

„Einfach auch mal kleine Schritte gehen“

Interview zum Thema Umweltschutz im Familienalltag (2): Müssen wir und unsere Kinder den Lebensstil ändern?

Soltau. Umweltschutz und Nachhaltigkeit sind eine Frage des Lebensstils, auch für Familien mit kleinen Kindern. Auf einem Themenabend des Familienzentrums Soltau und der Kita St. Johannis (siehe Infobox) gibt Referentin Jessica Weidenhöffer Eltern praktische Tipps und Anschauungsmaterial, wie sie ihren Familienalltag nachhaltiger gestalten können. Teil zwei des Interviews mit der Leiterin der evangelischen Erwachsenenbildung Lüneburg:



Familie im Mittelpunkt

Einfacheres Leben mit Blick auf Nachhaltigkeit bedeutet in vielen Fällen auch ein Leben, das den Konsum reduziert. Nun scheuen die regierenden Politiker einerseits die Aussage, dass Klimaschutz auch mal teuer und unangenehm werden könnte. Noch mehr scheuen sie aber eine Abkehr vom Wachstumsideal. Ist aber in vielen Bereichen nachhaltiger Konsum unbedingt vor allem ein Weniger an Konsum?

Jessica Weidenhöffer: Über diese Frage kann man sicherlich länger nachdenken, weil schnell das Argument kommt, eine Reduzierung des Konsums schadet der Wirtschaft und den Arbeitsplätzen. Aber meiner Meinung nach führt kein Weg daran vorbei: Nachhaltiger Konsum ist ein Weniger an Konsum. Das meine ich nicht auf die Lebensmittel bezogen – mit Ausnahme von Fleisch. Egal ob Eltern oder Kinder – jeder sollte sein eigenes Kauf- und Nutzungsverhalten reflektieren: Kann ich mir das auch ausleihen oder es gebraucht kaufen? Wenn ich es kaufe, zu welchen Bedingungen wird es produziert? Ist die Ware darauf angelegt, schnell ersetzt zu werden, etwa, weil es schnell aus der Mode kommt? Welche Tricks wenden die Firmen an?

Ein großer Anteil beim Konsum entfällt bei Familien auf Kinderspielzeug. Weniger wäre hier sicherlich auch für viele Eltern ein gefühltes Mehr – Stichwort aufgeräumte Kinderzimmer. Aber müsste auch hier ein Umdenken einsetzen? Großeltern und Freunden schenken ja ziemlich gerne. Wir versuchen, das zumindest einzuschränken: Jeder bringt nur



Unterwegs mit Einweg- oder Stoffwindeln? Auf jeden Fall will auch dieser kleine Mann die Natur noch lange genießen.
Foto: Pixabay

ein Geschenk mit. Ich bin grundsätzlich überhaupt nicht gegen Spielzeug, aber es kommt auf das richtige Maß an. Auch hier sollte man bei Neuanschaffung reflektieren und überlegen: Wird sich mein Kind damit beschäftigen? Entspricht es seinen Interessen und Fähigkeiten? Passt es über-

haupt zu ihm? Unbestritten ist, dass es für das Kind am wichtigsten ist, dass sich seine Bezugspersonen mit ihm beschäftigen. Warum also sollten die Großeltern nicht nach dem Motto „Zeit statt Zeug“ gemeinsame Unternehmungen verschicken. Ein Ausflug an die Ostsee oder ein Besuch im Tierpark bringt dem Kind viel mehr schöne Erinnerungen als jedes Spielzeug. In vielen Kitas gibt es schon spielzeugfreie Zeit, da heißt es dann beispielsweise: Am Mittwoch gibt es keine Spielsachen, das fördert die Kinder und fordert sie heraus. Sie machen dann zum Beispiel Rollenspiele oder nutzen Alltagsgegenstände als Spielzeug. Das ist allemal besser als ein elektronisches Gerät, das blinkt und Geräusche macht und das Kind total reizüberflutet. Man muss nur den Mut haben, es mal auszuprobieren.

liegt, nicht nur sein Gewissen zu beruhigen, sondern tatsächlich seinen Lebensstil zu ändern? Möglicherweise. Auf jeden Fall haben wir durch den Lebensstil in gewisser Weise die Möglichkeit, etwas zu verändern. Der ehemalige UN-Generalsekretär Ban Ki-moon hat gesagt: „Wir können die erste Generation sein, der es gelingt, die Armut zu beseitigen, ebenso wie wir die letzte sein könnten, die die Chance hat, unseren Planeten zu retten.“ Das haben viele Kinder und Jugendliche heute im Kopf, deshalb sollten wir ein Umdenken auch als Chancen sehen.

