LEBENSMITTEL EINKAUFEN

- Unverpacktes Obst und Gemüse kaufen
- Auf Herkunftsland achten und europäische Anbauländer bevorzugen
- Trockenprodukte wie Nudeln, Haferflocken, Mehl im Unverpackt-Laden kaufen
- Immer Obst- und Gemüsenetze dabei haben
- Mehr vegane Ersatzprodukte kaufen (z.B. Milch, Joghurt, Frischkäse, Käse)
- Bio-Freilandhaltungs-Eier kaufen
- Einen Wochenplan mit Einkaufsliste erstellen (Food-Waste vermeiden)
- Fisch- und Fleischkonsum reduzieren und auf Herkunft achten

BAD & BEAUTY

- Recycling-Toilettenpapier kaufen
- Auf festes Shampoo und Duschgel umsteigen
- Metallrasierer und feste Rasierseife nutzen
- Einweg-Wattepads und Wattestäbchen durch wiederverwendbare ersetzen
- Auf veganen Nagellack umsteigen
- Bei Make-up auf tierversuchsfreie Herstellung achten
- Clean Beauty Produkte verwenden

KÜCHE

- Bienenwachstücher statt Frischhaltefolie
- Biologisch abbaubare Küchenschwämme
- Pfannenschrubber aus Naturmaterial (Holz oder Bambus)
- Wiederverwendbare Backmatte verwenden
- Glastupperboxen statt aus Plastik kaufen
- Losen Tee nutzen statt einzeln verpackte Beutel
- Auf Küchenrolle verzichten und stattdessen Lappen benutzen
- Biologisch abbaubares Spülmittel nutzen

HAUSHALT

- Eco-Tabs für die Spülmaschine verwenden
- Die Spülmaschine effizienter nutzen und weniger laufen lassen
- Biologisch abbaubare Mülltüten verwenden
- Eco-Waschmittel nutzen (z.B. everdrop)
- Bei Putzmittel und WC-Reiniger auf biologisch abbaubar setzen
- Müll richtig trennen & recyceln

MODE

- Mieten und Vermieten ausprobieren (z.B. CLOTHESfriends, WeDress Collective)
- Second-Hand statt Fast Fashion
- Auf Materialien achten (auf Polyester und andere Plastikfasern verzichten)
- Kleiderschrank ausmisten und auf Second-Hand Plattformen anbieten
- Nachhaltige Labels unterstützen
- Insgesamt weniger Neukäufe (Brauche ich das wirklich?)

LIFESTYLE

Neues veganes Café / Restaurant entdecken
Einen second-hand bookstore besuchen
Weniger To-Go bestellen um Verpackungsmüll zu vermeiden
Wiederverwendbare To-Go Container, Kaffeebecher und Besteck nutzen
ToGoodToGo App ausprobieren
Melon App ausprobieren (Community für selbstgemachtes veganes Essen)