellen. Es ist aber tatsächlich so, dass durch „strategischen Konsum“, also Konsum mit Köpfchen, die ersten Schritte getan werden, zukünftigen Generationen zu ermöglichen genau so toll leben zu können, wie wir heute (und vielleicht sogar besser). Dieses Handbuch gibt dir Ideen und Vorschläge, wie du mit kleinen Veränderungen dein Leben und Studium nachhaltiger gestalten kannst. Bestimmt fallen dir auch Dinge ein, die nicht in diesem Handbuch stehen. Reflektier dein Verhalten und schau was geht! Sinn für Umweltschutz und soziales Engagement machen Spaß und wir gewinnen alle.

**NAH-**

**RUNG**



Scheinbar stellt uns der Wunsch nach einer nachhaltigen Ernährungsweise vor große Herausforderungen. Denn »sich ernähren« bedeutet nicht nur Nahrungsmittel zu sich zu nehmen, sondern umfasst außerdem den Anbau, die Ernte und Verarbeitung, den Einkauf, die Zubereitung der Nahrungsmittel sowie die Entsorgung des aus den genannten Tätigkeiten anfallenden Abfalls. Die Ernährung erfüllt darüber hinaus wichtige Funktionen: Sie versorgt uns mit Nährstoffen und Energie, stiftet Identität, verschafft uns Genuss und fördert die Kommunikation. Wie schön sind die gemeinsamen Abende mit Familie und Freunden, an denen wir uns bei einem guten Essen über Wichtiges und Unwichtiges austauschen...

Und dabei sollen wir auch noch darüber nachdenken, ob wir dies auf umwelt- und sozialverträgliche Weise tun? Nein, nicht dabei, noch am besten davor. Denn die (konventionelle) Ernährung zählt aufgrund ihres hohen Energie-, Material- und Flächenverbrauchs sowie des Einsatzes von Schadstoffen (Dünger, Pflanzenschutzmittel, Medikamente) und resultierender Emissionen zu den zentralen umweltrelevanten Verbrauchsgewohnheiten. Populäre Beispiele sind die langen Transportwege aufgrund der in unterschiedlichen Regionen der Welt stattfindenden Prozessschritte, der Medikamenteneinsatz bei Massentierhaltung und Aquakulturen oder auch das schlechte Verhältnis zwischen Verpackung und tatsächlich enthaltenem Produkt. Neben den mittelbaren und unmittelbaren Effekten auf die Beschaffenheit von Boden, Luft, Gewässer, Pflanzen und Tieren wirken sich diese wiederum auf uns Menschen aus – entweder indirekt über die Luft- und Nahrungsaufnahme oder aufgrund der Verschlechterung der Lebensbedingungen (Naturkatastrophen, Klimawandel, Flächenarmut, usw.).

Ansätze, um diese Wirkungen zu reduzieren, sind: (1) eine ökologische Landwirtschaft, welche darauf bedacht ist, den Boden schonend zu bewirtschaften, Tiere artgemäß zu halten und Pflanzen ohne Schadstoffeinsatz wachsen zu lassen, (2) Produkte zu kaufen, die in der Region und somit der Saison entsprechend angebaut, geerntet und verarbeitet werden sowie (3) Produkte, welche nicht bei uns heimisch sind, bevorzugt aus fairem Handel zu beziehen.

Dies sind die wesentlichen qualitativen Kriterien, an denen wir uns orientieren können. Darüber hinaus sollten wir uns fragen, wie viel von einem bestimmten Produkt (beliebtes Beispiel ist das Fleisch) konsumiert werden und wie viel Verpackung tatsächlich notwendig sein muss.

Eine nachhaltige Ernährungsweise muss aber keine unüberwindbare Herausforderung sein. Die folgenden Hinweise zeigen, dass die Beschaffung regionaler, fair gehandelter sowie ökologisch angebauter und verarbeiteter Produkte in Kassel gar nicht so schwer ist.

#### **REGI|ONAL**

eine bestimmte Region betreffend, zu ihr gehörend, auf sie beschränkt, für sie charakteristisch

#### **ÖKO**

Kurzform für: ökologisch, die Wechselbeziehungen zwischen den Lebewesen und ihrer Umwelt betreffend

#### **BIO**

Kurzform für: biologisch, die lebendige Natur, Lebensvorgänge und -beschaffenheit betreffend

#### **FAIR**

die Rechte anderer achtend, gerecht im Verhalten gegenüber anderen

#### **SAI|SONAL**

die Saison betreffend, von ihr bedingt

# PRAKTISCHE TIPPS FÜR DIE NACHHALTIGE ERNÄHRUNG

## WAS WÄCHST DENN DA?

Das hast du dich möglicherweise schon einmal bei deinem Streifzug durch die Stadt Kassel gefragt. Pfirsiche und Quitten gegenüber der Stadthalle, Strünkchen und Baumspinat in der Innenstadt, Obst- und Walnussbäume auf öffentlichen Flächen und wildes Obst, Beeren, Nüsse und Kräuter sowieso überall in den Parks und Grünanlagen. All das macht die Stadt zu einem essbaren Erlebnis.

Mit etwas Kreativität und den folgenden Rezeptvorschlägen lässt sich daraus Leckerer zubereiten.

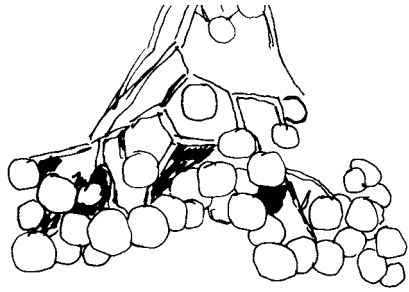
## LINKS:

[www.mundraub.org](http://www.mundraub.org)

Famose Seite, um Essbares in der Umgebung zu finden. Auf der Karte kann man nach Obst, Beeren, Nüssen und Kräutern suchen und selber Entdecktes eintragen. Außerdem gibt's Infos zum Pflücken und einen Erntekalender.

[www.ttkassel.de](http://www.ttkassel.de) und [www.essbare-stadt.de](http://www.essbare-stadt.de)

Wer sich fragt, wie, wann und wo etwas für eine nachhaltige Entwicklung getan wird und/oder aktiv an der Gestaltung Kassels mitwirken möchte, kann sich bei der Transition Town Initiative Kassel bzw. der mitwirkenden „Essbaren Stadt e.V.“ informieren.



## HOLUNDER

Wo? Waldränder, Hecken, Gebüsche, Gärten  
 Wann? Blüte Juni–Juli, Früchte August–Oktober  
 Verwechslungsmöglichkeiten? Mit dem giftigen Zwerg-Holunder, der riecht aber widerlich, die Fruchtstände sind aufgerichtet und er bleibt kleiner als 2m.

### HOLUNDERBLÜTENSIRUP

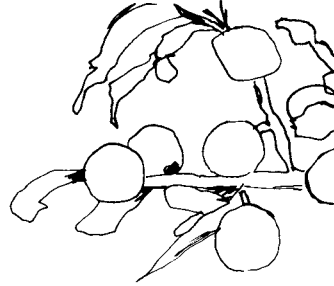
15 Holunderblütendolden  
 1,5 kg Zucker  
 20 Gramm Zitronensäure  
 1,5 Liter Wasser

Holunderblüten auf zwei Flaschen verteilen. Zucker und Zitronensäure darüber geben und mit dem Wasser auffüllen. Die Blüten müssen bedeckt sein, sonst können sie anfangen zu schimmeln. Die Flaschen zwei Tage in die Sonne stellen und zwischendurch durchschütteln. Danach durch ein feines Sieb abgießen, den Sirup einmal aufkochen und in saubere Flaschen abfüllen.

### HOLUNDER APFEL STREUSELAUFLAUF

400 Gramm Holunderbeeren  
 500 Gramm Äpfel  
 80 Gramm Zucker  
 150 Gramm Butter  
 200 Gramm Mehl  
 150 Gramm Zucker  
 etwas Ingwer (gerieben)

Die Holunderbeeren kann man am besten mit einer Gabel von den Stielen abziehen. Dann die Äpfel schälen und in kleine Stückchen schneiden. Die Früchte mit 80 Gramm Zucker vermischen und in eine eingefettete Auflaufform geben. Die restlichen Zutaten kneten und zu Streuseln zerbröseln. Streusel auf die Früchte geben und bei 180°C ca. 30 Minuten backen.



## SCHLEHEN

Wo? Hecken an Feld-, Wald- und Wegrändern  
 Wann? Ende September–Dezember  
 Verwechslungsmöglichkeiten? Nicht, dass ich wüsste.

### SCHLEHENGELEE

Schlehen  
 Wasser  
 Gelierzucker

Schlehen sollte man eigentlich erst pflücken wenn es schon richtig gefroren hat, also meist im November/Dezember. Man kann sie allerdings auch früher ernten und ein paar Tage einfrieren (eine weniger legale Idee für Nicht-Gefrierschrankbesitzer: einfach im Supermarkt unter einem Haufen Tiefkühlgemüse verstecken und ein paar Tage später wieder abholen...).

Die Schlehen gibt man dann in einen großen Topf und füllt diesen so hoch mit Wasser auf, dass alle Früchte bedeckt sind. Vier Tage lang kocht man die Schlehen einmal am Tag kurz auf und lässt sie gut durchziehen. Am vierten Tag gießt man die Mischung dann durch ein Sieb. Die aufgefangene Flüssigkeit kocht man mit Gelierzucker nach Packungsanweisung auf und füllt sie in Gläser ab. Wenn einem die Reste zu schade zum Wegwerfen sind, kann man sie durch ein Sieb streichen oder durch die Flotte Lotte drehen und mit Apfelsaft zusammen zu Marmelade verarbeiten.

Nach der gleichen Methode kann man aus dem aufgefangenen Saft auch alternativ Sirup machen, wenn man normalen Zucker statt Gelierzucker verwendet.



## HAGEBUTTEN

Wo? Hecken an Feld-, Wald- und Wegrändern, Parks, in Laubwäldern  
 Wann? Herbst  
 Verwechslungsmöglichkeiten? Mit anderen essbaren Wildrosenarten die man genauso verwenden kann.

### HAGEBUTTENMARMELADE

Hagebutten  
 Gelierzucker  
 Apfelsaft (Menge nach Geschmack)

Zuerst kocht man die Hagebutten in dem Apfelsaft weich. Dann wird das Ganze durch eine Flotte Lotte/Sieb gedreht. Es ist wichtig dass dabei möglichst keine Kerne in dem Muss landen! Das Muss wiegt man und kocht es danach zusammen mit dem Gelierzucker (Menge nach Packungsanleitung) wieder auf, je nach Geschmack kann man noch etwas Apfelsaft dazu geben. In saubere, abgekochte Gläser abfüllen.



## WEISSDORN

Wo? Hecken an Feld-, Wald- und Wegrändern  
 Wann? Herbst  
 Verwechslungsmöglichkeiten? Es viele unterschiedliche Weißdornsorten die man verwenden kann und die sich relativ ähnlich sehen.

### WEISSDORNFRÜCHTEBROT

(Das gibt ziemlich viel Brot am Ende, wer nicht soviel möchte sollte lieber das halbe Rezept machen)  
 1,25 kg Weißdorn  
 250 ml Orangensaft  
 1 kg Mehl  
 1 TL Salz  
 6 EL Honig  
 45 g Hefe  
 Rosinen, Nüsse oder was man sonst noch gerne in dem Brot hätte

Die Weißdornfrüchte zusammen mit dem Orangensaft weich kochen und durch dein Sieb streichen/durch die Flotte Lotte drehen. Dann alle Zutaten zu einem Teig verkneten und eine Stunde gehen lassen. Den Teig erneut durchkneten, zu Broten formen und nochmal eine Stunde gehen lassen. Dann bei 180°C 40-50 Minuten backen.



## SELBST GÄRTNERN IN DER STADT

Wer Lust hat selbst zu pflanzen und zu ernten und/oder das Miteinander schätzt hat die Wahl:

### SELBSTERNTE-ÖKOGÄRTEN DER UNI KASSEL

Die Universität Kassel bietet in der Nordstadt (Wiener Straße) sowie in der Domäne Frankenhausen etwas weiter außerhalb der Stadt Flächen für die Selbsternte an. Das Gemüse wird auf den Ackerflächen in langen Reihen ausgesät und gepflanzt und von Mai bis November quer-parzelliert verpachtet. Für eine geringe Pacht kannst du dann deine (40 oder 80 qm große) Parzelle pflegen und dein eigenes Gemüse ernten.

Bei der Pflege ist man aber nicht auf sich allein gestellt, ein „Betreuer“ hilft mit wertvollen Tipps vor Ort. Zusätzlich gibt es einen Kräuter- und Blumengarten, sowie die Möglichkeit Honig von einer privaten studentischen Initiative zu kaufen.

Hessische Staatsdomäne Frankenhausen  
GemüseSelbstErnte  
Katharina Mittelstraß  
34393 Grebenstein  
Tel. 05674/925 820  
Fax. 05674/925 821  
e-mail: kmittel@uni-kassel.de  
<http://www.wiz.uni-kassel.de/foel/gse/>

Wiener Str.  
Universität Kassel, FB06, Fachgebiet Freiraumplanung  
Cordula Kremer  
Tel.: 0561/804 23 83  
eMail: ckremer@asl.uni-kassel.de  
<http://lunaser.npage.de/>

### KASSELER-KAROTTEN-KOLLEKTIV [KAKAKO]

Das Kasseler-Karotten-Kollektiv ist ein Gemeinschaftsgarten-Projekt in Kassel-Ihringshausen, welches im Frühjahr 2011 gegründet wurde. Immer Sonntags treffen sich die losen 20–25 Mitglieder zum Brunch und um dann gemeinsam den ungefähr 600m<sup>2</sup> großen Acker zu bearbeiten. Beim gemeinsamen Kochen, Essen und Filmschauen kann man sich am Ergebnis erfreuen.

Informationen gibt es bei: [kakako@posteo.de](mailto:kakako@posteo.de)

## GÄRTNERN AUF BALKONIEN

**BLUMEN MIT ESSBAREN BLÜTEN** wachsen und machen sich gut in Balkonkästen. Die Blüten von Ringelblume, Borretsch, Gänseblümchen, Kapuzinerkresse, Schnittlauch und Dill abzupfen bzw. komplett in den Salat geben und es ist angerichtet.

