

**Gesendet:** Freitag, 08. März 2019 um 13:28 Uhr  
**Von:** "berlin-plastikfrei" <[berlin-plastikfrei@web.de](mailto:berlin-plastikfrei@web.de)>  
**An:** Verborgene\_Empfaenger;;  
**Betreff:** Ihr zehnter Zero Waste-Infobrief - Müll und Geld sparen

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

seit Wochen beziehen Sie nun unseren Infobrief. In den bisher versendeten Mails haben wir Ihnen viele Anschaffungen empfohlen, das Einkaufen in Bio- und Unverpacktläden oder auf dem Wochenmarkt, Mehrwegartikel, Thermosbecher, plastikfreie Schulsachen und mehr. All dies ist nicht preiswert, Obst und Gemüse im konventionellen Handel ist oft günstiger zu haben. Falls Sie jetzt denken, dass Zero Waste Ihre finanziellen Möglichkeiten übersteigt oder Sie einfach nicht einsehen, mehr Geld für Artikel in weniger Verpackung auszugeben, kommt hier eine geballte Ladung Tipps, wie Sie gleichzeitig Geld sparen und die Umwelt schützen können. Die geldsparenden Tipps, die in vorherigen Mails bereits genannt waren, werden nochmals kurz aufgezählt, auf bislang unerwähnte Möglichkeiten gehen wir etwas intensiver ein.

### **Mehrweg statt Einweg**

Wie schon häufig erwähnt, ist Mehrweg ein guter Weg, Müll und somit den Verbrauch von Ressourcen zu vermeiden. Viele Mehrweg-Tipps sparen langfristig auch Ihr Geld, da Sie nicht immer wieder neue Einwegprodukte kaufen müssen. Hierzu zählen

- Stoff- statt Papiertaschentücher
- Stoff- statt Papierservietten
- waschbare Wischlappen statt Papierküchentücher
- Baumwoll-Reinigungspads statt Wattepad
- Stoffeinkaufsbeutel mitbringen statt Tüte kaufen
- Thermoskanne statt Teelicht im Stövchen
- Aufbewahrung in Dosen und Gläsern statt in Alu- und Frischhaltefolie
- Leitungswasser trinken und für unterwegs in eigene Flaschen füllen statt Einwegflaschen kaufen
- für Damen: Menstruationstasse statt Tampons und Binden (rechnet sich z. B. nach ca. 6 - 8 Packungen Tampons)
- ToGo-Kaffee im mitgebrachten Thermosbecher: rechnet sich, weil Sie ihn in [Refill-Stationen](#) günstiger bekommen als den Kaffee im Wegwerfbecher (Sogar [ARAL](#) macht dabei mit.)
- waschbare Staubwedel selbst [nähen](#)
- Stoff- statt Wegwerfwindeln
- nasser Waschlappen statt Toilettenpapier

### **Essen retten**

Laut der Lebensmittel-Retter-Discountkette Sirplus wird in Deutschland pro Minute eine Lkw-Ladung an Lebensmitteln verschwendet. Supermärkte sortieren bei Ablauf des MHD-Datums die Ware aus, die dann meist in ihrer Verpackung auf den Müll kommt, also auch nicht dem Recycling zugeführt werden kann. Hier bieten sich vielfältige Möglichkeiten, Geld zu sparen und dabei etwas für die Umwelt zu tun.

- Greifen Sie zu, wenn der Preis eines Lebensmittels reduziert ist, weil die Mindesthaltbarkeit bald abläuft. Erstens ist es jetzt günstiger, zweitens wird es weggeworfen, wenn es niemand mehr will.
- Kaufen Sie Ihre Lebensmittel in einem der [Sirplus](#)-Supermärkte in Berlin ein. Retterboxen kann man auch online bestellen. Manches ist hier preisgünstiger.
- Laden Sie sich die [Too Good To Go](#)-App auf Ihr Handy. Hier können Sie zum Feierabend bei vielen Läden Tagesrestbestände vergünstigt kaufen.
- Kochen Sie mit eigenen und geretteten [Resten](#). Dafür gibt es z. B. die [Zu-gut-für-die-Tonne](#)-App.
- Informieren Sie sich, wie Sie Lebensmittel so lagern, dass sie möglichst lange frisch bleiben. Penny bietet hierzu einen [Download](#) an.
- Kaufen Sie in Bäckereien das günstigere Brot vom Vortag. Sie können es aufbacken, auch nach dem Einfrieren. Mit altem Brot kann man viel anfangen: [Arme Ritter](#) braten, [Brotsuppe](#) kochen, Croutons selbst machen, Semmelbrösel selbst herstellen
- Sammeln Sie kostenlos Lebensmittel in der Natur. Wo Sie sie finden können, erfahren Sie auf [mundraub.org](#). Gehen Sie [Pilze](#) oder [Blaubeeren](#) sammeln.
- Ziehen Sie sich Kräuter auf dem eigenen Balkon. So kaufen Sie sie in kleinen Samentüren statt in großen Plastiktöpfen.
- Kommt nichts mehr aus der Plastiktube? Schneiden Sie sie auf, meist ist noch jede Menge drin.

