



30-Tage Nachhaltigkeits-Challenge



Nachhaltiger Haushalt — Band 5

Jeden Tag eine kleine Aufgabe für einen nachhaltigeren Alltag. Hake ab, was du geschafft hast!

1

Stoffbeutel zum Einkauf mitnehmen

2

1 Plastikteil durch Alternative ersetzen

3

Leitungswasser statt Flaschenwasser

4

Allzweckreiniger selbst herstellen

5

Stand-by-Geräte komplett ausschalten

6

Resteessen kochen, nichts wegwerfen

7

Wäsche an der Luft trocknen

8

Bienenwachstuch statt Frischhaltefolie

9

Festes Shampoo ausprobieren

10

Regional und saisonal einkaufen

11

Kühlschranktemperatur prüfen (7°C)

12

Eigenen Kaffeebecher mitnehmen

13

Waschmaschine nur voll anstellen

14

Kräuter auf der Fensterbank anpflanzen

15

Müll richtig trennen — Regeln checken

16

Spülmaschine im Eco-Programm starten

17

Etwas Kaputttes reparieren statt wegwerfen

18

WC-Reiniger selbst mischen

19

Stoffservietten statt Papier nutzen

20

Duschzeit auf 5 Minuten begrenzen

21

Nachfüllpack statt Neuverpackung kaufen

22

Kompost starten oder Biomüll bewusst nutzen

23

Ökostrom-Anbieter vergleichen

24

Zu Fuß oder mit dem Rad zum Einkauf

25

Waschmittel selbst herstellen

26

Einen Unverpackt-Laden besuchen

27

LED-Lampen überall einsetzen

28

Kleidung tauschen oder Second Hand kaufen

29

Wasserhahn beim Zähneputzen zudrehen

30

Erfolge notieren und weitermachen! 🦋



Tipp: Du musst nicht perfekt sein! Jede einzelne Aufgabe macht einen Unterschied. Wiederhole die Challenge gerne mit Familie oder Freunden.



KaufBio

kaufbio.de — Dein nachhaltiger Haushalt