Mit **KRÄUTERN VON DER FENSTERBANK** oder dem Balkon lässt sich das Essen noch verfeinern. Das Sonnenlicht ist gut für ihr Aroma und beugt Pilzbefall vor. Achtung: Bei der Pflanzung mehrerer Kräuter in einem Kübel muss beachtet werden, dass ihr Wasserbedarf unterschiedlich sein kann. So brauchen mediterrane Kräuter wie Rosmarin oder Oregano weniger. Sie sollten daher zusammen stehen.

**GEMÜSE** wie Auberginen, Paprika und Tomaten gedeiht gut auf dem sonnigen, wind- und regengeschützten Balkon. Wichtig ist, die Pflanzen gut zu gießen und ggf. umzutopfen.

**OBSTBÄUME**, ja Apfel, Birne, Kirsche, Pflaume und Pfirsich, die gibt es auch in klein und passen so auf jeden Balkon. Die Zwergengewächse (keine normalwüchsigen Sorten!) müssen nur gegossen und alle paar Jahre umgetopft werden. So einfach erschafft man sein eigenes Paradies.

**INDOOR-GÄRTNERN:** mit Hilfe der „hanging bags“ kann man auch ohne Balkon oder freier Fensterbank etwa Erdbeeren pflegen, wachsen sehen und essen. Guten Appetit!

aus **ZEIT WISSEN 2/2011**

## DER GRÜNE BOTE BRINGT'S

Auf der Landesgrenze von Niedersachsen und Hessen unterhalb des Schlosses Berlepsch im Höhenthal befindet sich die Gemüsegärtnerei des Grünen Boten. Dort wird seit 1984 nach ökologischen Kriterien gelandwirtschaftet. Und seit 1986 wird der Service angeboten, eigene und Produkte anderer Bio-Höfe der Region anzuliefern – von Gemüse, Obst, Backwaren und tierischen Produkten, von Probierkiste bis zum Überraschungsabo. Informieren und bestellen kannst du unter [www.gruenerbote.de](http://www.gruenerbote.de)

# SOLIDARISCHE LANDWIRTSCHAFT COMMUNITY SUPPORTED AGRICULTURE [CSA]

**EIN PROJEKT FÜR  
REGIONALES BIO-GEMÜSE,  
FÜR EIN FAIRES  
WIRTSCHAFTSSYSTEM IN  
DER LANDWIRTSCHAFT  
UND FÜR IMMER WIEDER  
NEUE ÜBERRASCHUNGEN  
AUF DEM TELLER!**

Die Gärtnereien Wurzelwerk und Rote Rübe liegen im Umland von Kassel. Jede Woche bringen sie Gemüse in eine Werkstatt in der Kölnischen Straße, einen Raum in der Nordstadt und eine Garage am Brasselberg. Dort kann sich jeder, der mitmacht, Gemüse holen – mal mehr, mal weniger, je nachdem, was und wie viel gerade reif ist.

Die Gärtner\*innen aus Escherode und Niederkaufungen bauen nach ökologischen Kriterien Gemüse an, sie richten sich nach den Bedingungen ihrer Böden und den Wünschen der Menschen, die ihr Gemüse essen. Tomaten, Salat, Kartoffeln, Möhren, Rote Beete, Weißkohl, Grünkohl, Blaukraut, Sellerie, Rosenkohl, Paprika, essbare Blumen und vieles mehr kommen je nach Saison auf den Tisch. Es wird nichts weggeschmissen, sondern das verbraucht, was da ist, notfalls eingekocht, eingefroren und natürlich für den Winter gelagert. Die Mitglieder der SoLaWi (Solidarischen Landwirtschaft) finanzieren die Gärtnerei und bekommen dafür die Ernte. Sie wissen woher und von wem ihr Gemüse kommt, und auch, warum die Paprika dieses Jahr gepunktet und die Rote Beete gestreift ist. Mitmachen sollte man mindestens ein Jahr lang, sonst kann die Aussaat nicht auf die Personenzahl abgestimmt werden.

Das Konzept Solidarische Landwirtschaft stammt ursprünglich aus Japan und den USA, dort nennt man es Community Supported Agriculture (CSA) – gemeinschaftlich getragene Landwirtschaft. Inzwischen gibt es solche Höfe in vielen europäischen Ländern und auch in Deutschland nimmt die Anzahl seit ein paar Jahren stetig zu. Die Idee ist im Prinzip sehr ursprünglich und einfach und gerade deshalb so überzeugend. Keine undurchschaubaren Finanzierungssysteme, bei denen niemand mehr weiß, wo ein Produkt herkommt, von wem und unter welchen Bedingungen es hergestellt wurde und warum genau es so viel kostet, wie es kostet. Die Rechnung bei der jährlichen Vollversammlung in Kassel ist ganz einfach: Die Ausgaben

für Löhne, Saatgut, Diesel, Geräte, etc. werden aufgelistet, zusammengerechnet und durch die Zahl der Mitglieder geteilt. Das Ergebnis ist derzeit 52 Euro pro Monat. Dies ist der Richtbetrag für eine Gemüseeinheit, ausreichend beispielsweise für eine 4er-WG oder eine Familie. Manche zahlen etwas mehr, manche etwas weniger, je nach Verdienst und eigener Einschätzung. Es muss nur am Ende insgesamt der Betrag herauskommen, den die Gärtnereien für den Anbau brauchen. Nicht weniger, aber auch nicht mehr.

Wer Lust hat: Immer wieder finden Treffen in Kassel statt, zu denen Neuinteressierte jederzeit willkommen sind, am besten ein paar Freunde oder die WG mitschleppen und das ganze Jahr lecker zusammen kochen!

Zum Beispiel: Infotag für Interessierte am Mittwoch, 2. Mai 2012 um 19:30 in der Villa Locomuna, Kölnische Str. 183, 34119 Kassel (mit der 3 zur Aschrottstraße oder 4 zum Bebelplatz)

**KONTAKT** solawi\_kassel@yahoo.de

## **GÄRTNEREI WURZELWERK**

Forstamtstr. 6  
34355 Escherode  
wurzelwerk@gastwerke.de  
Tel.: 05543/302 44 22

hofladenescherode.wordpress.com

## **ROTE RÜBE**

**KOMMUNE NIEDERKAUFUNGEN,**  
Kirchweg 1  
34260 Kaufungen  
rote-ruebe@kommune-niederkaufungen.de  
Tel.: 05605/800737

## **BUNDESWEITES NETZWERK**

**SOLIDARISCHE LANDWIRTSCHAFT**  
www.solidarische-landwirtschaft.org

## EINE KLEINE SIEGELKUNDE



Das **EU-BIOSIEGEL** wird von Verbraucherschützern als zuverlässig bewertet. Seit dem 1. Juli 2010 ist für alle verpackten Bioprodukte der EU das neue Logo verpflichtend, das zusammen mit der Angabe der Herkunft und dem Code der Kontrollstelle etikettiert wird. Es basiert auf denselben Vorschriften wie das in Deutschland gültige sechseckige Bio-Siegel. Lebensmittel, die dieses Zeichen tragen, müssen zu mindestens 95 Prozent aus ökologischen Zutaten bestehen. Außerdem garantiert das Siegel Gentechnikfreiheit, artgerechte Tierhaltung und Verzicht auf chemisch-synthetische Pflanzenschutz- und Düngemittel.



Das sechseckige **DEUTSCHE BIO-SIEGEL** kennzeichnet Produkte, die ebenfalls die Kriterien der EU-Ökoverordnung erfüllen, gehen aber nicht darüber hinaus.



Naturland

Bei **NATURLAND** gelten strengere Regeln als die EU verlangt, zum Schutz von Klima, Böden, Luft, Wasser und Verbrauchern. Zudem gab es Naturland Richtlinien längst, bevor die ersten gesetzlichen Regelungen der EU zum ökologischen Landbau verabschiedet wurden.



Das **BIOLAND-SIEGEL** kennzeichnet Produkte, die nach strengeren Kriterien erzeugt werden. Die Bioland-Bauern achten zusätzlich auf die dauerhafte Erhaltung der Fruchtbarkeit ihrer Ackerflächen, auf artgerechte Tierhaltung, was einschließt, dass kranke Tiere mithilfe von Naturheilkunde und Homöopathie behandelt werden.



Vermeintliche Wirkungen des Mondes und der Planeten spielen beim Erzeugerverband **DEMETER** eine wichtige Rolle. Aber auch wer nicht an kosmische Einflüsse glaubt, bekommt hier beste Bioqualität. Die Verbraucher Initiative bescheinigt Demeter eine hohe Glaubwürdigkeit.

Daneben gibt es **EIGENMARKEN VON EINZEL-HANDELSKETTEN** und Hersteller wie Rewe Bio, Alnatura und Edeka Bio Wertkost, welche mindestens die Kriterien EU-Ökoverordnung erfüllen.



Das Gütesiegel **NEULAND** steht für Qualitätsfleisch aus besonders artgerechter und umweltschonender Tierhaltung. Der Verein wird von Organisationen wie dem Deutschen Tierschutzbund und dem Bund für Umwelt und Naturschutz getragen. Die Tiere haben Auslauf ins Freie und leben in Ställen mit Stroh und viel Tageslicht.



**MSC [MARINE STEWARDSHIP COUNCIL]** ist eine unabhängige und weltweit tätige gemeinnützige Organisation, die mithilfe eines Zertifizierungs-Programms für nachhaltige Fischerei einen Beitrag zu gesunden Weltmeeren leistet. Das blaue Siegel des MSC genießt weltweit Vertrauen und steht für umweltbewussten und nachhaltigen Fischfang. (Quelle: <http://www.msc.org/de>)



Das **FAIRTRADE-SIEGEL** steht für „20 Jahre unermüdliches Engagement für gerechtere Handelsbedingungen, faire Marktzugangschancen und nachhaltige Produktion. Die Fairtrade-Bewegung zeigt, dass ein anderes Wirtschaften möglich ist und Globalisierung nicht auf dem Rücken der Armen ausgetragen werden muss.“ Kleinbauern-Organisationen erhalten faire Preise für ihre Produkte und Arbeiter auf nachhaltig wirtschaftenden Plantagen humane Arbeitsbedingungen. Zusätzlich fördert die Fairtrade-Prämie Gemeinschaftsprojekte, die langfristig eine Zukunftsperspektive in den ländlichen Regionen aufzeigen.



FAIRTRADE DEUTSCHLAND

Der Verein **TRANSFAIR E.V.** wurde 1992 mit dem Ziel gegründet, benachteiligte Produzentengruppen in Entwicklungsländern durch die Vergabe des Fairtrade-Siegels für fair gehandelte Produkte zu unterstützen. Als unabhängige Organisation handelt TransFair e. V. nicht selbst mit Waren, sondern vergibt das Fairtrade-Siegel für fair gehandelte Produkte und fördert das Bewusstsein für einen nachhaltigen Konsum. (Quelle: <http://www.fairtrade-deutschland.de>; Pressemeldung; TransFair feiert 20. Geburtstag)

**MEHR INFORMATIONEN UNTER**  
[www.label-online.de](http://www.label-online.de)

# NACHHALTIGKEIT IST AUCH AM CAMPUS MÖGLICH

## AUCH IM UNIALLTAG HAST DU DIE MÖGLICHKEIT DICH NACHHALTIG ZU ERNÄHREN!

An unserer Uni, auf dem Kasseler und Witzenhäuser Campus, werden bereits seit 1994 Gerichte und Lebensmittel aus biologischem Landbau und artgerechter Tierhaltung sowie aus fairem Handel angeboten. In den Mensen, Cafeterien und Restaurants sind z. B. Frühstückseier, Tees, Säfte, Bionade, Schokoriegel oder Käsebrötchen erhältlich, bei deren Herstellung auf Nachhaltigkeit geachtet wird. 2003 erhielt unser Studentenwerk dafür nach erfolgreicher Kontrolle das Öko-Zertifikat und darf seit 2004 für seine Produkte aus ökologischem Anbau das Biosiegel führen (Code-nummer: DE-Öko-034). 2003 wurde die Witzenhäuser Mensa sogar mit dem Bio Star ausgezeichnet und kann sich heute stolz als Bio-Mensa bezeichnen.

## BIO-SCHÄLCHEN

In unserer Mensa erkennst du die Bio-Produkte, wie z.B. den Rohkost-Möhrensalat, an den grünen Schälchen. Sie bedeuten, dass ihr Inhalt aus geprüfter Öko-Qualität besteht: Salz- und Pellkartoffeln sind immer zu 100 Prozent Bio. Stampfkartoffeln, Röstkartoffeln und Kartoffelsuppe bestehen ebenfalls aus Kartoffeln aus geprüfter Öko-Qualität, werden jedoch mit Nicht-Bio-Produkten zubereitet.

## KEINE GENTECHNIK

Laut dem Studentenwerk verpflichten sich die Lieferanten schriftlich, keine gentechnisch veränderten oder beeinflussten Lebensmittel an unsere Mensen und Cafeterien zu liefern. Dadurch wird an unserem Campus absolute Gentechnikfreiheit garantiert.

## BIO-EIER IN DEN CAFETERIEN

Die Eier in den Cafeterien tragen das Bio-Siegel. Allerdings werden in unseren Mensen ausschließlich Eier aus Bodenhaltung verwendet.

## TRANSFAIR KAFFEE UND SÜSSIGKEITEN

Teilweise werden in den Cafeterien Süßigkeiten und Kaffee aus Fairem Handel und ökologisch kontrollierten Erzeugnissen angeboten, z.B. Kaffee, Bionade, einige Schokoriegel und Teesorten. Schaut doch mal genauer hin...

## DAS CAFÉ DESASTA...

...bietet euch die größte Auswahl an nachhaltigen Produkten auf unserem Campus. Hier bekommt ihr nicht nur fairen Kaffee, sondern auch verschiedene Teesorten, Kakao, veganen Kakao, Schokoriegel und Rohrzucker der Fair Trade Marke Gepa.

Es wird ausschließlich regionale Milch angeboten. Außerdem stehen euch Hafer- und Sojamilch mit Bio-Siegel zur Auswahl. Auch die Säfte im Café DesASTA sind alle aus der Region und stammen vom Lieferanten „Das Saft-Mobil“.

Durch den Kauf der Hermann-Brause unterstützt ihr ein kleines Unternehmen, das sich für eine nachhaltige Wirtschaftsweise einsetzt. Beispielsweise deckt die Brauerei der Hermann-Brause ihren Strombedarf zu 100% aus erneuerbaren Energien.

