



Aus dem einmonatigen Versuch der Krautwaschls, ohne Plastik zu leben, wurde eine Lebenshaltung. In einem ersten Schritt wurde das Haus von Plastik leerräumt.

PLASTIKFREIE ZONE



Die Familie Krautwaschl lebt seit Jahren (fast) ohne den allgegenwärtigen Kunststoff – aus Protest gegen die Vermüllung unseres Alltags, unserer Umwelt und unseres Körpers. Kann das funktionieren?

→ von Andrea Semper

Natürlich wissen wir alle, dass Plastik nicht nur praktisch ist. Der Kunststoffmüllberg wächst uns über den Kopf, und unser Körper würde sich ohne den Chemiecocktail in den Plastikprodukten viel wohler fühlen. In Sachen Plastik dachte ich, halbwegs gut informiert zu sein. Zwölf Jahre lang habe ich beruflich in der Kunststoff-Abfallwirtschaft gearbeitet. Über die Inhaltsstoffe von Plastik wusste ich aber kaum Bescheid.

Einige Jahre nach meinem Ausstieg aus dieser Firma kam der Film «Plastic Planet» ins Kino. Lange drückte ich mich davor, ihn anzuschauen. Ich ahnte, dass ich danach nicht mehr so weitermachen könnte wie bisher. Im November 2010 besuchte ich einen Filmabend mit dem Regisseur Werner Boote. Obwohl der Film mit seinen vielen trockenen Fakten nicht leicht zu geniessen ist, schafft er es, die Zuschauer mitzureisen. Chemische Stoffe mit unaussprechlichen Namen bekamen plötzlich ein Gesicht – und ich wollte sie meinem Körper nicht länger zumuten.

MAHLZEIT!

Bisphenol A (BPA) zum Beispiel, eine Industriechemikalie, die in fast allen Kunststoffen enthalten ist. BPA löst sich durch Hitze, Säure, Abrieb oder Schweiß aus dem Material und gelangt so in unseren Körper. Das passiert etwa, wenn wir ein Babyfläschchen wärmen, aus Plastikflaschen trinken, Gemüse auf einem Plastikbrett schneiden oder uns Creme aus der Tube auf die Haut schmieren. Da BPA dem weiblichen Hormon

Östrogen ähnlich ist, bringt es unser körpereigenes Hormonsystem durcheinander. Wenn wir zu viel Plastik im Blut haben, wird unser Körper unvermeidlich krank. Es kann zu Unfruchtbarkeit, Fettleibigkeit, Brust- und Prostatakrebs sowie Missbildungen der männlichen Genitalien kommen. BPA steht auf keiner Inhaltsstoffangabe, kommt also immer undercover in unser Leben, am häufigsten durch plastikverpackte Lebensmittel.

Nicht nur unser Körper leidet unter der Plastiklawine, auch die Natur hat mit dem fast unverrottbaren Müll ihre Not. Im Pazifik hat sich auf einer Fläche so gross wie Mitteleuropa ein Müllstrudel aus Plastikabfall gebildet. Fische nehmen über ihre Nahrung winzig kleine, im Meer schwebende Plastikpartikel auf. Da ist es fast schon gerecht, wenn wir über den panierten Fisch auf unserem Teller den von uns verursachten Plastikmüll wieder zurückbekommen.

EIN MONAT OHNE PLASTIK

Auch die Steirerin Sandra Krautwaschl war beeindruckt, als sie den Film im Herbst 2009 sah. Ihre Entschlossenheit, etwas zu verändern, war aber noch grösser als meine. Gemeinsam mit ihrem Mann Peter und den drei Kindern (7, 10 und 13) entschied sie, einen Monat lang plastikfrei einzukaufen. Aus dem Experiment ist mittlerweile ein neuer Lebensstil geworden, den die Familie nicht mehr ändern möchte. Zu Beginn wurde das Haus von Plastik leer geräumt. Die Menge an Plastikdingen, die dabei zum Vorschein kam, lässt Sandra heute noch den Kopf schütteln. ➡



Für ein gutes Leben braucht es keinen Plastik: Sandra, Peter und ihre drei Kinder.

«Früher gehörte ich zu den Schnäppchenkäuferinnen. Da waren Steckregale aus Plastik oder Aufbewahrungsboxen schnell gekauft. Völlig verzichtbar!» Auch die Kinderzimmer waren voll mit Plastikspielzeug. Bei der Räumaktion wurde einiges weggeschmissen, manches weitergegeben und das meiste in der grossen Scheune zwischengelagert.

Man konnte jedenfalls nicht gleich alles Plastik wegwerfen und plastikfreien Ersatz kaufen. Es würde das Experiment ja ad absurdum führen, wenn gleich zu Beginn Massen an Plastikmüll anfielen. Langlebige Gegenstände werden verwendet, bis sie kaputt sind und dann erst durch eine plastikfreie Variante ersetzt. Statt Tupperware werden nun Schraubgläser benutzt. Einfrieren kann man auch in Papiersäcken, für unterwegs gibt's eine Brotzeitbox aus Alu oder Edelstahl. Natürlich hat sich auch das Einkaufsverhalten verändert. «Wurst und Käse lasse ich mir gleich in meine mitgebrachten Behälter schneiden», erzählt Sandra Krautwaschl. «Wasch- und Geschirrspülmittel kaufen wir offen und lassen es uns in Glasflaschen abfüllen. Statt Shampoo und Duschgel verwenden wir Wascherde und natürliche Seifen. Holzzahnbürsten haben die Plastikvariante abgelöst.» Manches mag zu Beginn gewöhnungsbedürftig sein, aber die Familie hat dabei auch viel Spass. «Auto, PC und Handy haben wir weiterhin. Wir wollten ja nicht in die Steinzeit zurückkehren.»

