







# MEINE NACHHALTIGKEITSHECKLIST

1. Ich habe Plastikflaschen weitestgehend durch **wiederverwendbare Flaschen** ersetzt und fülle sie immer mit Leitungswasser 
2. Ich kaufe möglichst Kleidung aus 100% **Baumwolle**. Außerdem frage ich mich vor jedem Kauf, ob ich dieses neue Teil **wirklich** benötige oder ich meine Sachen nicht noch länger tragen kann.
3. Ich kaufe Naturkosmetik und auch Sonnencreme **ohne** Mikroplastikpartikel.
4. Ich fahre nur noch Auto, wenn ich es wirklich benötige, sonst frage ich mich, ob ich nicht doch einfach **laufen** oder mit dem **Rad fahren** kann. 
5. Ich mähe seltener den Rasen und lasse immer etwa **30 % unberührt**, um die Insekten zu schützen. Alternativ stelle ich einen Blumenkasten auf das Fensterbrett oder säe eine Wildblumenwiese.
6. Ich nutze ein **Obstnetz** statt Einwegplastiktüten
7. Ich bin zu einer **Umweltbank** gewechselt. (z.B. Triodos Bank, GLS Bank, Ethik Bank, Umwelt Bank)
8. Ich **spende** regelmäßig Geld an eine Hilfsorganisation oder ein gemeinnütziges Projekt. (Es reichen schon 0,5% des monatlichen Einkommens)
9. Ich lasse meine Haare immer an der **Luft** trocknen, statt den Fön zu benutzen, um Strom zu sparen.
10. Mein **fleischfreier** Tag (auch mehrere): \_\_\_\_\_



# MEINE NACHHALTIGKEITSHECKLIST

1. Ich habe Plastikflaschen weitestgehend durch **wiederverwendbare Flaschen** ersetzt und fülle sie immer mit Leitungswasser 
2. Ich kaufe möglichst Kleidung aus 100% **Baumwolle**. Außerdem frage ich mich vor jedem Kauf, ob ich dieses neue Teil **wirklich** benötige oder ich meine Sachen nicht noch länger tragen kann.
3. Ich kaufe Naturkosmetik und auch Sonnencreme **ohne** Mikroplastikpartikel.
4. Ich fahre nur noch Auto, wenn ich es wirklich benötige, sonst frage ich mich, ob ich nicht doch einfach **laufen** oder mit dem **Rad fahren** kann. 
5. Ich mähe seltener den Rasen und lasse immer etwa **30 % unberührt**, um die Insekten zu schützen. Alternativ stelle ich einen Blumenkasten auf das Fensterbrett oder säe eine Wildblumenwiese.
6. Ich nutze ein **Obstnetz** statt Einwegplastiktüten
7. Ich bin zu einer **Umweltbank** gewechselt. (z.B. Triodos Bank, GLS Bank, Ethik Bank, Umwelt Bank)
8. Ich **spende** regelmäßig Geld an eine Hilfsorganisation oder ein gemeinnütziges Projekt. (Es reichen schon 0,5% des monatlichen Einkommens)
9. Ich lasse meine Haare immer an der **Luft** trocknen, statt den Fön zu benutzen, um Strom zu sparen.
10. Mein **fleischfreier** Tag (auch mehrere): \_\_\_\_\_

# MEINE NACHHALTIGKEITSHECKLIST

1. Ich habe Plastikflaschen weitestgehend durch **wiederverwendbare Flaschen** ersetzt und fülle sie immer mit Leitungswasser 
2. Ich kaufe möglichst Kleidung aus 100% **Baumwolle**. Außerdem frage ich mich vor jedem Kauf, ob ich dieses neue Teil **wirklich** benötige oder ich meine Sachen nicht noch länger tragen kann.
3. Ich kaufe Naturkosmetik und auch Sonnencreme **ohne** Mikroplastikpartikel.
4. Ich fahre nur noch Auto, wenn ich es wirklich benötige, sonst frage ich mich, ob ich nicht doch einfach **laufen** oder mit dem **Rad fahren** kann. 
5. Ich mähe seltener den Rasen und lasse immer etwa **30 % unberührt**, um die Insekten zu schützen. Alternativ stelle ich einen Blumenkasten auf das Fensterbrett oder säe eine Wildblumenwiese.
6. Ich nutze ein **Obstnetz** statt Einwegplastiktüten
7. Ich bin zu einer **Umweltbank** gewechselt. (z.B. Triodos Bank, GLS Bank, Ethik Bank, Umwelt Bank)
8. Ich **spende** regelmäßig Geld an eine Hilfsorganisation oder ein gemeinnütziges Projekt. (Es reichen schon 0,5% des monatlichen Einkommens)
9. Ich lasse meine Haare immer an der **Luft** trocknen, statt den Fön zu benutzen, um Strom zu sparen.
10. Mein **fleischfreier** Tag (auch mehrere): \_\_\_\_\_

# MEINE NACHHALTIGKEITSHECKLIST

1. Ich habe Plastikflaschen weitestgehend durch **wiederverwendbare Flaschen** ersetzt und fülle sie immer mit Leitungswasser 
2. Ich kaufe möglichst Kleidung aus 100% **Baumwolle**. Außerdem frage ich mich vor jedem Kauf, ob ich dieses neue Teil **wirklich** benötige oder ich meine Sachen nicht noch länger tragen kann.
3. Ich kaufe Naturkosmetik und auch Sonnencreme **ohne** Mikroplastikpartikel.
4. Ich fahre nur noch Auto, wenn ich es wirklich benötige, sonst frage ich mich, ob ich nicht doch einfach **laufen** oder mit dem **Rad fahren** kann. 
5. Ich mähe seltener den Rasen und lasse immer etwa **30 % unberührt**, um die Insekten zu schützen. Alternativ stelle ich einen Blumenkasten auf das Fensterbrett oder säe eine Wildblumenwiese.
6. Ich nutze ein **Obstnetz** statt Einwegplastiktüten
7. Ich bin zu einer **Umweltbank** gewechselt. (z.B. Triodos Bank, GLS Bank, Ethik Bank, Umwelt Bank)
8. Ich **spende** regelmäßig Geld an eine Hilfsorganisation oder ein gemeinnütziges Projekt. (Es reichen schon 0,5% des monatlichen Einkommens)
9. Ich lasse meine Haare immer an der **Luft** trocknen, statt den Fön zu benutzen, um Strom zu sparen.
10. Mein **fleischfreier** Tag (auch mehrere): \_\_\_\_\_