## WOFÜR STEHT DIE GEPA?

Seit über 35 Jahren steht die GEPA für einen sozialen und umweltverträglichen Handel. Heute ist sie Europas größte Fair Handels-Organisation. Ihre Partner sind Produzentinnen und Produzenten in rund 190 Genossenschaften und Vermarktungsorganisationen in

Afrika, Asien und Lateinamerika. Von ihnen bezieht die GEPA Lebensmittel, Handwerk und Textilien zu fairen Preisen und Konditionen. Sie hat sich dabei zu Dialog, Transparenz und Respekt verpflichtet. Ihr Anliegen ist es, die weltweite Abwärtsspirale auf der Suche nach dem billigsten Produkt immer wieder neu zu durchbrechen, dadurch hat sich die GEPA Fairness zum obersten Handelsgebot gemacht. (Quelle: <http://fair-plus.de/fair.html>; GEPA = fair +)

Trotz des bestehenden Angebots bleiben noch Fragen offen. Warum kommt das Fleisch nicht aus artgerechter Tierhaltung? Wie wurde der Salat angebaut? Wo kommen im Winter die Tomaten her? Könnte man nicht auch in der Mensa Fisch aus nachhaltigem Fang anbieten? Und warum gibt es in den Mensen keine Bio-Eier?

# EINKAUFEN IN UND UM >>>>>>>> KASSEL <<<<<<<<<<

Wenn Ihr nahe Alternativen sucht, so könnt Ihr bei den in der Stadt und im Landkreis Kassel stattfindenden Wochen- und Bauernmärkten, in den Bäckereien, Cafés und Bistros, in Bio- und Naturkostläden sowie in einigen Supermärkten fündig werden. Dort gibt es unter anderem(!) Produkte direkt vom Erzeuger aus der Region und aus eigener Herstellung, Produkte aus ökologischer Landwirtschaft oder auch fair gehandelt aus aller Welt. Einige Adressen haben wir hier zusammengestellt.

Einige Direktvermarkter, die unter anderem auf den Wochen- und Bauernmärkten zu finden sind, bieten auch Lieferservices an.

## WOCHENMÄRKTE UND BAUERNMÄRKTE

Kassel  
Markthalle am Altmarkt,  
donnerstags und freitags 7:00–18:00,  
samstags 7:00–13:00

Kassel  
Am Bebelplatz, donnerstags 8:00–13:00

Kassel  
Wehlheider Platz, freitags 7:00–13:00

Kassel  
Ökologischer Wochenmarkt Marbachshöhe,  
samstags 8:00–13:00

Kassel-Niederzwehren  
Frankfurter Straße/Ecke Usbeckstraße  
freitags 8:00–13:00

Baunatal  
Marktplatz, samstags 8:00–13:00  
und mittwochs 9:00–13:00

Fuldatal-Ihringshausen  
Am Rathaus, freitags 8:00–12:00

Hofgeismar  
Am Rathaus, samstags 8:00–12:00

Vellmar  
Am Rathaus/Rathausplatz, mittwochs 8:00–13:00,  
samstags 8:00–13:00

Witzenhausen  
Marktplatz, freitags 8:00–13:00

## BIO- UND NATURKOSTLÄDEN

Biomarkt Greger  
Wilhelmshöher Allee 275, 34131 Kassel  
Markthalle am Altmarkt 34117 Kassel  
[www.biomarktgreger.de](http://www.biomarktgreger.de)

Schmanddiibben  
Lassallestraße 9, 34119 Kassel  
Zentgrafenstrasse 166, 34130 Kassel

Biomarkt Butterblume  
Frankfurter Str. 59, 34121 Kassel

Primavera  
Friedrich-Ebert-Straße 118, 34119 Kassel

Udo Marth  
Friedrich-Ebert-Str. 99, 34119 Kassel

Reformhaus Bracht  
Friedrich-Ebert-Straße 136, 34119 Kassel  
[www.reformhaus-bracht.de/](http://www.reformhaus-bracht.de/)

Pro Biomarkt  
Wilhelmshöher Allee 261, 34131 Kassel  
[www.probiomarkt.de/](http://www.probiomarkt.de/)

food-coop Schachtelhalm  
Obere Mühlstraße, 37213 Witzenhausen

Mündener Naturkostmarkt  
Burgstraße 29, 34346 Hann. Münden

## BIO-BÄCKEREIEN UND -METZGEREIEN

Vollkornbäckerei Brotgarten  
Friedrich-Ebert-Straße 141, 34119 Kassel  
Treppenstraße 2, 34117 Kassel

Handwerksbäckerei  
Altenritter Straße 2, 34225 Baunatal

Bäckerei Gut Fahrenbach Henner Vollkornbrot Bioland:  
Bielsteinstr. 29, 37216 Witzenhausen  
dienstags 12:00 vor der Mensa am HoPla

## CAFÉS UND BISTROS

Café Buch-Oase  
Germaniastraße 14, 34119 Kassel  
[www.cafebuchoase.de](http://www.cafebuchoase.de)

Avocado – Bio Café & Bistro  
Dörnbergstr. 11, Kassel, Vorderer Westen

Bio-Eiscafe Cortina  
Wilhelmshöher Allee 134  
<http://www.cortina-bio-kassel.de/>

In den Supermärkten besteht darüber hinaus eine mehr oder weniger gut sortierte Auswahl an Lebensmitteln aus Fairem Handel, nachhaltiger Fischerei und ökologischer Landwirtschaft, empfehlenswert ist beispielsweise tegut...

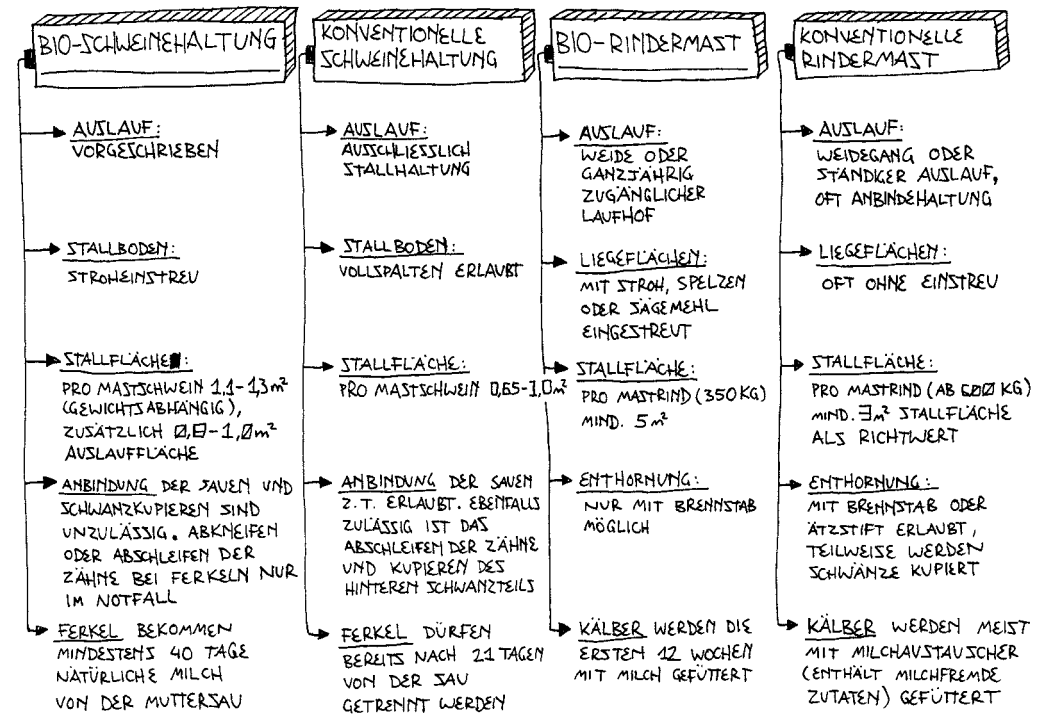
# VERGLEICH VON TIERHALTUNGEN UND DEREN AUSWIRKUNG AUF DEN PREIS

Letzte Woche habe ich im Fernsehen wieder eine Dokumentation zur Massentierhaltung gesehen und mich gefragt: Warum gibt es noch immer solche widrigen Bedingungen für Tiere? Eine Erklärung ist sicher, dass Fleisch aus konventioneller Tierhaltung billiger ist und dadurch mehr gekauft sowie verzehrt wird. Ein weiterer Grund ist, dass viele Menschen die Zustände in Massentierhaltungen nicht kennen oder nicht kennen wollen. Deshalb wird im Supermarkt hauptsächlich Fleisch aus konventioneller Tierhaltung preiswert angeboten. Aber wie viel teurer ist denn Fleisch aus artgerechter Tierhaltung und können sich das nicht auch Studenten leisten? Mit dieser Frage im Gepäck war ich in Kassel in verschiedenen Geschäften.

In der folgenden Tabelle könnt ihr einen Vergleich von Schweineschnitzel, Schweinekotelett und Rindergulasch bei dem Biohof Armbröster (BioLand-Siegel), der Metzgerei Robert Müller und bei abgepacktem Fleisch von Rewe sehen. Diese Preise sind exemplarisch und Durchschnittswerte von Geschäften. Es zeigt aber sehr deutlich in welcher Preiskategorie welche Qualität angeboten wird.

	BIOHOF MIT BIOLAND-SIEGEL	METZGEREI	EINGESCHWEISST vom DISCOUNTER
SCHWEINE-SCHNITZEL	17	10	5
SCHWEINE-KOTELETT	11	9	4
RINDER-GULASCH	15	10	6

In der folgenden Tabelle sind Unterschiede zwischen konventioneller und Biohaltung (BioLand-Siegel) vom Schwein und vom Rind dargelegt. Außerdem könnt ihr auf einem Blick die größten Unterschiede der Biohaltung und der konventionellen Haltung sehen.



Die Schlussfolgerung davon ist, dass Biohaltung offenbar artgerechter funktioniert. Durch die konventionelle Tierhaltung werden Menschen zudem immer resistenter gegenüber Antibiotika, weil zum Beispiel laut einer Studie in der Hühnermast 96% der Hühner Antibiotika erhalten. In Biohöfen sind Antibiotika nicht erlaubt. Der Preisunterschied ist natürlich sehr hoch und für Studenten schwer dauerhaft zu kaufen. Eine Option ist natürlich, kein Fleisch mehr zu essen. Am Ende ist es jedem selbst überlassen, nur wenn man die Missstände kennt, sollte man nicht wegschauen, sondern handeln.

WOHNEN

The word "WOHNEN" is rendered in large, white, bold, sans-serif capital letters against a black background. Each letter is designed to look like a different type of building or structure. The 'W' has a gabled roof with wavy lines and a bird on top. The 'O' is a simple rounded rectangle with a small chimney on its left side. The 'H' has a gabled roof with a window and a chimney. The 'N' is a tall, multi-story building with a grid of windows and a utility pole on its roof. The 'E' is a simple rectangular block. The final 'N' has a gabled roof with wavy lines and a bird on top. There are also two birds flying in the sky above the buildings.

# WAS KANN LOW IN MGLNIEER [ALTBAU-] WOHNUNG MACHEN?

## ENERGETISCH SANIEREN?! KLINGT GUT, ABER DAS KÖNNTE VIELLEICHT MEIN VERMIETER... WENN ER WOLLTE.

Viele der Maßnahmen sind aus technologischer Sicht wenig spektakulär, vieles ist auch weit bekannt, hier ist dennoch mal eine Zusammenfassung sinnvoller Dinge.

### DIE TEMPERATUR

Wie warm es in der Wohnung ist, hat einen großen Einfluss auf den Energieverbrauch. Als Richtwert kann man grob annehmen, dass 1°C Temperaturunterschied ca. 6–8 % Einsparung ausmachen.

### DAS FENSTER

Die Art zu lüften entscheidet, wie viel Wärme dabei nach draußen verschwindet. Gerade im Winter gilt: 2–3 Minuten und im Frühling und Herbst eine Viertelstunde das Fenster ganz aufreißen reicht aus. Denn kippt man das Fenster nur und lässt es dafür länger auf, verliert man deutlich mehr Wärme bis man die gleiche Menge Frischluft nach drinnen geholt hat. Dreimal am Tag zu lüften sollte im Normalfall ausreichen. Kochen, Duschen und Wäschetrocknen im Zimmer zählen auf jeden Fall nicht als Normalfall. Nach dem Kochen und Duschen ist es besser, immer zu lüften. Und beim Wäschetrocknen 1–2 mal häufiger das Fenster aufzumachen schadet nicht, um Probleme mit Schimmelpilzen zu vermeiden.

Was kann man noch bei alten Fenstern machen? Abends die Vorhänge zuziehen, um die Wärmeverluste zu reduzieren, stellt die einfachste Maßnahme dar. Damit unterbindet man den Strahlungsaustausch zwischen Fenster und Himmel und hält gleichzeitig Zugluft ab. Um Zugluft abzuwehren kann man auch provisorisch eine Decke vor das Fenster legen.

Die anderen Möglichkeiten beinhalten alle ein bisschen Heimwerkerei und einen Gang zum Baumarkt (ich habe selber noch in keinem geeigneten Testobjekt gewohnt, deshalb gibt es jetzt keine verifizierten Testberichte, nur Empfehlungen von vertrauenswürdigen Quellen). Gegen Zugluft kann man selber ein Dichtungsband einbauen oder erneuern. Wenn ihr noch eine alte Einscheibenverglasung habt, könnt ihr für 3–4 €/m<sup>2</sup> mit Fensterisolierfolie eine zweite Schicht davor setzen. Das reduziert die Zugluft und bildet mit der Luft zwischen Fenster und Folie eine Isolierschicht. Eine gute Anleitung für beides gibt es zum Beispiel hier auf Seite 7: [http://www.iwu.de/fileadmin/user\\_upload/dateien/energie/espi/espi5.pdf](http://www.iwu.de/fileadmin/user_upload/dateien/energie/espi/espi5.pdf) (siehe auch in Links, Energie sparen bei Heizung und Strom, Wissenswertes für Mieterinnen und Mieter)

### DER HEIZKÖRPER

Die Heizkörper sollten nach Möglichkeit nicht mit Vorhängen und Möbeln verstellt sein, damit die Luft im Raum zirkulieren kann und der Raum gleichmäßig geheizt wird.

Sitzt die Heizung in einer Nische an der Außenwand geht deutlich mehr Wärme nach draußen verloren. Um diese Verluste zu reduzieren, kann man Heizkörperdämmplatten mit Reflexionsschichten zwischen Heizkörper und Außenwand anbringen. In einem schlecht gelüfteten und geheizten Raum ist aber eher davon abzuraten, da Gefahr besteht, Schimmelpilzen zwischen den Schichten gute Wachstumsbedingungen zu bieten.