Im Zeichen des wachsenden Umweltbewusstseins brauchen wir keine Verpackungskünstler, sondern Verpackungs-Vermeidungskünstler

Ralph Boller
dt. Publizist

POSITIVE NEBENEFFEKTE

Und die Kosten? «Viele fragen, ob wir uns dieses Experiment überhaupt leisten können», sagt Sandra. «Tatsache ist, dass wir sogar Geld sparen! Wir sind wählerischer geworden und kaufen nicht mehr so unkritisch. Es hat grosses Sparspotenzial, wenn man keine Schnäppchen mehr kauft. So bleibt mehr Geld, zum Beispiel für Biolebensmittel.» Der Plastikmüll hat

sich drastisch reduziert. Sandras Familie lebt in einem Dorf 13 Kilometer von Graz entfernt. Manche haben ihnen prophezeit, sie würden jetzt grössere Strecken mit dem Auto fahren, um plastikfrei einzukaufen. Doch Peter legt von Anfang an Wert darauf, das Erdöl, das durch Plastikverzicht eingespart wird, nicht gleich wieder durch den Auspuff zu blasen. Tatsächlich ist die Familie im letzten Jahr nur halb so weit mit dem Auto gefahren wie zuvor. Die Milch holen sie zu Fuss vom Bauern, kaufen vieles mit dem Rad ein und fahren längere Strecken mit dem Zug.

«Bei Kleidern bin ich auch heikel geworden. Ich schaue genau, wo die Baumwolle herkommt. Wenn ich Lust auf etwas Neues habe, nähe ich mir aus zwei alten T-Shirts ein neues. Und vieles kaufen wir in Second-Hand-Läden.» Ausborgen, tauschen und weitergeben sind andere Möglichkeiten, Dinge nicht immer selbst kaufen zu müssen. So hat der Verzicht auf Plastik auch alle anderen Lebensbereiche beeinflusst. Das Gefühl, auf etwas zu verzichten, hat Sandra nie. «Wenn ich mir etwas kaufen will, kann ich das. Aber es ist mir kein Bedürfnis.»

DAS EXPERIMENT SCHLÄGT WELLEN

«Leider sind auch so gut wie alle Bioprodukte in Plastik verpackt. Und bis jetzt haben wir keine Gläser mit Metallschraubverschlüssen ohne die üblichen Kunststoffbeschichtungen gefunden. Ausserdem gibt es viel zu wenige Geschäfte, in denen man Produkte offen kaufen kann. Wenn man den Anspruch hat, dass etwas wasserdicht sein muss, dann gibt es bisher keine Alternative zu Plastik.» Das sind die kleinen Hürden bei diesem Experiment. Viel schlimmer ist es «zu sehen, dass man primär trotzdem nur das eigene Leben beeinflussen kann. Im Urlaub habe ich wieder die Unmengen Müll gesehen, die vom Meer angeschwemmt werden. Da kamen schon Zweifel

am Sinn des Ganzen. Aber man muss den Anspruch fallen lassen, die ganze Welt retten zu wollen.»

Inzwischen gibt es den Auftrag eines grossen Verlags für ein Buch über das Experiment. Auf der eigens eingerichteten Webseite hat Sandra seitenweise Erfahrungsberichte und plastikfreie Einkaufstipps veröffentlicht. Daneben hat sie ein regionales Projekt mit dem Namen «Change Bag – Vom Kunststoff zum Echtstoff» gestartet. Damit sollen die Bevölkerung, Gewerbetreibende, Schulen, usw. motiviert werden, freiwillig die Verwendung von Plastiktüten und «Wegwerfplastik» zu reduzieren bzw. zu vermeiden. Bis Mitte November 2011 hat Sandra über 4300 gebrauchte Stofftaschen gesammelt, die Betriebe nun anstelle von Plastiktüten verwenden. Zeitgleich finden Ideenwettbewerbe zum Thema Müllreduktion statt. Also doch ein bisschen die Welt retten? Sandras Motto ist pragmatisch: *«Ich mache, was ich kann.»* ■

Infos

www.keinheimfuerplastik.at

Buch

Gerhard Pretting und Werner Boote:
Plastic Planet – die dunkle Seite der Kunststoffe.
Orange Press 2010, 223 S.,
Fr. 28.90/20,00 Euro

Filme auf DVD

Werner Boote: **Plastic Planet.**

Euro Video 2009, 95 min.,

Fr. 26.90 / Euro 14,97.

Inge Altemeier, Reinhard Hornung:

Hauptsache haltbar. Global Film,
30 min., 12,99 Euro.

Marie Monique Robin: **Unser tägliches Gift – wie die Lebensmittelindustrie unser Essen vergiftet.**

Absolut Medien 2011, 105 min.,

Fr. 22.90/12,99 Euro.



Shiatsu-StudetInnen, Stufe 3B – Ausbildungslehrgang 25

Bildungs- und Begegnungszentrum für Körperarbeit und Bewusstseinsentfaltung

Internationale Schulen für • Shiatsu • Biodynamische Craniosacral-Therapie • Rebalancing • Ayurveda-Massage
Fortbildungen • Spezifisch und Methodenübergreifend (EMR/ASCA konform)

Workshops im Bereich • Bewusstseinsentfaltung • Musik • Tanz **Seminarhaus für eigene Angebote**

Kientalerhof | Griesalpstrasse 44 | CH-3723 Kiental
T: +41 33 676 26 76 | F: +41 33 676 12 41 | www.kientalerhof.ch

Kientalerhof