



#WG4you:

Nachhaltigkeit kann richtig Spaß machen!

Kosmetik selbst herstellen, Hauben aus Stoffresten nähen, Strom sparen, wo es geht – seit drei Monaten haben Conny, Lisa und Eva ihr WG-Leben auf „Nachhaltigkeit“ umgestellt. Auf dem Instagram-Account und der Website der 4youCard dokumentieren sie ihre Experimente, Erfahrungen und Eindrücke. Wir haben mit den Mädels gesprochen, um herauszufinden, wie es ihnen dabei bisher ergangen ist und wie sie die Teilnahme am Projekt verändert hat.

Bestimmt hast du in den vergangenen Wochen schon von Conny, Lisa und Eva gehört – die drei sind die „nachhaltige WG“ der 4youCard und melden sich regelmäßig auf Instagram mit Posts und Storys zum Thema „Nachhaltigkeit“. Cornelia Schlick ist 19 und studiert Sport und

Englisch auf Lehramt. In der WG trägt die putzbegeisterte Sportskanone den liebevollen Spitznamen „Queen of Hygiene“. Lisa Mayrhofer will ebenfalls Lehrerin werden und studiert Mathematik und Biologie. Die 19-Jährige ist „die Handwerkerin“ in der WG. Die 20-jährige Eva Werner ist Kindergärt-

nerin und in der Mädels-WG als „der kreative Kopf“ bekannt. Seit verganginem Herbst wohnen die drei Mädels zusammen und verstehen sich super. Daran hat sich auch durch die Teilnahme am „WG4you“-Projekt nichts geändert, wie wir beim Interview mit den Mädels feststellen konnten:



Warum habt ihr euch auf das Nachhaltigkeits-Experiment eingelassen?

Conny: Eine Freundin von uns hat uns von dem Projekt erzählt. Wir haben uns dann zusammengesetzt, diskutiert und gemerkt, dass das ein Thema ist, das uns alle drei interessiert und wo wir gerne was Neues ausprobieren und erfahren würden. Wir haben zwar vorher schon bei gewissen Dingen auf Nachhaltigkeit geachtet, aber es gab definitiv noch Potenzial nach oben.

Wie hat sich das Projekt auf euer WG-Leben ausgewirkt?

Lisa: Wir haben fleißig aussortiert – angefangen von unserem Badezimmerschrank bis hin zum Kleiderkasten – und uns ist bewusst geworden, wie viele schädliche oder umweltbelastende Inhaltsstoffe es dort zu finden gibt. Vor allem die App „CodeCheck“, die Inhaltsstoffe auf Bedenklichkeit prüft, war dabei hilfreich. Das hat unsere Denkweise schon sehr verändert.

Conny: Das Thema „Nachhaltigkeit“ ist in unseren Köpfen einfach seither viel präsenter, das merke ich auch immer wieder beim Einkaufen.

Welche Umstellung ist euch am schwersten gefallen?

Eva: Die „No Poo Challenge“, also dass wir unsere Haare jetzt nicht mehr mit Shampoo, sondern mit Alternativen wie Lavaerde, Backpulver oder Essig waschen, war schon eine große Umstellung. Davor hatte ich ehrlich gesagt am meisten Bedenken, aber war dann total positiv überrascht, weil es wirklich super funktioniert. Aber natürlich ist es eine Umstellung und etwas mehr Aufwand, als wenn man herkömmliches Shampoo verwendet.

Lisa: Bei manchen Lieblingsprodukten war es auch bitter zu sehen, dass die Inhaltsstoffe eigentlich überhaupt nicht so gut sind wie gedacht. Wir versuchen aber konsequent zu sein und nachhaltige Alternativen zu finden.

Wie hat euer Umfeld auf eure Teilnahme beim Projekt reagiert?

Conny: Bei mir waren die Reaktionen total unterschiedlich. Manche sind begeistert und fragen immer wieder nach, wie es uns damit geht. Viele haben Dinge, wie die CodeCheck-App oder die „No Poo Challenge“ auch selber ausprobiert. Das Thema ist auf jeden Fall bei allen präsent. Wenn wir uns mit Freunden treffen, heißt es schon mal: „Hey, da kommt ja die nachhaltige WG!“

Eva: Es ist für uns auch ein Ziel, das Projekt und das Thema „Nachhaltig-

keit“ an sich in unserem Freundeskreis zu promoten. Manche fragen schon, „warum tut ihr euch das eigentlich an“ oder belächeln das Thema eher. Aber wenn man es dann näher erklärt, sind die meisten interessiert.