### DIE HEIZUNG

Sinnvoll ist es, nur zu heizen wenn man zu Hause ist und dann auch nur die Räume, die man wirklich benutzt. Nachts kann man die Heizung niedriger einstellen oder ganz ausschalten. Viele Wohnungen, gerade die mit Etagenheizung, besitzen mittlerweile ein programmierbares Raumthermostat. Damit kann man immer gleich bleibende Abläufe (montags bin ich von 8:00 – 15:00 immer in der Uni...) einstellen und braucht nicht jedes Mal an die Heizung zu denken. Wenn man eine alte Heizung ohne programmierbares Raumthermostat hat, aber trotzdem gerne alles voreinstellen möchte, kann man das Thermostatventil am Heizkörper auch durch ein programmierbares/zeitgesteuertes Thermostatventil (ab ca. 15 €) ersetzen. Das gibt es z.B. im Baumarkt und bei Elektronikversandgeschäften im Internet. Zum Montieren schraubt man einfach das alte ab und das neue drauf.

### DIE TÜR

Türen zu kälteren Räumen (z.B. dem Flur) hält man am besten geschlossen. Dann heizt man nicht unnötig andere Räume mit. An Türen mit großem Türspalt lohnt es sich entweder ein Dichtungsband einzubauen (Heimwerkerversion) oder den guten alten Türdackel (deutlich einfacher) davor zu legen.

### DIE ENERGIE

Und zuletzt... Von wem die restliche Energie kommt, die ihr benutzt, bestimmt (meist) ihr. Damit geht es gleich weiter im Text zum Ökostrom. Zusätzlich gibt es seit Neuestem bei Greenpeace Energy mit „Windgas“, auch eine Alternative für Gas.

### DIE LINKS

Zwei gute Ratgeber für weitergehende Infos. Beide sind im Internet zu finden.

Energiesparen in Mietwohnungen, Wissenswertes für Mieterinnen und Mieter; Impulsprogramm Schleswig Holstein.

Energie sparen bei Heizung und Strom, Wissenswertes für Mieterinnen und Mieter; Hessisches Ministerium für Umwelt, Energie, Landwirtschaft und Verbraucherschutz.





**ÖKOLOGISCH GEWONNENER STROM BEI DIR ZUHAUSE!?**

Licht – Radio – Kaffee – Kühlschrank – Toast – Straßenbahn – SMS – PC – ... schon in der ersten halben Stunde des Tages sind wir fast ununterbrochen dabei, Strom zu verbrauchen. Ganz zu schweigen von dem Strom, der indirekt in beinahe allen unseren Dingen steckt: Kleidung, Lebensmittel, Wohnung, ... das alles existiert dank des Einsatzes von Strom. Wir können ohne Strom in dieser Gesellschaft nicht leben. Aber wir können über unseren Stromverbrauch bestimmen: Du bestimmst - bewusst oder unbewusst - nicht nur mit, wie viel Strom verbraucht wird, sondern auch, wie der Strom gewonnen wird.

**STROM = STROM?**

Bei Strom gibt es kein light, keine artgerechte Haltung, kein jetzt noch fruchtiger oder jetzt noch länger haltbar – egal woher, das Produkt Strom kommt bei uns in immer gleicher Stärke und Spannung aus der Steckdose. Das Einzige, aber Entscheidende, was wir wählen können, ist, bei wem wir unsere Stromrechnung bezahlen wollen. Wer soll dein Geld bekommen? Atomkraftwerk x, Staudamm-Großprojekt y oder Solarfeld z ? Indem du aktiv deinen Stromanbieter wählst, kannst du den Strommix in Deutschland selbst mitbestimmen!

**IN KASSEL GIBT ES DOCH SOWIESO "NATURSTROM" FÜR ALLE**

Seit 2007 werben die Städtischen Werke mit „100% Naturstrom – automatisch und für alle ohne Aufpreis“. Was heißt das genau?

Die Städtischen Werke AG gehört zu 75,1% der Stadt Kassel und zu 24,9% der Thüga AG (ein Verbund kommunaler Energie- und Wasserversorger). Der Kasseler Strom für Privatkunden stammt rund zur Hälfte aus regionalen Kraftwerken, die regenerative Quellen wie Wasserkraft nutzen. Die anderen rund 50% des Stroms werden bei dem Stromkonzern Vattenfall eingekauft und stammen aus skandinavischen Wasserkraftwerken. Natürlich kommt der Strom nicht direkt aus Skandinavien nach Kassel, Strom wird immer lokal ins Stromnetz eingespeist. Daher gibt es Zertifikate, die es ermöglichen, Strom aus regenerativen Energien zu kaufen. Konkret sieht das folgendermaßen aus: Knapp die Hälfte des Stroms von Vattenfall stammt von fossilen Energieträgern (z.B. Kohle), ca. ein Drittel aus Atomkraft, rund 20% aus Wasserkraft und ca. 1% aus Wind und Biomasse (einschließlich Müllverbrennung). Den Anteil, den die Firma Vattenfall aus Wasserkraft (bzw. Wind oder Biomasse) herstellt, kann sie sich nun als „Strom aus regenerativen Energien“ zertifizieren lassen und dann teurer als sonst weiterverkaufen.

Das Problem dabei ist, dass die Nachfrage nach regenerativ erzeugtem Strom von Vattenfall viel geringer ist als der Anteil, den sie sowieso aus bestehenden Wasserkraftwerken gewinnen. Es entsteht also kein Anreiz für Vattenfall (wie auch für alle anderen konventionellen Stromkonzerne), mehr Strom aus erneuerbaren Energien herzustellen. Vattenfall kann aber seinen Strom aus Wasserkraft jetzt teurer weiterverkaufen. Zum Beispiel an die Städtischen Werke Kassel, die dann mit „100% Naturstrom für alle“ werben können. Nur: Auf dem Strommarkt verändert sich dadurch nichts. Keine einzige zusätzliche Kilowattstunde Strom wird aus erneuerbaren Energien hergestellt, es findet lediglich eine rechnerische Umverteilung statt: Was die Stadtwerke Kassel an erneuerbaren Energien von Vattenfall bekommen, wird bei anderen Vattenfall-Kunden abgezogen.

**WAS IST ANDERS AN ÖKOSTROM?**

Ökostrom ist kein geschützter Begriff wie z.B. „Bio“. Die folgenden Richtlinien sind aber inzwischen weitgehend anerkannt und werden von allen unten aufgeführten Ökostrom-Anbietern umgesetzt. Ökostrom besteht zu mindestens 50% aus erneuerbaren Energien (Wasser/ Wind/ Biomasse/ Fotovoltaik) und zu einem Höchstanteil von 50% Energie aus Kraft-Wärme-Kopplung.

Das Ziel der Ökostrom-Anbieter besteht darin, den Anteil erneuerbarer Energien am Strommix aktiv zu vergrößern. Dafür stecken sie ihren Gewinn konsequent in den Bau neuer Anlagen zur Erzeugung von Ökostrom. Konzerne, die Atom- oder Kohlekraftwerke betreiben, wie Vattenfall oder auch die Städtischen Werke Kassel selbst, sind tabu. Und genau darin besteht auch der Unterschied zum Kasseler „Naturstrom“: Der Einkauf von Ökostrom bewirkt, dass nicht nur auf dem Papier, sondern ganz real mehr erneuerbare Energien genutzt werden.

**DU WILLST, DASS MEHR STROM AUS ERNEUERBAREN ENERGIEQUELLEN HERGESTELLT WIRD – UND ZWAR ALS ECHE TE ALTERNATIVE, NICHT NUR AUF DEM PAPIER? DANN WECHSEL ZU ÖKOSTROM!**

Wie? Am einfachsten geht das im Internet unter [www.atomausstieg-selber-machen.de](http://www.atomausstieg-selber-machen.de). Unter der Rubrik Stromwechsel kannst du dich direkt über verschiedene Ökostromanbieter informieren. Wenn du dich entschieden hast, musst du nur noch ein Formular ausfüllen und abschicken – fertig.

Alle Ummeldeformalitäten erledigt dein neuer Anbieter für dich. Natürlich ist garantiert, dass auch während des Wechsels ununterbrochen Strom aus deinen Steckdosen kommt. )

Und wie du in der Tabelle unten sehen kannst, macht dein Engagement im Preis kaum einen Unterschied!

KONKRETE PREISBERECHNUNG AM BEISPIEL EINER 4ER WG IN KASSEL

ANBIETER	GRUNDPREIS PRO MONAT	VERBRAUCHSPREIS PRO KWH	PREIS PRO PERSON UND PRO MONAT
EWS SCHÖNAU	6,90 €	23,90 CENT	14,13 €
GREENPEACE ENERGY	8,90 €	24,80 CENT	15,10 €
LICHTBLICK	8,95 €	23,64 CENT	14,51 €
NATURSTROM	7,95 €	22,50 CENT	13,67 €
STÄDTISCHE WERKE KASSEL	7,83 €	22,13 CENT	13,45 €

DER WECHSEL ZU ÖKOSTROM KOSTET DEN EINZELNEN IM SCHNITT WENIGER ALS 1€ PRO MONAT...

**MO** **BILI** **STÄT**

The image features the text 'MO BILI STÄT' in a bold, white, sans-serif font against a black background. The letters are arranged in three rows: 'MO' on the bottom left, 'BILI' in the middle, and 'STÄT' on the top right. A white, winding road graphic with dashed center lines and solid outer edges starts from the right side of the 'MO' and 'BILI' letters, loops around them, and continues to the right side of the 'STÄT' letters, creating a sense of movement and connection between the words.

# VON A NACH B

Wir als junge Generation müssen uns künftig immer mehr die Frage stellen, wie viel wir bereit sind für unser Mobilitätsbedürfnis zu bezahlen. Denn nicht erst seit dem letzten Tankstellenbesuch wird klar: Mobilität kostet.

Autofahren bedeutet Freiheit und Unabhängigkeit. Autofahren bedeutet Lebensqualität. Jegliche Einschränkung empfinden wir schnell als Beschneidung der persönlichen Freiheit. „Des Deutschen liebstes Spielzeug“ ist nur noch schwer wegzudenken. Die Überlegenheit resultiert vorrangig aus Bequemlichkeitsmotiven! Denke vielleicht an dich selber und die Vorteile, die

sich für dich ergeben: Autos versprechen eine hohe Flexibilität und oftmals hohen Komfort. Also sicherlich mehr, als die allmorgendlich überfüllte Bahn mit der du zur Uni fährst und in der du wiederholt keinen Sitzplatz ergatterst hast.

Doch Mobilität geht wesentlich weiter! Dabei stehen physische Beweglichkeit sowie das menschliche Bedürfnis nach Bewegung und räumlicher Veränderung im Vordergrund. Wusstest du, dass die individuelle Bewegungsfreiheit sogar per Gesetz verankert ist, als ein Grundrecht, nämlich gemäß Artikel 2 Abs. 2 Satz 2 und Artikel 104 GG?

## SO VIELE AUTOS BLEIBEN NICHT UNBEMERKT

Auch im wirtschaftlichen Bereich erfordert der Transport von Gütern quer über den Erdball mehr Beweglichkeit. Es kommt zur Vernetzung verschiedener Wirtschaftssektoren bzw. Märkte, was gleichzeitig den Beschäftigungs- bzw. Absatzmarkt belebt. Es entsteht immer noch mehr Verkehr. Aber auch auf lokaler Ebene ist das Phänomen beobachtbar. Das Beispiel von Gewerbegebieten – kennst du ein IKEA und Co. irgendwo im Stadtzentrum? Riesige Einkaufsparks entstehen fast immer auf der grünen Wiese, scheinbar im Nichts. Diese Projekte leben von kommunaler Förderung und geringen Gewerbesteuern, erfordern aber umfangreiche Infrastrukturausbauten. Ähnliche finanzpolitische Anreize sind bspw. die Eigenheimförderung oder sozialpolitische Regelungen, wie die Pendlerpauschale. Der Autoverkehr ist also klar priorisiert gegenüber dem Nutzen anderer Verkehrsmittel.

Der weltweite Fahrzeugbestand wird auf 600 Millionen geschätzt. Szenarien prognostizieren einen Anstieg bis 2015 auf eine Milliarde, bis 2050 sogar auf zwei Milliarden – kurz gesagt, es gibt bereits heute zu viele Autos und es wird künftig noch mehr geben... sicherlich nicht ohne Auswirkungen.

Die meisten Wege legen wir natürlich auch mit dem Auto zurück, weniger zu Fuß oder mit dem Fahrrad. Noch weniger nutzen wir durchschnittlich den öffentlichen Verkehr mit Bussen oder Straßenbahnen. Merkwürdig, oder? Denn besonders bei kurzen Distanzen in Städten, welche kürzer als 3km sind, bist du mit dem Fahrrad am schnellsten unterwegs.

Wer kann schon von sich behaupten, dass einen hohe Spritpreise nicht interessieren? Benzin und Diesel werden immer teurer, doch wer weiß, was erst die nachfolgenden Generationen erwartet. Finanzgrößen interessieren die Umwelt allerdings reichlich wenig. Ganz anders ist das mit den vielen Abgasen, die der Mensch überall produziert. Sehr treffend formulierte 2010 unser ehemaliger Bundespräsident Horst Köhler die Situation: Mobilität, so wie wir sie heute praktizieren, ist nicht zukunftsfähig. Unser Planet würde es gar nicht aushalten, wenn die Menschen überall auf der Welt so viel im Auto durch die Gegend fahren würden, wie wir das hier bei uns tun. Um die Mobilität von Menschen zu verbessern müssen wir umdenken.

Unser bestehendes Verkehrssystem stößt heute bereits oft an seine Grenzen. Das merkst du spätestens dann, wenn du wieder einmal irgendwo im Stau stehst. Man könnte auch sagen, das System leidet an Überlastungserscheinungen. Der Ruf nach neuen Straßen wird laut, dabei sind bereits überall Baustellen, so weit das Auge reicht. Autobahnen werden verbreitert und neue Parkhäuser schießen wie Pilze aus dem Boden. Doch ändern diese Maßnahmen wirklich unser künftiges Mobilitätsproblem? Wie kommst du irgendwann zu deinen Freunden, zu deiner Familie, im sogenannten post-fossilen Energiezeitalter, sprich, wenn es kein Erdöl mehr gibt? Unter dem stetig wachsenden Verkehrsaufkommen leidet besonders die Lebensqualität von Menschen in Großstädten. Mehr Autos in den Städten bedeuten noch mehr Staus und der Wunsch nach Schnelligkeit schwindet dahin.

