

**THE BIG
PLASTIC
COUNT**

REFILL REUSE REDUCE

WIE WIR DIE MEHRWEG- REVOLUTION ANGEHEN

HANDBUCH



WILLKOMMEN

Vielen Dank, dass du diesen Leitfaden heruntergeladen hast. Du bist damit einen Schritt weiter bei der Umsetzung wichtiger Massnahmen, die uns dabei helfen, die Plastikverschmutzung zu reduzieren. Die von dir erbrachten Daten legen den Grundstein für bedeutungsvolle Veränderungen. Dieser Leitfaden zeigt dir, wie du diese noch weiter vorantreiben kannst.

ES IST ZEIT DEN PLASTIK- ÜBERFLUSS AN DER QUELLE ZU STOPPEN

Bevor wir tiefer ins Thema eintauchen, wollen wir etwas klarstellen. Wenn es um Einwegplastik geht, hat man leicht das Gefühl, zu wenig zu tun. Du nimmst vielleicht einen wiederverwendbaren Beutel mit in den Laden oder entscheidest dich für offenes Obst und Gemüse, aber trotz aller Bemühungen bleibt die Plastikkrise bestehen.

Es liegt in der Verantwortung von Regierungen und Unternehmen, unnötiges Plastik an der Quelle zu stoppen, also bei der Produktion.

Während normale Menschen ihre Einkaufsgewohnheiten ändern können, sind es die politischen Entscheidungsträger:innen, die in Nachfüllsysteme investieren und Beschränkungen für die Plastikproduktion durchsetzen müssen.

Deshalb nehmen wir mit unseren Bemühungen Einfluss auf den **UN-Vertrag gegen Plastikmüll**. Das ist ein internationales Rechtsabkommen zur Verhinderung der schädlichen Auswirkungen von

Plastik. Es ist eine einmalige Chance, das Problem der Plastikverschmutzung zu lösen. Wenn Politiker:innen, Detailhändler und Marken auf eine ehrgeizige Gesetzgebung drängen, können wir das Zeitalter des Plastiks beenden.

Massnahmen ergreifst deinen eigenen Plastik-Fussabdruck reduzierst sowie auf Mehrwegsyste-me umsteigst, zeigst du auf, dass eine Nachfrage nach Alternativen zu Einwegplastik besteht.

Und je grösser die Nachfrage, desto grösser der Handlungsdruck auf die Entscheidungsträger:innen und Produzenten.

Wir haben eine Reihe von Möglichkeiten zusammengestellt, wie du deinen Plastik zu Hause verringern kannst und wir gleichzeitig Regierungen und Unternehmen zu einem Kurswechsel bewegen können. Mit deiner Hilfe werden wir das Mehrwegsystem revolutionieren und das Leben aller Menschen verbessern, die auf unserem blauen Planeten zu Hause sind.



Ein Hinweis zur Barrierefreiheit

Es ist wichtig zu erkennen, dass Einwegplastik für das Wohlbefinden von Menschen mit Behinderungen von entscheidender Bedeutung sein kann. Nehmen wir zum Beispiel Plastikstrohhalme – für manche ist deren Flexibilität eine Schlüsselfunktion, die viele wiederverwendbare Alternativen nicht bieten.

Darüber hinaus besteht der Grossteil der Medikamente aus Einwegplastik. Hinzu kommt, dass manche Menschen derzeit nicht über die finanziellen Mittel verfügen, auf wiederverwendbare Alternativen umzusteigen (trotz der langfristigen Kosteneffizienz nachfüllbarer Behälter). Und deshalb müssen Zugänglichkeit und Erschwinglichkeit bei jeder Lösung des Plastikproblems eine zentrale Rolle übernehmen. – Wie die Rolle von Regierungen und Unternehmen bei der Entwicklung integrativer Richtlinien, die die Bedürfnisse aller berücksichtigt.



ALLE KÖNNEN HANDELN

Die Umstellung der Einkaufsgewohnheiten ist eine wirkungsvolle Möglichkeit, Veränderungen zu beeinflussen, die effektivste Methode allerdings besteht darin, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten.