Ist ein nachhaltiger Familienalltag auch eine Frage des Geldbeutel? Fairer Kaffee und Bio-Fleisch sind teurer als die Produkte vom Discounter. In manchen Bereichen ist das so, ja. Fair gehandelter Kaffee kostet mehr, weil mehr Geld an den Produzenten geht. Bei Bio-Fleisch ist

BÜCHER, BLOGS UND APPS

Empfehlungen zum Thema Nachhaltigkeit

■ **Bücher:**
Unsere einzige Erde (Franz Alt/Helfried Weyer): Die Erde ist schön und aller Mühen wert, sie zu erhalten. Das ist die Botschaft dieses Buches mit atemberaubenden Panoramafotos.

Plastikatlas (Heinrich-Böll-Stiftung/BUND): Obwohl das Bewusstsein für die Folgen von Plastik wächst, haben wir gerade erst begonnen, die Dimensionen dieser Krise zu begreifen. Für ein Umsteuern braucht es fundiertes Wissen über die Ursachen, die Interessen, die Verantwortlichen sowie die Auswirkungen der Plastikkrise.

Öko-Routine (Michael Kopatz): Wie können wir verantwortungsvoll leben, ohne uns täglich mit Klimawandel oder Massentierhaltung befassen zu müssen? Wir machen „Öko“ zur Routine. Konzeptionell ist das einfach: Mülltrennung, Sparlampen, Effizienzhäuser – alles akzeptiert oder in Reichweite. Was wir brauchen, sind neue, innovative Standards. Ein Ideenbuch für alle Lebensbereiche.

Die Menschheit schafft sich ab (Harald Lesch/Klaus Kamphausen): Das Buch macht mehr die Anfälligkeit der Biosphäre bewusst – und wie wichtig es ist, nach ethischen Grundsätzen zu handeln, wenn wir und unsere Umwelt eine Zukunft haben wollen. Trotz des harten Themas ist das Buch ein Lesevergnügen, aufgeteilt in handliche Artikel und garniert mit Schaufafeln, aufgelockert durch Interviews mit interessanten Menschen.

Kids for the Ocean (Anne Mäusbacher): Die Ozeane sind überfisch, übersäuert und vermüllt. Wie kommt es dazu? Wer sind die Verursacher? Was können wir verändern? Das Lehrprogramm Kids for the Ocean ist für Schulkinder entwickelt worden und lässt sich einfach im Unterricht oder im Familienalltag anwenden.

Wie wir es schaffen, ohne Müll zu leben (Hannah Sartin/Carlo Kraus): Hinter Zero Waste steckt mehr als Recycling. Es beinhaltet das Wiederverwenden, Reparieren und Selbermachen, vor allem jedoch die Philosophie, bewusster zu konsumieren.

Die Autoren beschreiben nicht nur ihren persönlichen Lebensstil, sondern sie informieren auch über Hintergründe, geben Tipps zur Müllreduktion und Rezepte zum Selbermachen von Produkten, die man nicht verpackungsfrei kaufen kann.

Fünf Hausmittel ersetzen eine Drogerie: Mit Natron, Soda, Essig, Zitronensäure und Kernseife lassen sich fast alle Drogerieprodukte ersetzen und viele Herausforderungen des Alltags lösen. Über 300 Anwendungen und 33 Rezepte zeigen, wie es geht. Die vorgestellten Hausmittel sind entweder natürlich oder einfach biologisch abbaubar. Dazu wird viel Verpackungsmüll vermieden.