## MOBILITÄT UND NACHHALTIGKEIT

Nachhaltige Fortbewegung favorisiert nicht ein einziges Fortbewegungsmittel, sondern setzt auf einen gesunden Mix. Fehlende Finanzmittel erschweren diese Entwicklung. Angesprochen dazu, einen Teil beizutragen, ist aber jeder. Einstellung, Werthaltung und veraltete Vorstellungen von Mobilität müssen grundlegende Veränderungsprozesse durchlaufen und als mehr als ein soziales Bedürfnis begriffen werden. Also öffne die Augen und entdecke die vielen Möglichkeiten, die sich mittlerweile um das Thema entwickelt haben und ganz sicherlich noch entwickeln werden.

## NACHHALTIG VON A NACH B – ABER WIE?

Das einfachste Konzept beruht auf drei Säulen: Vermeidung, Verlagerung und Verbesserung – bei allen drei Dingen kannst du aktiv werden. Vermeide es, überall mit dem Auto hinzufahren, wo es nicht notwendig ist. Ansonsten nutze das Fahrrad oder den Bus. Damit sind wir bei der zweiten Säule, der Verlagerung. Der Umstieg vom Auto auf andere Verkehrsmittel hat viele Vorteile. Die Fahrt mit dem Fahrrad schont den Geldbeutel, du sparst die 1,55€ je Liter Benzin und vielleicht sogar die Kosten für das Fitnessstudio. Verbesserung, als dritte Säule, spricht die verbleibenden Autofahrer an. Denn es wird nicht ganz ohne funktionieren - dieser müssen aber verträglicher, effizienter, einfach besser werden!

Überlegst du dir eigentlich bei jeder Fahrt, wie viel Kosten eine Fahrt verursacht? Vermutlich nicht. Viele Menschen benutzen das Auto eben, weil es da ist. Warum sollte das auch anders sein? Wusstest du, dass Autos eine der teuersten Anschaffungen darstellen und dafür aber nur äußerst selten genutzt werden? Die meiste Zeit stehen viele Fahrzeuge nur in der Gegend herum und warten auf ihren Besitzer. Das merken scheinbar immer mehr, weshalb das Konzept des „Nutzens statt Besitzens“ zunehmend beliebter wird. Denn ein geteiltes Auto bedeutet auch geteilte Kosten. Das ist klasse, denn dadurch wird der Verkehr entlastet.

Doch die Kombination vieler verschiedener Verkehrsangebote in einem Gesamtpaket muss noch einfacher werden, routinierter und auch an Zuverlässigkeit gewinnen, um die heutige Überlegenheit des Autos zu mindern. Stell dir vor, du hast schnell und günstig sowohl die Bahn, den Bus, das Fahrrad oder eben – wenn nötig – ein Auto zur Verfügung. Und das alles zu einem vertretbaren Preis oder gar als Flatrate. Das Prinzip wäre dasselbe wie beim Mobilfunkvertrag – desto mehr Leute ein Angebot nutzen, desto günstiger ist das Angebot. Nachhaltig wäre es auch, wenn Autos aus den Städten zurückgedrängt und Fußgänger und Radfahrer gegenüber Autofahrern bevorzugt würden. Mögliche Maßnahmen wären z.B. Geschwindigkeitsreduzierungen, Parkraumverknappung, Nachtfahrverbot oder die Einführung einer Städtetaut.

## SCHON MAL SHARING AUSPROBIERT?

Car- und Bike-Sharing überzeugen mit guten Argumenten gegen die Anschaffung eines eigenen Autos. Sharing-Angebote bieten eine Alternative zum privaten Besitzen und sind ein typisches Konzept der Service-Ökonomie. Wusstest du, dass erstmalig in Zürich ein Car-Sharing-Projekt von mehreren Nachbarn ins Leben gerufen wurde und das bereits 1987? Heutzutage sind die meisten Anbieter professionell organisierte Unternehmen, die sich steigender Beliebtheit erfreuen. Die Schweiz verzeichnet ca. 60.000 Nutzer, die USA und Deutschland über 90.000. Insgesamt verbessert das Konzept die Ausnutzung, denn Car-Sharing-Nutzer fahren seltener alleine – Leerfahrten haben Seltenheitswert. Außerdem steigt die Flexibilität, denn du kannst immer genau das Fahrzeug wählen, was deinem aktuellen Bedürfnis am meisten entspricht, sei es für den Urlaub, den Familienausflug oder einen Umzug. Und es gibt noch mehr Vorteile: Oft gibt's moderne, saubere Autos mit hoher Abgasnorm, wodurch das Risiko des Liegenbleibens sinkt und die Kosten für Reparaturen entfallen, ebenso wie die Ausgaben für den TÜV. Unbestritten ist natürlich, dass diese Entwicklung gewisse Schwierigkeiten für die deutsche Automobilindustrie birgt, denn weniger verkaufte Autos bedeuten womöglich die Ausdünnung der weltweit zahlreich vertretenen Automobilhersteller. Um dennoch zu überleben, müssen Automobilkonzerne sich neu erfinden und innovative Konzepte entwickeln.

## SCHON MAL ELEKTRONISCH GEFAHREN?

Bislang fanden elektrisch angetriebene Fahrzeuge innerhalb des Verkehrssektors nur in der Nische ihre Käufer. E-Mobilität eröffnet aber künftig die Möglichkeit sinkender Abhängigkeit von fossilen Ressourcen und verspricht emissionsfreies Fahren, zumindest lokal betrachtet und auch global, wenn die Energie aus erneuerbaren Energien stammt. E-Mobilität umfasst sehr viel, nämlich elektrisch angetriebene Fahrräder, Pedelecs oder E-Roller, welche in den letzten Jahren an Attraktivität dazu gewinnen. Gegenargumente wie eine geringe Reichweite sind nicht handfest, da die meisten Menschen sowieso nie mehr als 70 km pro Tag zurücklegen. Diese Entfernung schaffen alle E-Autos problemlos. Probiert es doch einfach selber einmal aus!

# FAHRRADWEGE

In diesem Beitrag setze ich mich kritisch mit der nachhaltigen Verkehrspolitik der Stadt Kassel auseinander. Auf der Website der Stadt Kassel steht, dass die Radwege gut ausgebaut sind. Es existiert ein Fahrradstadtplan, der aber meiner Meinung nach auch Radwege anzeigt, die nur Straßen ohne Ausschilderung für Fahrradfahrer sind. Neben einer Fahrradstraße zwischen der Karlsau und dem Auestadion sowie dem Auepark, welcher befestigte Wege für Trekkingräder und Mountainbikes hat, soll ab dem Frühjahr 2012 an 50 Standorten das Fahrradverleihsystem Konrad entstehen ([www.konrad-kassel.de](http://www.konrad-kassel.de)). Der Start des Projekts wurde von September 2011 auf Oktober 2011 und später auf das Frühjahr 2012 wegen technischer Probleme verlegt. Pendler\*innen, Studenten\*innen und Bürger\*innen mit kurzen Wegen in der Stadt sollen Fahrräder an einem Punkt günstig mieten und an einem der 50 Standorte wieder abstellen können. Das Mieten wird über ein Callcenter geregelt. Das Projekt braucht laut verschiedenen

Zeitungsartikeln definitiv ab 2013 zahlkräftige Sponsoren. Alternativ werden entweder die Preise erhöht oder das Projekt wird nicht weitergeführt.

Die Stadt Kassel verspricht sich von diesem Forschungsprojekt, welches vom Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung (BMVBS) mit 1,5 Millionen Euro gefördert wird, eine Verringerung des Straßenverkehrs in der Stadt und die Entwicklung einer nachhaltigen Verkehrspolitik. Die Teile des Verleihsystems stammen aus Taiwan und wurden mit einem Seecontainer geliefert, da ein Transport mit dem Flugzeug zu teuer war. In Nordrhein-Westfalen wurden die Leihfahrräder zusammengebaut. Auch wenn dieses Projekt die Verkehrspolitik nachhaltig beeinflussen soll, zeigen die Aspekte des Transports und der Herstellung Zweifel auf. Für mich soll mit wenig Kosten ein Projekt finanziert werden, welches Radfahren attraktiver macht.

Dies heißt jedoch nicht, dass die Verkehrspolitik dadurch nachhaltiger wird. Laut einer Umfrage besteht der Verkehr in Kassel nur zu 6% aus Radfahrern. Dies stagniert seit mehreren Jahren, weshalb die Stadt Kassel nun aufgefordert ist, zu handeln. In anderen Städten hat sich der Radverkehr stark erhöht und beträgt zum Beispiel in Frankfurt die doppelte Prozentzahl gemessen am Gesamtverkehr.

Positiv kann man bewerten, dass Fahrradfahrer\*innen umsonst ihr Fahrrad im ÖPNV in Bussen und Straßenbahnen mitnehmen dürfen. Radfahren ist aber eher für ortskundige Bürger\*innen attraktiv, da zwar Schilder vorhanden sind, aber Lagepläne auf Tafeln oder Radrundwege mit Nummerierungen kaum vorhanden sind. An den grünen Schildern mit Kilometerangaben zu bestimmten Stadtteilen kann sich ein/e ortskundige/r Radfahrer\*in schwer orientieren. Außerdem fordert beispielsweise die Grüne Hochschulgruppe, dass Wege besser ausgebaut und mehr Stellplätze vorhanden sein müssen.

Meiner Meinung nach will sich die Stadt Kassel mit diesem Projekt „Konrad“ rühmen, aber ist nicht bereit, viel Geld für eine nachhaltige Verkehrspolitik zu investieren. Weiterhin gibt es für Studenten\*innen und Bürger\*innen zu wenig Anreize und zu viele Gefahren, um regelmäßig das Fahrrad als Transportmittel zu benutzen.

BELE

Wo genau arbeitet eigentlich dein Geld? Diese Frage sollte sich jeder stellen, der sein Geld nachhaltig angelegt wissen will. Du selbst hast die Möglichkeit zu entscheiden, in welche Bereiche dein Ersparnis investiert werden soll. Neben den konventionellen Banken – die auch immer öfter nachhaltige Bankprodukte anbieten – gibt es eine Bandbreite von nachhaltigen Banken, den sogenannten Ökobanken oder Ethischen Banken, die dir garantieren, dass das Geld von deinem Spar- oder Girokonto ausschließlich in nachhaltige Projekte und Unternehmen investiert wird. Während klassische Geldanlagen ausschließlich den Bewertungskriterien Rentabilität, Sicherheit und Liquidität unterliegen, berücksichtigen nachhaltige Geldanlagen zusätzlich ethische, ökologische und soziale Anlagekriterien. In der Finanzsprache werden diese Bewertungskriterien auch als „ESG-Kriterien“ bezeichnet, die für „Environment“, „Social“ und „Good Governance“ stehen. Als nachhaltiger Anleger gewinnst du auch immer doppelt: Zum einen bringt dir dein finanzielles Investment eine „gesunde“ Rendite ein und zum anderen wird dein Geld nur in ökologische, soziale und ethisch sinnvolle Projekte investiert. Das Produktportfolio von nachhaltigen

Banken steht dem von konventionellen Banken in nichts nach: Die Anlagemöglichkeiten reichen von Sparanlagen, Aktien und Investment-Fonds über Direktbeteiligungen bis hin zu Lebens- und Rentenversicherungen.

Die Auswahl und Bewertung von nachhaltigen Geldanlagen kann nach verschiedenen Methoden erfolgen. „Negativ- oder Ausschlusskriterien“ schließen Unternehmen oder Projekte von einem Investment aus, weil sie negative Aspekte wie z.B. Menschenrechtsverletzungen, Rüstung, Diskriminierung von Minderheiten, Tierversuche etc. erfüllen. Geldanlagen, die wiederum auf der Basis von „Positivkriterien“ getätigt werden, fördern diejenigen Unternehmen, Produkte und Projekte, welche nachhaltige Kriterien im Branchenvergleich am besten erfüllen (Best-In-Class). In der Praxis werden meist beide Ansatzmethoden angewendet.

Geld an sich kann nicht arbeiten. Arbeiten können nur Menschen, Tiere oder Maschinen mit deinem Geld. Entscheide selbst, wo dein Geld am sinnvollsten investiert ist und übernehme Verantwortung für deine Geldanlage.

**WELCHE BANK LEGT  
MEIN GELD SINNVOLL AN  
UND INVESTIERT NICHT  
IN RÜSTUNGS- ODER  
GENTECHNIKPROMOJEKTE?**

Die **GLS BANK** wurde als „Gemeinschaftsbank für Leihen und Schenken“ 1974 gegründet und gilt als Deutschlands erste nachhaltige Bank. Als Kunde\*in kannst du bei der Eröffnung deines Giro- oder Sparkontos selbst entscheiden, in welche Bereiche dein Geld investiert werden soll. Dabei finanziert und unterstützt die GLS Bank ein breites Spektrum an sozial und ökologisch nachhaltigen Projekten in Bereichen wie z.B. ökologischer Landwirtschaft, erneuerbaren Energien, Kultur oder Gesundheit. Die Bank bewertet Unternehmen und Projekte sowohl nach dem Prinzip der Ausschlusskriterien als auch nach dem der Positivkriterien. Negative Kriterien sind dabei unter anderem: Kinderarbeit, Tierversuche, kontroverses Umweltschutz, Rüstung, Pornografie oder Embryonenforschung. Eine ausführliche Liste über die negativen und positiven Anlagekriterien findet ihr auf der Homepage der Bank. Um eine transparente Anlagenpolitik zu gewährleisten, bringt die GLS Bank mehrmals im Jahr die Kundenzeitschrift „Bankspiegel“ heraus. Die GLS Bank verfügt über ein kleines Filialnetz und hat Geschäftsstellen in München, Frankfurt, Berlin, Freiburg, Stuttgart und Bochum (Hauptsitz). Das Angebot für Privatkunden ist sehr umfassend und bietet eine vergleichsweise große Auswahl an Girokonten, Kreditkarten und Sparanlagen. Als Kunde\*in kannst du kostenfrei die Geldautomaten der VR- und Sparda-Banken nutzen. [www.gls.de](http://www.gls.de)

Bei der **TRIODOS BANK** handelt es sich um eine niederländische Direktbank – Banken ohne eigenes Filialnetz –, welche 1980 als Aktiengesellschaft gegründet wurde. Die Bank wird von der eigens initiierten „Triodos Stiftung“ verwaltet und will ihr Geld nur in solche Projekte, Produkte und Unternehmen investieren, die auch einen Mehrwert für Mensch und Umwelt generieren. Es spielen allerdings nicht nur ökologische und soziale Aspekte eine wichtige Rolle, sondern auch kulturelle. Demnach investiert die Triodos Bank ausschließlich in Unternehmen und Projekte aus den Sektoren Ernährung, Bildung, Sozialwirtschaft, Gesundheitspflege, Kunst und Kreativwirtschaft, Handel und Herstellung (Non-Food) sowie Umwelttechnik. Die Bewertung und Auswahl der einzelnen Geldanlagen nimmt die Bank nach dem Ansatz der Negativ- und Positivkriterien vor. Der deutsche Hauptsitz der Triodos Bank ist seit 2005

in Frankfurt am Main. Nachdem sich die Bank vor allem auf Spar- und Kreditgeschäfte konzentriert, kann sie nur bedingt als Hausbank fungieren. Für Privatkunden werden derzeit vor allem Tages- und Festgeldkonten sowie Sparanlagen und Kreditkarten mit Online Banking angeboten. [www.triodos.de](http://www.triodos.de)