Im Juni habt ihr euch das Thema „Lebensmittel und Müllvermeidung“ vorgenommen – worauf freut ihr euch am meisten?

Lisa: Ich bin schon gespannt auf Tipps, wo man am besten einkaufen kann. Uns fällt auch immer wieder auf, wie viel Müll – vor allem Plastikmüll – bei uns zusammenkommt und es ist uns ein großes Anliegen, den zu reduzieren. Die „Zero Waste Challenge“ wird daher echt eine coole Herausforderung. Auf die „vegane Woche“ freu ich mich auch schon.

Conny: Ich mich nicht so (lacht). Ich bin ja die einzige „Nichtvegetarierin“ in der WG und esse durch die Mädels eh schon viel weniger Fleisch, aber ganz auf tierische Produkte wie Käse und Eier zu verzichten, wird noch mal eine ganz andere Nummer.

Gewinne einen 100-Euro-Lebensmittel-Gutschein!



Im Juni dreht sich alles um das Thema „Lebensmittel und Müllvermeidung“. Hol dir Tipps und gewinne einen Gutschein für einen Direktvermarkter aus deiner Umgebung im Wert von 100 Euro, zur Verfügung gestellt vom Bauernbund Berg im Attergau/Vöcklabruck.





Das ABC der Nachhaltigkeit auf einen Blick!



A

Avocado

Avocados sind zwar lecker und enthalten gesunde Fette, für den Anbau wird aber enorm viel Wasser benötigt und die Avocado hat meist lange Transportwege hinter sich. Im Vergleich zu Fleisch sind Avocados aber immer noch wesentlich nachhaltiger.

B

Bio

Bio-Produkte müssen aus ökologisch kontrolliertem Anbau stammen, dürfen nicht gentechnisch verändert sein und werden ohne Einsatz von chemischen Pflanzenschutzmitteln, Kunstdünger oder Klärschlamm angebaut.

C

CO₂

Kohlendioxid ist eine chemische Verbindung aus Kohlenstoff und Sauerstoff mit der Formel CO₂, ein unbrennbares, farbloses Gas. Der Anstieg von CO₂ verstärkt den Treibhauseffekt, der die Ursache für die globale Erwärmung ist.

D

Deo selber machen

Auf www.4youcard.at haben wir tolle Naturkosmetik-Rezepte für dich!

E

Energie sparen

Energiesparlampen verbrauchen nur 20 Prozent der Energie, die normale Glühlampen benötigen und halten bis zu 15 Mal länger.



F

Fairtrade

Das FAIRTRADE-Siegel kennzeichnet Waren, bei deren Herstellung bestimmte Kriterien, wie ein Mindestlohn für die Produzenten und faire Arbeitsbedingungen, eingehalten wurden.

G

Greenwashing

ist eine kritische Bezeichnung für PR-Methoden, die einem Unternehmen in der Öffentlichkeit ein umweltfreundliches und verantwortungsbewusstes Image verleihen sollen, ohne dass es dafür eine Grundlage gibt.



H

Haltbar machen

Überschüssiges oder überreifes Obst und Gemüse müssen nicht am Müll landen, sondern können ganz einfach haltbar gemacht werden. Auf www.4youcard.at sagen wir dir wie.

I

Internet

Das Internet ist einer der größten Stromfresser in unserer modernen Welt. In der WebChecker-Kolumne auf Seite 9 erfährst du, wie man Internet nachhaltiger nutzen kann.

J

Jahreszeit beachten!

Es gibt zu jeder Jahreszeit leckere regionale Lebensmittel. Auf www.bio-austria.at zum Beispiel kannst du dir einen Saisonkalender herunterladen!

K

Klimawandel

bezeichnet die Veränderung des Klimas auf der Erde. Die globale Erwärmung, die weitreichende negative Auswirkungen auf die Tier- und Pflanzenwelt hat, ist eine Folge davon.

L

Landwirte

Mehr als die Hälfte der Bauern in Österreich kann nicht allein von der Landwirtschaft leben und geht einem zusätzlichen Beruf nach.

M

Mobilität

Durchschnittlich besitzt jeder 2. Österreicher ein Auto. Bei jeder Fahrt wird CO₂ ausgestoßen, der Umwelt zuliebe sollte man daher so oft es geht auf Öffis oder das Fahrrad ausweichen.



N

Neukäufe

Um Impulskäufe zu vermeiden, lohnt es sich, sich vor jedem Neukauf zu fragen: „Brauche ich das wirklich?“

O

Ökosystem

Mit Ökosystem ist die Lebensgemeinschaft von Organismen mehrerer Arten und ihrer unbelebten Umwelt, die als Lebensraum bezeichnet wird, gemeint.