■ **Blogs:**
Beatrice-confuss.de: Beatrice Confuss, ihr Mann und ihre vier Kinder (null bis acht Jahre) berichten von ihrem ganz normalen Familienchaos, bei dem sie „auch gut auf Materielles und Konsum verzichten können“.

Mamadenkt.de: Die Autorin ist mit ihrer „ganzen Person Mama“ – aber eben nicht nur. Sie teilt ihre Gedanken über einen bewussten und reduzierten Lebensstil, der wiederum Einfluss auf ihre Handlungen als Mutter hat. „In diesem Spagat probiere ich Leben.“

Zerowastelifestyle.de: Olga Witt beschäftigt sich seit einigen Jahren mit „Zero Waste“, einem Leben ohne Müll: „Ich besitze weniger, ich verzichte auf vieles, das für die meisten um mich herum selbstverständlich ist und trotzdem bin zufriedener als ich es jemals war.“ Zero Waste ist für die Autorin viel mehr als Reduktion – es ist der Gewinn des wahren Lebens.

■ **Apps:**
Codecheck zeigt über eingescannten Barcode/EAN-Nummer, was die Inhaltsstoffe im Lebensmittel bedeuten.

GrünZeit zeigt, wann heimische Ware Saison hat oder wann sie eher aus dem Lager oder Gewächshaus kommt.

Zu gut für die Tonne stellt die besten Rezepte für die kreative Restküche vor.

da anders, wenn ich auf Qualität statt Masse setze. Eine nachhaltige Ernährung bedeutet bei Fleisch auch immer weniger Fleisch.

Aber das bedeutet eine eindeutige Einschränkung.

Ja, wenn man Wert auf eine nachhaltige Ernährung legt, wird das nicht anders gehen. Aber was mir bei diesem Punkt wichtig ist: Oft wird so getan, als ob Menschen mit geringem Einkommen sich Nachhaltigkeit nicht leisten können. Wie man in Michael Kopatz' Buch „Ökoroutine“ nachlesen kann, ist es wissenschaftlich erwiesen, dass diese Menschen im Gegenteil in der Regel umweltfreundlicher leben, weil sie es gar nicht anders können. Sie fahren keinen SUV und können sich auch keine drei Flugurlaube im Jahr leisten.

Der Theologe Thomas Weisenborn sagt, Nachhaltigkeit sei kei-

neswegs nur etwas für verbissene Ideologen und griessrängige Asketen. Er fordert zur spielerischen Kreativität auf: Probiere vieles aus, halte das meiste davon durch. Hat er recht?

Auf jeden Fall. So machen wir das auch: Wir schauen, probieren ganz viel aus. Was ist praxistauglich, was nicht? So wie bei den Windeln oder bei vielen Haushaltsmitteln. Inzwischen bin ich bei vielen Dingen froh, dass wir den Schritt gewagt haben. Manchmal haben wir auch mehrere Anläufe gebraucht. Zum Beispiel möchte ich unsere selbst gemachte Knete nicht mehr missen. Jetzt kneten wir nicht nur zusammen, sondern verbringen auch beim Herstellen der Knete Zeit miteinander. Es kann Spaß machen, einfache Dinge auszuprobieren, einfach auch mal kleine Schritte zu gehen. Es ist wichtig, dass jeder Einzelne den Mut aufbringt anzufangen.

Interview: Stefan Grönelde

THEMENABEND

Nachhaltigkeit

Am Donnerstag, 14. November, (19.30 Uhr) referiert Jessica Weidenhöffer (Erwachsenenbildung Lüneburg) auf dem Themenabend „Nachhaltigkeit im Familienalltag“ im Familienzentrums des Kirchenkreises Soltau, Rühberg 7. Um Anmeldung wird gebeten: Direkt in der Kita St. Johannis oder telefonisch unter ☎ (05191) 6 0135 oder per E-Mail unter Familienzentrum.Soltau@evka.de.



„Man muss nur den Mut haben, es mal auszuprobieren“

Jessica Weidenhöffer, Leiterin ev. Erwachsenenbildung Lüneburg

Erleben wir aktuell eine Phase der Gesellschaft, in der es nahe