Die **BANK FÜR ORDEN UND MISSION** ist eine christliche Direktbank mit Sitz in Idstein und gehört zum Bundesverband der Deutschen Volks- und Raiffeisenbanken e.V. Sie wurde ursprünglich von der Franziskaner-Missionszentrale in Bonn ins Leben gerufen und soll vor allem deren christliche Projektarbeit finanziell unterstützen. Alle erwirtschafteten Bankgewinne werden in soziale Projekte des Franziskanerordens wie z.B. Wasser-, Brunnenbau- oder Bildungsprojekte investiert und kommen notleidenden Menschen zugute. Als Kunde\*in hast du die Möglichkeit, selbst zu entscheiden, ob deine Zinsen an dich ausgeschüttet werden sollen oder die sozialen Projekte der Bank mit unterstützen. Die ethischen Grundsätze der einzelnen Geldanlagen orientieren sich stark an dem Gedankengut der Franziskaner und werden nach strikten Ausschlusskriterien und dem Best-In-Class-Prinzip ausgewählt. Die Bankprodukte für Privatkunden sind sehr umfangreich. Sie reichen von Giro-, Spar- und Festgeldkonten bis zur individuellen Finanzplanung. Über das Geldautomatennetzwerk der VR-Banken kannst du als Kunde\*in auf dein Konto zugreifen. [www.ordensbank.de](http://www.ordensbank.de)

Die hier genannten Banken stellen nur eine kleine Auswahl an nachhaltigen Banken dar. Es gibt noch viele weitere Banken, wo du dein Geld mit Sinn anlegen kannst:

[www.ethikbank.de](http://www.ethikbank.de)  
[www.kd-bank.de](http://www.kd-bank.de)  
[www.steyler-bank.de](http://www.steyler-bank.de)  
[www.umweltbank.de](http://www.umweltbank.de)

**MEINS IST DEINS, NUTZEN STATT BESITZEN**, oder **COLLABORATIVE CONSUMPTION**. Damit lässt sich ein neuer alter Trend bezeichnen, der besonders in Metropolen und Großstädten derzeit ein ungeahntes Revival erlebt. Ob Kleidertauschpartys, Tauschbörsen, Car-Sharing (besser noch: Bike-Sharing), Couchsurfing, Gemeinschaftsgärten oder die heute schon nicht mehr nur zum studentischen Alltag gehörende Mitfahrgelegenheit. Ob privat oder von findigen Entrepreneurs initiiert, haben solche Angebote eines gemeinsam: die gemeinsame Nutzung von Ressourcen. Diese smarte und neuerdings auch hippe Art des Konsums befreit von überflüssigem Ballast und bringt darüber hinaus zum Teil erhebliche **KOSTENERSPARNISSE** mit sich.

Den **UMWELTSCHUTZ** bekommt man dabei sozusagen gratis mitgeliefert.\* Denn die Lampe, die man nicht mehr braucht oder der Pullover, den man schon seit Jahren nicht mehr sehen kann und der ohnehin ein Fehlkauf war, kann von jemand anderem möglicherweise als sehr nützlich empfunden werden. Womit eine neue Lampe und ein neuer Pullover vielleicht gar nicht erst produziert werden müssen.

Darüber hinaus bringt ein Tausch möglicherweise den einen oder anderen erfreulichen Kontakt zustande. Zum Beispiel auf einer **KLAMOTTENTAUSCHPARTY**, wie sie Ende 2011 im Karoshi stattgefunden hat.

Was ebenfalls gleichermaßen bereichernd für einen selbst und die Natur sein kann, ist das Tauschen der eigenen Arbeitsleistung. In **TAUSCHRINGEN** werden vor allem Dienstleistungen im überschaubaren und eher privaten Kreis getauscht. Das sind meist einfache Tätigkeiten, wie Rasenmähen, Hemden bügeln, einen Apfelbaum ernten oder Korrektur lesen. Der eigenen Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt. Die Hauptsache ist, es trifft auf Nachfrage. Ein Tauschring hat den entscheidenden Vorteil, dass hier Leistungen angeboten und erworben werden können, ohne dass Geld im Spiel ist.\*\* In den meisten Fällen ist die Währung der Tauschringe Zeit, die stundenweise eins zu eins getauscht und auf Tauschkonten gutgeschrieben wird. In ökologischer Hinsicht kann die menschliche Arbeitskraft auf vielfältige Weise eingesetzt werden,

um industrielle Wertschöpfungsstufen und damit energie- und schadstoffintensive Produktionsprozesse und Transportwege einzusparen. Möglicherweise können auf diesem Wege auch technische Geräte repariert werden, für die sich eine Reparatur sonst nicht gerechnet hätte. Wenn es in der normalen Wirtschaft mal nicht so rund läuft oder man schlichtweg knapp bei Kasse ist (was unter Studenten der Regelfall sein dürfte), kann eine solche Tauschgemeinschaft ebenfalls sehr von Vorteil sein. Auch um seine eigenen Fertigkeiten zu entwickeln ist ein Tauschring eine gute Gelegenheit und ein guter Anreiz, da man hier gut voneinander lernen kann. Einen Tauschring kann im Prinzip schon von jeder kleineren Personengruppe ganz unbürokratisch gegründet werden. Man einigt sich auf eine Verrechnungseinheit, jeder bekommt ein Konto, auf dem die Tauschwährung gutgeschrieben wird und schon kann's losgehen.

Eine weitere Möglichkeit Wertschöpfungsketten zu verkürzen, wirtschaftliche Aktivitäten möglichst innerhalb der Region stattfinden zu lassen und diese so auch ein wenig unabhängiger von den Launen des überregionalen Wirtschafts- und Finanzgeschehens zu machen, sind **REGIONALWÄHRUNGEN**. Eine solche ist auch in Kassel unter dem Namen **BÜRGERBLÜTE** im Umlauf. Man kann sie gegen Euro eintauschen und damit in einigen Geschäften einkaufen, die diese akzeptieren. Hier kommt es besonders darauf an, dass möglichst viele mitmachen, um die gewünschte Wirkung zu erzielen. In einigen Regionen funktioniert das System sehr gut und ist schon zu einem echten Wirtschaftsfaktor geworden. Umso mehr lohnt es sich, auch mal mit Kasseler Blüten zu bezahlen oder das Geschäft um die Ecke zur Teilnahme zu überreden.

Ein paar gute Portionen Idealismus, Menschenliebe, Mut zur Veränderung und auch etwas Bereitschaft zur Unbequemlichkeit gehören bei allen diesen Varianten sicherlich dazu. In der Tat kann man es als Fortschritt unserer Zeit betrachten, dass man die Möglichkeit hat, alle seine (täglich wachsenden) Bedürfnisse zu stillen, indem man in der übrig gebliebenen Zeit seinen Vollzeit-Job ableistet. Am Anfang muss immer die Frage stehen: **WAS WILLST DU?**

**KLEIDERTAUSCHPARTY** Der Konsumkritische Stadtrundgang ([www.konsumkritik-kassel.de](http://www.konsumkritik-kassel.de)) hat Ende 2011 das erste Mal und mit großem Erfolg im Karoshi die Klamottentauschparty veranstaltet. Eine Neuauflage ist bereits in Planung.

**TAUSCHBÖRSE** Eine durch Anwohnerinitiative umgenutzte Telefonzelle, Friedrich-Ebert-Straße Ecke Querallee.

**TAUSCHRING** In der Räumlichkeiten des Café freiRAUM, Friedrich-Ebert-Straße 92. Büro- und Öffnungszeiten unter: [www.tauschringadressen.de/adressdaten/profile.php?id=65](http://www.tauschringadressen.de/adressdaten/profile.php?id=65)

**REGIONALWÄHRUNG** Der Umtausch Euro gegen Bürgerblüte ist unter anderem im AStA der Uni Kassel möglich. Weitere Informationen unter: [www.buergerbluete.de](http://www.buergerbluete.de)

**CAR-SHARING** Neben der günstigen Vermietung von Autos und Transportern durch den AStA gibt es bei Stattauto Kassel vergünstigte Tarife für Studenten. Infos unter [www.stattauto-kassel.de](http://www.stattauto-kassel.de)

**BIKE-SHARING** Wir alle warten gespannt auf das neue Fahrradverleihsystem Konrad, das für Studenten kostenlos (bzw. im Semesterbeitrag enthalten) sein wird. Siehe hierzu den Beitrag über Radfahren in diesem Heft.

**COUCHSURFING** [www.couchsurfing.org](http://www.couchsurfing.org) ist die weltweit größte Travel-Community.

# GELD ODER LEBEN?

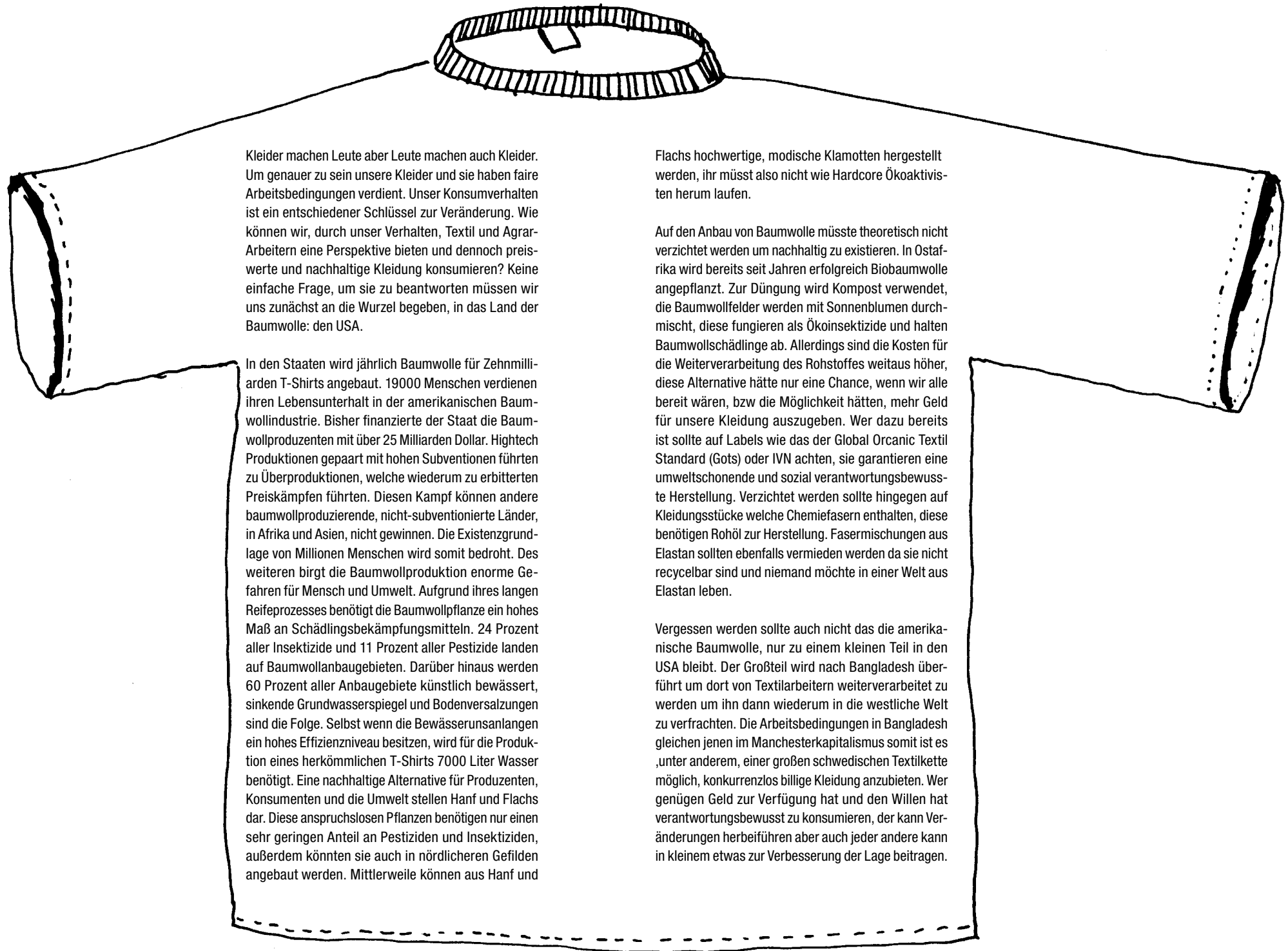
\*Vorsicht Rebound-Effekt: Wer wegen einer Vergünstigung mehr konsumiert, erreicht das genaue Gegenteil. Beispiel: „Oh super, ein neuer Pullover, ganz umsonst! Da hab ich genug Geld, um mir morgen zwei neue bei H&M zu kaufen. Ich fahre gleich mal mit dem Auto rüber.“ Der Rebound-Effekt ist einer der größten Stolpersteine auf dem Weg zur zukunftsfähigen und gerechten Gesellschaft. Er kann in unterschiedlichen Formen auftreten und jegliche Effizienzsteigerungen und Einsparungen durch Überkompensation zunichtemachen. Die Effizienz hat in unseren Breitengraden erhebliche Fortschritte gemacht, der Umweltverbrauch hat sich jedoch in nahezu allen Bereichen stetig vermehrt.

\*\*Das heute verbreitete Geld(-system) wird von zahlreichen Wissenschaftlern schon per se als wenig nachhaltig beurteilt. Beispielsweise spricht vieles dafür, dass es einer der Hauptgründe für den Zwang zum Wirtschaftswachstum ist, welches wiederum (zumindest bislang) mit erhöhtem Ressourcenverbrauch einhergeht.



KLEF

DUNG



Kleider machen Leute aber Leute machen auch Kleider. Um genauer zu sein unsere Kleider und sie haben faire Arbeitsbedingungen verdient. Unser Konsumverhalten ist ein entscheidender Schlüssel zur Veränderung. Wie können wir, durch unser Verhalten, Textil und Agrar-Arbeitern eine Perspektive bieten und dennoch preiswerte und nachhaltige Kleidung konsumieren? Keine einfache Frage, um sie zu beantworten müssen wir uns zunächst an die Wurzel begeben, in das Land der Baumwolle: den USA.