Egal, ob du in deiner Gemeinde aktiv wirst, dich an die Politiker:innen direkt wendest oder du dich online betätigen möchtest, hier sind fünf Dinge, mit denen jede:r etwas bewirken kann:

- ➔ **Bitte den Bundesrat Albert Rösti**, sich für ein ehrgeiziges globales Plastikabkommen einzusetzen. Ein Abkommen ohne Ziele zur Reduzierung der Produktion wäre ein Misserfolg. Du kannst das [Kontaktformular des](#) UVEK-Departements verwenden.
- ➔ **Vernetz dich mit Gleichgesinnten.** Werde Teil einer Regionalgruppe von Greenpeace Schweiz.
- ➔ **Indem du Druck auf die Entscheidungsträger ausüben**, können Sie massgeblich Einfluss nehmen. Unterschreibe die [Petition von Ocean Care](#) gegen überflüssigen Einwegplastik in der Schweiz.
- ➔ Suche nach nächstgelegenen Anbieter:innen für Mehrwegsysteme.
- ➔ Sei online aktiv und folge **@greenpeace_switzerland** und **Plastic Free Campus** für Kampagnen-Updates. Informiere deine Follower, warum dir die Plastikverschmutzung am Herzen liegt und wie auch sie sich engagieren können.

BRING DIE MEHRWEG REVOLUTION NACH HAUSE

Um das Zeitalter des Plastiks zu beenden, brauchen wir eine Mehrwegrevolution. Das bedeutet, dass Politik, Marken und Detailhändler aufhören müssen, eine Weg-

werfkultur zu ermöglichen, und Mehrwegsysteme einführen, die für alle funktionieren.

Wann immer du eine umweltbewusste Entscheidung triffst, sendest du damit eine Botschaft, dass die Menschen diese Systeme in grossem Massstab wollen. Aber wo fange ich an?

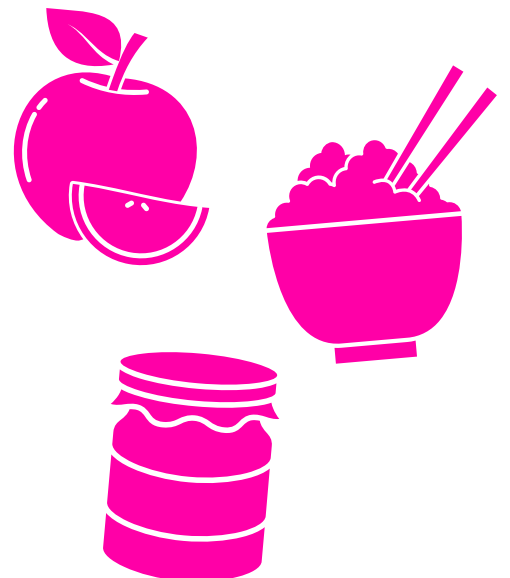
Hier sind drei einfache Möglichkeiten, deinen Plastik-Fussabdruck in der Küche, im Badezimmer und unterwegs zu reduzieren. Mit jeder Veränderung, die du als Konsument:in machst hilfst du bei der Ankurbelung der Mehrwegrevolution.

Hast du gewusst? Eine aktuelle Studie von Zero Waste Europe hat ergeben, dass wiederverwendbare Verpackungen für Verbraucher:innen auf lange Sicht günstiger sind – wobei wiederverwendbare Lebensmittel- und Kaffeebehälter zum Mitnehmen am kostengünstigsten sind. Unterdessen wird prognostiziert, dass die Kosten für Einweg-Kunststoffverpackungen steigen werden.

IN DER KÜCHE:

Wenn du an «The Big Plastic Count» teilgenommen hast, weisst du genau, dass die Küche ein Hotspot für Einwegplastik ist. Konsument:innen werfen jede Woche schockierende Mengen an Einwegplastik weg – das meiste davon stammt aus Lebensmittel- und Getränkeverpackungen. Du kannst Detailhändler dazu drängen, sich als Verfechter für wiederverwendbare Produkte einzusetzen mit diesen drei einfachen und schnellen Tauschmöglichkeiten anstelle von Einwegplastik:

- **Wähle unverpacktes Obst und Gemüse.** Achte in den Frischwarenabteilungen auf loses Obst und Gemüse. Falls du die Möglichkeit hast, organisiere dir eine Gemüsebox oder einen Korb für den Transport.
- **Kaufe lokale Produkte** und unterstütze gleichzeitig die lokalen Anbieter
- Lege dir einen Vorrat an abfallfreien Grundnahrungsmitteln zu.
- **Kaufe in deinem nächstgelegenen Zero-Waste-Laden** Grundnahrungsmittel wie Reis, Nudeln und Hülsenfrüchte in nachfüllbaren Behältern.
- **Wiederverwende Dinge, die du schon hast.** Benutze alte Gläser zum Aufbewahren, stülpe anstelle der Frischhaltefolie einen Teller über die Schüssel mit Essensresten und zerschneide alte Kleider, um sie als Geschirrtücher zu nutzen.



IM BADEZIMMER:

In Badezimmern findet man eine Fülle von Kunststoffprodukten. Aber das muss nicht so sein. Heutzutage gibt es so viele Alternativen, die die gleiche Qualität bieten, wie du sie von deinen Kosmetikprodukten erwartest, ohne die Gesundheit der Menschen oder des Planeten zu gefährden.

- ➔ **Tausche Flaschen gegen Stücke.** Feste Kosmetik ist leichter erhältlich denn je. Tausche flüssiges Shampoo, Spülung, Handwaschmittel und Duschgel beim nächsten Einkauf gegen einen plastikfreien Block ein.
- ➔ **Nachfüllen und wiederverwenden.** Wenn feste Kosmetik nichts für dich ist, bieten viele Anbieter:innen Nachfüllstationen für Produkte wie Shampoo und Spülung an. Es gibt auch wiederverwendbare Windeln, Make-up-Pads und Periodenprodukte, die immer wieder gewaschen und wiederverwendet werden können – so sparst du im Laufe der Zeit sogar Geld.
- ➔ **Wähle eine umweltfreundliche Alternative.** Die meisten Detailhändler verkaufen mittlerweile recycelte Toilettenpapierrollen, Bambuszahnbürsten und umweltfreundliche Reinigungsmittel. Und für einen Bruchteil der Kosten kannst du sogar deine eigenen Reinigungsprodukte zuhause herstellen.



UNTERWEGS:

Der Verzicht auf Einwegplastik zu Hause ist ein guter Anfang, auch unterwegs gibt es eine Menge Möglichkeiten.

Pack dein eigenes Wiederverwendungs-Kit. Viele Menschen sind bereits auf wiederverwendbare Wasserflaschen, Kaffeebecher und Einkaufstaschen umgestiegen. Du kannst jede Menge Einwegplastik einsparen und bist auf lange Sicht günstiger. Nimm ein Lunchpaket mit. Dies ist eine einfache Möglichkeit, Plastik zu reduzieren und beim Essen unterwegs Geld zu sparen. Benutze alte Take-Away-Boxen, leere Gläser oder gebrauchte Essensbehälter, um deine Reste oder das selbstgemachte Sandwich aufzubewahren.

→ **Lade die Refill-App kostenlos herunter.** Die Refill-App verbindet dich mit einem globalen Netzwerk von Orten zum Reduzieren, Wiederverwenden und Nachfüllen. Wo auch immer du bist, kannst du Orte finden, an denen du plastikfrei einkaufen und nachfüllen kannst.



Gewusst? Die Schweiz gehört zu den zehn grössten Produzenten von Einwegplastikmüll weltweit*. Der durchschnittliche Plastikverbrauch wird auf 127 kg Plastik pro Person und Jahr geschätzt (Ocean-Care, 2022). Plastik zerfällt in Mikroplastik, das in Ozeanen, Flüssen, Böden und Meeresfrüchten vorkommt. Wissenschaftler:innen haben Plastik sogar in Blut, Gehirn, Herz, Lunge, Hoden und Muttermilch nachgewiesen.

Falls du bis hierhin gelesen hast, vielen vielen Dank! Jede einzelne Aktion macht einen gewaltigen Unterschied. Gemeinsam werden wir Regierungen und grossen Unternehmen zeigen, dass wir einen ambitioniertes Plastikabkommen wollen.