## Selber machen

Viele Tipps zum Selbermachen haben wir Ihnen bereits gegeben. Vor allem bei Putzmitteln können Sie viel Geld sparen, wenn Sie sie aus einfachen Zutaten wie Natron, Essig und Kernseife selbst herstellen. Die meisten Tipps dazu finden Sie auf [smarticular](#). Lesen Sie dazu am besten auch noch einmal unsere Mail Nr. 7. Mehr Möglichkeiten zum Müll- und Geldsparen durch Selbermachen sind

- Reinigungspads, Stofftaschentücher und Putzlappen, z. B. aus alter Kleidung
- [Bienenwachstücher](#)
- Geschenkverpackungen aus Stoff- und Wollresten, Deko aus der Natur (Kastanien, Eichblätter etc.)
- Müllbeutel aus alten Zeitungen [falten](#)
- Waschmittel aus [Kastanien](#) oder [Efeu](#) herstellen
- [Kosmetik](#) aus Früchten u. a. selbst herstellen
- Kleidung selbst [flicken](#)
- Socken [stopfen](#)
- Viele weitere Zero Waste-[DIY-Tipps](#) gibt es hier.

## Gebraucht kaufen, leihen, tauschen, reparieren

Viele Dinge muss man nicht neu kaufen, man kann sie gebraucht kaufen oder leihen. Im Internet finden sich für viele Dinge tolle Tauschbörsen. Für überzeugte Zerowastler ist der Neukauf sogar nur der [allerletzte](#) Ausweg. Folgende alternative Konsummöglichkeiten sparen Ressourcen und Finanzen:

- Flohmarktbummel
- Kleidertausch auf Tauschpartys oder Kleiderkreisel.de
- Second-Hand-Läden, Oxfam
- [BSR](#)-Tausch- und Verschenkemarkt
- ebay Kleinanzeigen, Shpock oder nebenan.de
- Carsharing
- kostenlos Fahrräder leihen bei bikesurf, deezer, Lidl Bike etc.
- [Lastenräder](#) kostenlos ausleihen
- Kleidung mit einer [dieser](#) Möglichkeiten reparieren
- Bücher aus der Bücherei leihen, aus [Bücherboxen](#) entnehmen oder über [bookcrossing](#) tauschen

Eine weitere Möglichkeit zum Sparen besteht darin, Unverderbliches oder lange Haltbares in Großpackungen zu kaufen, denn eine 1.000 g-Nudelpackung bietet pro Portion meist nicht nur weniger Verpackung, sondern auch einen günstigeren Preis als eine kleine Packung. Ob die große Packung günstiger ist, sehen Sie in Supermärkten am meist klein auf das Preisschild gedruckten Kilo- oder 100 g-Preis. Oder Sie errechnen es mit dem Rechner auf Ihrem Handy: Preis der Großpackung geteilt durch Gewicht der Großpackung mal Gewicht der kleineren Packung - das Ergebnis sollte kleiner sein als der Preis der kleinen Packung, damit Sie Geld sparen.

Wir denken, mit diesen Tipps konnten wir klar aufzeigen, dass es sehr günstig für Sie sein kann, die Umwelt zu schonen. Wenn Sie aus unserer ganzen Infomailreihe nur die Tipps aus dieser Mail umsetzen, tun Sie der Umwelt viel Gutes - und Ihrem Geldbeutel auch. Wir wünschen Ihnen eine angenehme und preiswerte Woche.

Ihr "Berlin plastikfrei"-Team

Dies ist eine E-Mail-Inforeihe von privaten Verbrauchern an andere private Verbraucher, die nach ca. 11 Mails automatisch endet. Um sich danach abzumelden, müssen Sie nichts tun, Ihre E-Mailadresse wird danach nicht weiter gespeichert. Weitere Daten wurden nicht erhoben. Um sich vorzeitig abzumelden, schicken Sie uns bitte eine E-Mail. Sollte dieser Infobrief an Sie weitergeleitet worden sein, können Sie sich gern für den Empfang der Newsreihe anmelden, indem Sie eine kurze Mail an [berlin-plastikfrei@web.de](mailto:berlin-plastikfrei@web.de) senden. In dieser Inforeihe wird häufig auf Webseiten Dritter verlinkt. Auf deren Inhalt haben wir keinen Einfluss und können dafür keine Haftung übernehmen, für den Inhalt ist der Betreiber der jeweiligen Seite verantwortlich. Eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten ist ohne konkrete Anhaltspunkte einer Rechtsverletzung nicht zumutbar. Sollten wir von Rechtsverletzungen Kenntnis erlangen, werden wir die beanstandeten Links unverzüglich entfernen und Infobriefe mit diesen Inhalten nicht weiter versenden.