In den Staaten wird jährlich Baumwolle für Zehnmilliarden T-Shirts angebaut. 19000 Menschen verdienen ihren Lebensunterhalt in der amerikanischen Baumwollindustrie. Bisher finanzierte der Staat die Baumwollproduzenten mit über 25 Milliarden Dollar. Hightech Produktionen gepaart mit hohen Subventionen führten zu Überproduktionen, welche wiederum zu erbitterten Preiskämpfen führten. Diesen Kampf können andere baumwollproduzierende, nicht-subventionierte Länder, in Afrika und Asien, nicht gewinnen. Die Existenzgrundlage von Millionen Menschen wird somit bedroht. Des weiteren birgt die Baumwollproduktion enorme Gefahren für Mensch und Umwelt. Aufgrund ihres langen Reifeprozesses benötigt die Baumwollpflanze ein hohes Maß an Schädlingsbekämpfungsmitteln. 24 Prozent aller Insektizide und 11 Prozent aller Pestizide landen auf Baumwollanbaugebieten. Darüber hinaus werden 60 Prozent aller Anbaugebiete künstlich bewässert, sinkende Grundwasserspiegel und Bodenversalungen sind die Folge. Selbst wenn die Bewässerungsanlagen ein hohes Effizienzniveau besitzen, wird für die Produktion eines herkömmlichen T-Shirts 7000 Liter Wasser benötigt. Eine nachhaltige Alternative für Produzenten, Konsumenten und die Umwelt stellen Hanf und Flachs dar. Diese anspruchslosen Pflanzen benötigen nur einen sehr geringen Anteil an Pestiziden und Insektiziden, außerdem könnten sie auch in nördlicheren Gefilden angebaut werden. Mittlerweile können aus Hanf und

Flachs hochwertige, modische Klamotten hergestellt werden, ihr müsst also nicht wie Hardcore Ökoaktivisten herum laufen.

Auf den Anbau von Baumwolle müsste theoretisch nicht verzichtet werden um nachhaltig zu existieren. In Ostafrika wird bereits seit Jahren erfolgreich Biobaumwolle angepflanzt. Zur Düngung wird Kompost verwendet, die Baumwollfelder werden mit Sonnenblumen durchmisch, diese fungieren als Ökoinspektizide und halten Baumwollschädlinge ab. Allerdings sind die Kosten für die Weiterverarbeitung des Rohstoffes weitaus höher, diese Alternative hätte nur eine Chance, wenn wir alle bereit wären, bzw die Möglichkeit hätten, mehr Geld für unsere Kleidung auszugeben. Wer dazu bereits ist sollte auf Labels wie das der Global Organic Textile Standard (GOTS) oder IVN achten, sie garantieren eine umweltschonende und sozial verantwortungsbewusste Herstellung. Verzichtet werden sollte hingegen auf Kleidungsstücke welche Chemiefasern enthalten, diese benötigen Rohöl zur Herstellung. Fasermischungen aus Elastan sollten ebenfalls vermieden werden da sie nicht recycelbar sind und niemand möchte in einer Welt aus Elastan leben.

Vergessen werden sollte auch nicht das die amerikanische Baumwolle, nur zu einem kleinen Teil in den USA bleibt. Der Großteil wird nach Bangladesch überführt um dort von Textilarbeitern weiterverarbeitet zu werden um ihn dann wiederum in die westliche Welt zu verfrachten. Die Arbeitsbedingungen in Bangladesch gleichen jenen im Manchesterkapitalismus somit ist es, unter anderem, einer großen schwedischen Textilkette möglich, konkurrenzlos billige Kleidung anzubieten. Wer genügend Geld zur Verfügung hat und den Willen hat verantwortungsbewusst zu konsumieren, der kann Veränderungen herbeiführen aber auch jeder andere kann in kleinem etwas zur Verbesserung der Lage beitragen.

## NACHHALTIGKEIT IM BAD

# BLEIB SAUBER!

## UND IN DER KÜCHE

Denke ich an Nachhaltigkeit im Bad und in der Küche, so fällt mir – als Studentin und immer knapp bei Kasse – zunächst eines ein: Wasser sparen! Ganz klar. Doch dass wir beim Zähneputzen getrost den Wasserhahn zu machen können, lieber Duschen statt Baden sollen und eine Katzenwäsche manchmal auch reicht – übertriebene Hygiene schadet sogar der Haut –, haben wir ja praktisch schon mit der Muttermilch aufgesogen und brauche ich euch nicht noch einmal vorzukauen. Neue Ideen müssen her!

Die Plattform “Stylepark” für Architektur und Design macht da zum Beispiel folgenden, meiner Meinung nach sehr konstruktiven Vorschlag: “Save water bath with a friend” ([www.stylepark.com](http://www.stylepark.com)). So spart man nicht nur Wasser und tut was für die Umwelt, sondern hat sicherlich auch eine Menge Spaß und schult nebenbei noch seine sozialen Kompetenzen.

Wer trotzdem eher weniger auf Freikörperkultur steht und lieber das intime Duscherlebnis genießt, braucht den Mut nicht zu verlieren – geht es doch bei nachhaltigem Handeln im Bereich der Körperhygiene um vielmehr als nur um die Menge des tröpfelnden Nasses.

Zum Beispiel um die Inhaltsstoffe und deren Umweltverträglichkeit der Kosmetikprodukte, die wir jeden Tag zu gebrauchen pflegen. Da mittlerweile alle Hersteller mit saftigen Früchten gespickten Verpackungen, der “Kraft der Natur” oder Bio-Extrakten werben, und somit mittels Greenwashing-Strategien versuchen, die Verbraucher\*innen hinsichtlich Verträglichkeit oder Ressourcenschonung der Produkte in die Irre zu führen, ist es nicht leicht, die nachhaltig richtige Wahl

zu treffen. Die schönsten Dreistigkeiten der Anbieter findet ihr zum Beispiel auf einer Liste der Verbraucherzentrale Hamburg ([www.vzhh.de](http://www.vzhh.de)).

Denn im Gegensatz zur der Biokennzeichnung der Lebensmittel bleibt die Situation der Kosmetikartikel durch einen Dschungel aus verschiedensten nationalen und internationalen Siegeln konfus und die Anforderungen an Naturprodukte höchst unterschiedlich. Ihr seid also mit zertifizierten Hygieneartikeln durch NaTrue, Eco-Control, Eco-Cert oder des BDIH, die ihr auch in Kassel bei sämtlichen Drogerien und Reformhäusern erwerben könnt, in Bezug auf den ökologischen Aufbau der Ressourcen, das Aussparen z.B. schädlicher, synthetischer Duftstoffe, Silikone und Paraffine, den Verzicht von Tierversuchen oder fairen Arbeitsbedingungen zwar auf der sicheren Seite – jedoch in unterschiedlichem Maße. Das heißt also: Kritisch bleiben! Auch zertifizierte Produkte, wie beispielsweise die Alverde-Reihe von dm, können ökologisch fragwürdige Inhaltsstoffe, wie Palmöl enthalten, für dessen Anbau der Regenwald abgeholzt sowie Menschen und Tiere verdrängt werden.

Nichtdestotrotz stellen die Zertifikate einen wichtigen Schritt in Richtung faire, nachhaltige Kosmetik dar und können euch helfen, im Wirrwarr der fruchtig-natürlich Produkte nicht den Kopf zu verlieren. Lasst euch dabei nicht von vielversprechenden Aufschriften wie “dermatologisch getestet”, “ohne Farb- und Konservierungsstoffe” oder “vegan” verwirren, denn sie sind keinesfalls ein Garant für Naturkosmetik, solange sie nicht mit den entsprechenden Siegeln zertifiziert wurden. Seid mutig und fragt in den Geschäften nach,

wenn ihr euch bezüglich eines Artikels unsicher seid, denn damit setzt ihr als Konsument\*innen ein klares Zeichen.

Dies gilt ebenso für die Verpackungen. Nur wenige Hersteller folgen dem guten Beispiel der englischen Firma Lush, die viele Produkte in fester Form ohne bzw. mit einfachem Verpackungsmaterial herstellen und die Möglichkeit eröffnen, dieses wieder in den Läden zurückzugeben, so dass oft unnötige Umverpackungen oder Portionsverpackungen anfallen, die besser im Geschäft bleiben können. Zwar gibt es Lush leider derzeit noch nicht in Kassel, trotzdem besteht aber auch in anderen Drogerien immer die Möglichkeit sich für Nachfüllpackungen, recyclebare Materialien sowie funktionale Systeme anstatt überflüssige Verpackungen zu entscheiden.

Ratsam ist es aber grundsätzlich auch, die eigenen Bedürfnisse zu reflektieren und manchmal gänzlich auf bestimmte Artikel zu verzichten oder sie durch andere, umweltfreundlichere Alternativen zu ersetzen. So könnt ihr statt Sprays mit Treibgasen in Aludosen, wie Haarsprays oder Deos, eher Pumpsprays oder Roller verwenden und trotzdem euren Bedürfnissen gerecht werden. An die Stelle von Wattepatts, die aus Zellulose bestehen und – eigentlich dafür, dass wir sie wegwerfen – aufwendig hergestellt und gebleicht werden müssen, oder feuchten Reinigungstüchern aus schwerabbaubaren Chemikalien können wiederverwendbare, weil waschbare Mikrofaserlappen treten. Da flüssige Dusch- und Waschgels ohnehin hauptsächlich aus Wasser bestehen, können diese durch feste Seife abgelöst werden. Und schließlich erzielen altbewährte Hausmittel oftmals ebenso die gewünschten Effekte. Zahlreichen Ratschläge zu den verschiedensten Beschwerden oder Bedürfnissen, wie Heilerde bei Hautunreinheiten, Olivenöl gegen brüchige Nägeln oder die berühmte Gurkenmaske bei trockener Haut, findet ihr kostenlos im Internet (z.B. [www.einfach-natuerlich.de/tippsuche.php](http://www.einfach-natuerlich.de/tippsuche.php)), schonen euren Geldbeutel und lohnen sich einfach auszuprobieren.

Das Gleiche gilt ebenfalls für sämtliche Hygienevorhaben in der Küche. Ob Essigsäure bei Kalkablagerungen in Wasserkocher und Kaffeemaschine, Soda zum Abflussreinigen oder Kartoffelschalen zum Putzen des Spülbeckens – die alten Tipps und Tricks von Großma-

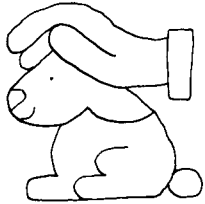
ma und co funktionieren noch immer und sind ein guter Anlass, um sich mal wieder bei den Verwandten zu melden. Jedoch könnt ihr lästige Fragen zum Studium heute auch dank Plattformen wie [frag-mutti.de](http://frag-mutti.de) lässig umgehen und trotzdem nachhaltig den Wischmoppschwinger. Und wo wir gerade dabei sind: Der Einsatz von mechanischen Reinigungshilfen vom Abzieher bis zur Sauglocke erspart euch eine Menge teurer, chemischer Putzmittel, was jedoch nicht bedeutet, dass ihr auf alle verzichten sollt. Vielmehr geht es um die gezielten Anwendung und das Beachten der richtigen Dosierungen, denn wie meine Chemielehrerin immer zu sagen pflegte: Viel hilft nicht viel. Das gilt auch für die Auswahl an Reinigern, die nach Angaben des Umweltbundesamtes getrost auf einen Allzweckreiniger, ein Handspülmittel, eine Scheuermilch und einen sauren Reiniger (z.B. - oder Zitronensäure) beschränkt werden kann, um einen Haushalt sauber zu halten. Dabei sind eigentlich keine zusätzlichen Mittel nötig, wenn ihr euch mit den bestehenden zu helfen wisst und sie mit mechanischen Reinigungshilfen und/oder Haushaltstrick geschickt kombiniert. So lässt sich beispielsweise sich der Schmutz bei einem auf 50 Grad vorgeheizten Ofen einfach mit Spüli entfernen – ganz ohne Backofenspray.

Aber was ist eigentlich das Problem an vielen Haushaltschemikalien? Einerseits enthalten sie chemische Substanzen wie Tenside, die, gelangen sie in die Umwelt, u.a. die Kiemen von Wassertieren schädigen, oder Phosphate, welche den Gewässern Sauerstoffe entziehen, so dass sie sprichwörtlich “umkippen”. Andererseits führt die nur bedingte Abbaubarkeit von optischen Aufhellern, Farb- oder Duftstoffen dazu, dass wir sie im Endeffekt selbst über die Nahrung aufnehmen, wodurch unsere Gesundheit gefährdet wird. Im Bewusstsein dieser Problematiken versuchen deshalb viele Hersteller auf bestimmte Chemikalien zu verzichten und werden dann durch das EU-Ecolabel (Euroblume) oder den Blauen Engel als umweltverträglicher und weniger gesundheitsbelastend deklariert. In sämtlichen Drogerien und Reformhäusern finden sich diese zertifizierten Produkte. Die Wahl liegt also bei euch.

Egal ob Kosmetikartikel oder Putzmittel – eure Kaufentscheidung ist ein wichtiger Schritt in Richtung des nachhaltigen Handelns im Alltag.



Der **BDIH (BUNDESVERBAND DER INDUSTRIE- UND HANDELSUNTERNEHMEN FÜR ARZNEIMITTEL, REFORMWAREN, NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL UND KOSMETISCHE MITTEL E.V.)** versucht durch die Zusammenarbeit mit internationalen Verbänden die Standards für Bio- u. Naturkosmetik zu vereinheitlichen (cosmos-standard.org). Sein Prüfzeichen unterliegt der Kontrolle durch unabhängige Institute und gilt als zuverlässiger Indikator für ressourcenschonende, gesundheitliche und sozial-verträgliche Herstellung von Natukosmetika. So müssen Rohstoffe und Herstellungsverfahren z.B. der EU-Ökoverordnung entsprechen, Tierversuche sind generell unzulässig und Erdölprodukte wie Paraffine sind nicht erlaubt.



Der **HASE MIT DER SCHÜTZENDEN HAND** ist als Markenzeichen für tierversuchsfreie Kosmetik aus der Zusammenarbeit des Deutschen Tierschutzbundes mit dem Internationalen Herstellerverband gegen Tierversuche in der Kosmetik e.V. (IHTK) entstanden. Da ihnen die EU-Kosmetikrichtlinien nicht weit genug gehen, haben sie eigene, strenge Standards entworfen zu deren Einhaltung sich die Hersteller mit Aufnahme in die Positivliste verpflichten. Der Deutsche Tierschutzbund kontrolliert dabei nicht nur deren Befolgung unabhängig von den Produzenten, sondern sanktioniert auch die Missachtung.