P

Plastik vermeiden

Warum es sich lohnt und wie's am besten funktioniert, kannst du auf Seite 31 nachlesen!

S

Secondhand

Es muss nicht immer neu sein! In Secondhand-Shops kannst du nicht nur echte Schmuckstücke entdecken, sondern auch noch richtig sparen.

U

Upcycling

Schuhsohlen aus Autoreifen, Geldbörsen aus Schwimmflügeln, Möbel aus Paletten: Beim Upcycling werden Produkte, die eigentlich am Müll landen sollten, stylish „aufgepimpt“.

W

Waschmittel

Umweltfreundliches Waschmittel kannst du ganz easy auch selbst herstellen. Auf www.4youcard.at findest du eine genaue Anleitung!



Y

YouTube

Auf YouTube findest du zahlreiche Videos, Tipps und Ideen zum Thema „Nachhaltigkeit“!

Z

Zähne putzen mit Kokosöl

Kokosöl wirkt antibakteriell und kann im Mund Entzündungen und Karies vorbeugen. Zahnärzte raten aber davon ab, das Öl anstelle von Zahnpasta zu verwenden – es soll lediglich als Ergänzung dienen!



R

Recycling

Beim Recycling werden Abfallprodukte wiederverwertet, entweder für ihren ursprünglichen Zweck oder einen anderen.

T

Tragetaschen

Plastiksackerl sind aus Österreichs Supermärkten verbannt und durch Alternativen aus Papier oder Stoff ersetzt worden. Am günstigsten und nachhaltigsten bist du aber unterwegs, wenn du zum Einkaufen deine eigene Tragetasche mitbringst.

V

Vegan

Veganer verzichten in der Regel auf alle tierischen Produkte wie Fleisch, Milch, Eier, Honig und Leder. Die Gastronomie und Lebensmittelbranche hat inzwischen darauf reagiert und bietet immer mehr vegane Alternativen an.

X

Xylit

Xylit, auch Birkenzucker genannt, ist eine gesunde, kalorienarme und natürliche Alternative zu Zucker. Beim Kauf solltest du aber unbedingt auf Qualität achten und Birkenzucker aus nachhaltiger EU-Forstwirtschaft kaufen.

3 Fragen an

Thomas Stelzer
Landeshauptmann

zum Thema „Nachhaltigkeit“

Was bedeutet für Sie „Nachhaltigkeit“?

Nachhaltigkeit steht für einen Lebensstil, der es der heutigen Generationen erlaubt, ihre Bedürfnisse zu erfüllen, ohne die Möglichkeit zukünftiger Generationen zu gefährden. Nachhaltigkeit ist so gesehen ein Zusammenspiel zwischen Mensch, Umwelt und Wirtschaft, bei dem alle Beteiligten profitieren. Nachhaltige Politik muss daher die Voraussetzungen schaffen, damit die nächsten Generationen ihre eigenen Chancen und Möglichkeiten vorfinden können. Daher habe ich gerade in der Finanzpolitik einen neuen Weg ausgerufen: Keine neuen Schulden.

Was tut Oberösterreich, um der Ressourcenverschwendung entgegenzuwirken?

Mehr als 200 Millionen Tonnen Müll pro Jahr produziert die gesamte Europäische Union. Riesige Mengen Material, die noch viel zu oft ungenutzt auf

Deponien oder im Meer landen. Unser Gegenmodell dazu heißt Kreislaufwirtschaft. Ziel ist es dabei, Ressourcen effizienter zu nutzen, indem von der Herstellung bis zur Entsorgung auf die Wiederverwertbarkeit geachtet wird. Zahlreiche oberösterreichische Unternehmen gehen hier mit gutem Beispiel voran, unser Glasrecyclingsystem etwa ist ein Vorzeigemodell.

Sie werden Anfang Juni den Bewohnerinnen der „WG4you“ einen Besuch abstatten. Wie finden Sie das Projekt?

Es ist wichtig, dass die 4youCard für dieses wichtige Thema sensibilisiert und Wege aufzeigt, wie jede und jeder Einzelne einen Beitrag zu einem nachhaltigeren Miteinander leisten kann. Das Engagement der WG-Bewohnerinnen ist bewundernswert und ich freue mich schon darauf, mit ihnen persönlich über ihre Erfahrungen sprechen zu können.

Mehr Infos zu
Landeshauptmann
Thomas Stelzer
findest du auf
www.thomas-stelzer.at.