**DAS SPRINGENDE KANINCHEN** steht für das Engagement der ECEAE (European Coalition to End Animal Experiment), die verschiedene Tierschutzorganisationen Europas, wie z.B. den Deutschen Tierschutzbund, vereint und ihren Forderungen auf der EU-Ebene nachzukommen versucht. Im Einsatz für eine moderne, humane Wissenschaft ohne Tierversuche hat sie Standards für Kosmetik- bzw. Hygieneartikel und Haushaltsprodukte entworfen sowie eine eigene Positivliste ins Leben gerufen.



Als **VEGAN** werden, zum Beispiel durch die Veganblume der Vegan Society jene Artikel, gekennzeichnet, die weder bei der Herstellung und Entwicklung Tierprodukte, -nebenprodukte oder Derivate enthalten, noch an Tieren getestet wurden. Nichtsdestotrotz garantiert das Logo, das bereits innerhalb der veganen Bewegung bezüglich der Standards kritisiert wird, nicht, dass es sich dabei Naturkosmetik handelt.

Die Organisation **ECOCERT** aus Frankreich zertifiziert neben Agrarerzeugnissen für den Lebensmittelbereich seit 2002 auch Kosmetikartikel. Die Richtlinien, wie beispielsweise einem Anteil pflanzlicher Inhaltsstoffe aus ökologischem Anbau von 95% bei Biokosmetik bzw. 50% bei Naturkosmetik sind auch international anerkannt.

Die Mitglieder der Non-Profit-Organisation **NATRUE**, bezeichnen sich selbst als "True friends of Natural and Organic Cosmetics" und versuchen Naturkosmetik anhand von drei Stufen transparent für die Verbraucher\*innen zu definieren. Während die erste durch die Auflage der natürlichen Herkunft der Inhaltsstoffe einen Basisrahmen abgrenzt, bezeichnen die Stufe zwei und drei Naturkosmetik mit Bioanteil bzw. reine Biokosmetik. Die zugrunde liegenden Standards gelten dank befristeten Zertifizierungen durch unabhängige Kontrollstellen und Sanktionen bei Nichteinhaltung als zuverlässig.

Die Inspektions- und Zertifizierungsstelle **ECOCONTROL** nimmt neben sämtlichen Produkten aus dem Non-food-Bereich auch Naturkosmetik und deren Rohstoffe unter die Lupe und orientiert sich dabei am Standard von Natrue. Der ganzheitliche Ansatz vom ökologischen Anbau, über umweltschonende Verarbeitung bis hin zur nachhaltigen Wirtschaftsethik steht dabei im Mittelpunkt.

Die Marke **ECOGARANTIE** aus Belgien kennzeichnet international Körperpflegeprodukte, Wasch- und Reinigungsmittel sowie Meersalz, für welche die zuständige Zertifizierungsstelle Certisys erlaubte bzw. nicht gestattete Inhaltsstoffe und Herstellungsverfahren genau definiert. Da den produzierenden Unternehmen außerdem Sozialstandards auferlegt werden, entsteht ein gleichgewichtetes, nachhaltiges Prinzip.

Die **EURO-BLUME** ist das Umweltzeichen der Europäischen Kommission für Reinigungsprodukte, Haushaltsgeräte, Haar- bzw. Körperpflegeartikel und sogar Dienstleistungen, die sich durch bessere Umwelt- und Gesundheitsverträglichkeit von anderen unterscheiden. Durch einheitliche Standards entsprechend der Zielsetzungen der EU im Bereich Umwelt und Ethik bietet es den Verbraucher\*innen eine gute Orientierung für umweltfreundlichen Konsum in Europa und damit auch in Nicht-mitgliedsstaaten, wie Norwegen oder der Schweiz. Dabei können in einem online-Katalog alle zertifizierten Produkte leicht eingesehen werden ([www.eco-label.com/german](http://www.eco-label.com/german)).

Der **BLAUE ENGEL**, das bekannte Siegel des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und Reaktorsicherheit, kennzeichnet neben vielen anderen auch umweltfreundliche Produkte im Bereich der Hygiene, wie z.B. ressourcenschonendes Hygiene- und Toilettenpapier, Geschirrspüler oder Waschmaschinen mit geringem Energie- und Wasserverbrauch. Durch die zusätzlichen Unterschriften "schützt die Gesundheit", "schützt das Klima" und "schützt das Wasser" ist seit 2009 die jeweilige Zielsetzung direkt am Produkt angegeben.



# WASCHTIPPS

Achte beim Kauf des Waschmittels auf die **ERGIEBIGKEIT** (Zahl der normalen Waschmaschinenfüllungen).

Verwende statt flüssigem Waschmittel eher **KOMPAKTES PULVER** ohne optische Aufheller/Bleichmittel, denn dieses ist umweltschonender.

Wasche nur **MIT VOLLER MASCHINE**.

Beachte die **ANGEGEBENE DOSIERUNG** entsprechend dem Verschmutzungsgrad. Eine normale Menge reicht meistens aus.

**MIT 40-60 GRAD** kriegst du die Wäsche auf jeden Fall sauber. Kochwäsche ist eher selten, z.B. bei Krankheit, ratsam.

**VERMEIDE WEICHPÜLER**, denn sie enthalten zusätzliche, problematische Chemikalien.

Probiers doch auch mal mit dem Waschen nach dem

**BAUKASTENSYSTEM**: Basis-Waschmittel, Wasserenthärter (nur bei entsprechendem Härtegrad) und Bleichmittel nur bei sehr starker Verschmutzung) werden getrennt angewendet.

CA  
AVZ

MIP  
WITZEL  
HAUSEN  
H  
H  
PLA

KUNSTHOCH  
SCHULE  
KASSEL  
ING  
SCHULE

Der Konsumkritische Stadtrundgang Kassel wurde 2008 an der Universität Kassel aus einem Seminar heraus von der wissenschaftlichen Mitarbeiterin Katharina Schleich gegründet. Die Idee ist gemeinsam mit Schulklassen für circa 90 Minuten an verschiedenen Stationen über Themen wie Wasser, Fleisch, Handy, Kakao und Baumwolle zu diskutieren. Eine Station dauert in etwa 15–20 Minuten und thematisiert den Umgang mit Ressourcen. Wie der Name bereits sagt, befinden sich die Stationen des Rundgangs in der Stadt Kassel. Bei den Stadtrundgängen geht es hauptsächlich darum, Jugendlichen oder Student\*innen eine andere Seite des täglichen Konsums zu zeigen, nämlich, wo die Dinge herkommen, die wir täglich verbrauchen, dass hinter jeder Ware Menschen stehen, die sie herstellen, dass wir Berge von Müll produzieren, ohne darüber nachzudenken, wohin damit. Diese und viele weitere Aspekte sollen auf dem Rundgang in anschaulicher, interaktiver und motivierender Weise vermittelt werden. Denn ein Hauptziel ist es, den Teilnehmer\*innen einen positiven Ausblick zu geben – zu zeigen, dass jeder etwas bewirken kann, wenn er sich nur bewusst dafür entscheidet.

Derzeit sind etwa 15 Student\*innen daran beteiligt, die verschiedenen Stationen für Schulklassen anzubieten. Um die Idee des konsumkritischen Stadtrundgangs zu verbreiten und andere Student\*innen dafür zu gewinnen, entstand eine Stadtkarte von Kassel und es gab eine Klamottentauschparty mit Livemusik im Kulturzentrum Karoshi in Kassel. Die Stadtkarte umfasst alternative Veranstaltungsorte (Café Buchoase, etc.) sowie Geschäfte mit einer nachhaltigen Ausrichtung (Bioläden, Weltladen, Second Hand Shops, ...) und wurde im Wintersemester 11/12 an alle Erstsemester verteilt (3500 Studenten). Die Klamottentauschparty fand am 16.12.11 im Kulturzentrum Karoshi statt und hatte das Ziel, vor Weihnachten neue Kleidung im Tausch zu erwerben, ohne die Kaufhäuser zu unterstützen. Es waren über 200 Personen gekommen, die auch reichlich Kleidung mitgebracht haben. Die restlichen Sachen wurden an den Kontaktladen in Kassel gegeben und warme Sachen für das Flüchtlingslager in Calais (Frankreich) gespendet.

# KONSUM- KRITISCHER STADT- RUNDGANG KASSEL

**WIR FREUEN UNS JEDERZEIT ÜBER ANFRAGEN ZU EINEM RUNDGANG UND BEI INTERESSE VON STUDENTEN\*INNEN, WELCHE UNS UNTERSTÜTZEN WOLLEN.**

Bei Interesse besucht uns unter [WWW.KONSUMKRITIK-KASSEL.DE](http://WWW.KONSUMKRITIK-KASSEL.DE) oder schreibt uns eine Mail an [INFO@KONSUMKRITIK-KASSEL.DE](mailto:INFO@KONSUMKRITIK-KASSEL.DE)

Euer Team vom  
Konsumkritischen Stadtrundgang Kassel

**NACH  
HAL  
TIG**

**STU  
DIE  
REN**

**DEN  
KEN**

**UND**

**LE  
BEN**

Eine Abend-  
veranstaltung,  
die  
Bewegung  
bringt

In diesem Artikel habe ich mich mit dem Bezug zur Nachhaltigkeit an der Universität Kassel beschäftigt und mich dabei vor allem auf eine Veranstaltung bezogen. Am 16.12.2011 fand am Campus Holländischer Platz der Universität Kassel eine Veranstaltung statt, welche sich unter dem Titel „Nachhaltig studieren, denken und leben- Eine Abendveranstaltung, die Bewegung bringt“ mit dem Thema „Nachhaltigkeit an der Universität“ unter verschiedenen Blickwinkeln beschäftigte. Initiatoren der Veranstaltung waren Philipp Meyer und Martin Roch, die als Mitglieder des Konsumkritischen Stadtrundgangs am Thema Nachhaltigkeit besonders interessiert sind. Ausgangspunkt

für diese Veranstaltung war unter anderem der Umgang mit Ressourcen an der Universität Kassel. 25 interessierte Studenten\*innen hörten sich dabei Impulsreferate von Katharina Schleich (wissenschaftliche Mitarbeiterin von Herrn Prof. Dr. Overwien) über Bildung für nachhaltige Entwicklung und von Imke-Marie Badur (Uni Kassel Transfer) über „Service Learning“ an. Zudem folgten Beiträge von Vanessa Aufenanger (Umweltkoordinatorin Universität Kassel) über Projekte und Vorhaben der Universität Kassel in Bezug auf Umwelt sowie von Gesine Lorenz (Studentin) über den Konsumkritischen Stadtrundgang. Anschließend folgte ein World Café mit den Phasen Bestandsaufnahme/Kritik, Visionen und Realisierung/Konkretisierung. An vier verschiedenen Tischen erarbeiteten die Studenten\*innen mit den Mitarbeitern\*innen und Lehrenden zu den Themenbereichen „Beschaffung von Geräten und Material“, „Interdisziplinarität und Lehre“, „studentische Lebenswelt“ und zu „Transfer in die Stadt“ Kritik, Visionen und Handlungsmöglichkeiten. Als Arbeitsergebnisse sollen in Zukunft folgende Aspekte an der Universität Kassel verbessert werden:

**KONTAKT UND INFO** [unikassel-nachhaltig@gmx.de](mailto:unikassel-nachhaltig@gmx.de)

- !!! EINFÜHRUNG VON RECYCLINGPAPIER AN ALLEN KOPIERERN DER UNIVERSITÄT KASSEL!**
- !!! STÄNDER FÜR EINSEITIG BENUTZTE PAPIERE NEBEN KOPIERERN SCHAFFEN UND INFOTEXTE ZUR SENSIBILISIERUNG DER NUTZUNG VON PAPIER [VORAUSSETZUNG HIERZU IST DER ZUGANG ZU EINER PAPIERKASSETTE ODER EIN ZUSÄTZLICHER PAPIEREINZUG]**
- !!! ENERGIEEFFIZIENZ IN GEBÄUDEN DER UNIVERSITÄT KASSEL ERHÖHEN – PRÜFEN VON ALTERNATIVEN BELEUCHTUNGEN VON SELTEN BENUTZTEN RÄUMEN [ZUM BEISPIEL DURCH BEWEGUNGSMELDER ODER ZEITSCHALTUHREN]**
- !!! HINWEIS ÜBER RESSOURCENVERBRAUCH VON COFFEE-TO-GO-BECHERN**
- !!! KENNZEICHNUNG VON VERANSTALTUNGEN MIT EINEM NACHHALTIGEN GEDANKEN IN HISPOS**
- !!! SINNVOLLERE VERWENDUNG VON RESTEN IN MENSA –AM NÄCHSTEN TAG WIEDER PREISREDUZIERT ANBIETEN ODER KOOPERATION MIT HILFSWERKEN [ZUM BEISPIEL MIT DER KASSELER TAFEL]**
- !!! WENIGER FLEISCHGERICHTE UND MEHR VEGANE/VEGETARISCHE ANGEBOTE!**
- !!! ZERTIFIZIERUNG VON NACHHALTIGEM ENGAGEMENT AN DER UNIVERSITÄT KASSEL!**
- !!! VERNETZUNG VON STUDENTISCHEN INITIATIVEN DER UNIVERSITÄT KASSEL ZUR GEGENSEITIGEN UNTERSTÜTZUNG UND KOOPERATION!**



**HERAUSGEBER**

Allgemeiner Studierendenausschuss  
der Universität Kassel (AStA)  
Organ der Körperschaft öffentlichen Rechts  
Nora-Platiel-Straße 2  
34127 Kassel

**REDAKTION**

Lucas Christoffer

**GESTALTUNG UND SATZ**

Georg Reinhardt  
für Alternativ- statt Anti-  
[www.alternativanti.com](http://www.alternativanti.com)

**DRUCK**

gestochen scharf, Kassel

**AUFLAGE**

300

**V.I.S.O.P.**

Allgemeiner Studierendenausschuss  
der Universität Kassel (AStA)

**HAFTUNGSAUSCHLUSS**

Der AStA der Universität Kassel ist für den Inhalt der  
Texte nicht verantwortlich. Außerdem übernimmt der  
AStA keinerlei Gewähr für die Aktualität, Korrektheit,  
Vollständigkeit oder Qualität der unabhängig vom AStA  
bereit gestellten Informationen.

