

Einkaufen

WISSEN

Bei jedem Einkauf kaufen wir den Müll gleich mit!

Im Supermarkteinkauf steckt viel Potenzial Verpackungsmüll zu sparen, denn durch einen bewussten Einkauf landet weniger Plastik in unserem gelben Sack. Viele Lebensmittel sind übertrieben verpackt. Zwar gibt es nicht für Alles plastikfreie/-arme Varianten oder alternativ Unverpackt-Läden in der Nähe, doch der genaue Blick in die Regale lohnt sich immer.

Gute Beispiele sind loses Obst und Gemüse. Die Netze dafür werden in vielen Supermärkten angeboten. Unverpackte Produkte sind manchmal teurer, gleichzeitig aber von besserer Qualität und es wird nur die Menge gekauft, die bald gegessen wird.

Groß- und Nachfüllpackungen schonen die Umwelt und unseren Geldbeutel. Ebenfalls frisches Kochen: Neben enthaltener Zusatzstoffe, wie zu viel Salz und Zucker, sind Fertigprodukte oft unnötig verpackt.

Bei Aufschnitt gilt: Wer keine Möglichkeit hat, an der Frischetheke eigene Behälter zu verwenden, greift am besten zu Wurst und Käse am Stück. Das hilft keine Lebensmittel zu verschwenden und weniger Plastikmüll zu produzieren.

**WERTE
WISSEN
WEITER
SAGEN**



Land Frauen
LandFrauenverband Sachsen-Anhalt e.V.

Das Projekt ist finanziert aus Haushaltsmitteln der Landesregierung Sachsen-Anhalt


SACHSEN-ANHALT

#moderndenken

8 kleine Dinge, die wir beim Einkaufen beachten können

WISSEN



1



Gemüsenetze oder Stoffbeutel benutzen.



2



Beim Bäcker eigenen Brötchenbeutel verwenden.



3



Wurst und Käse an der Frischetheke oder im Stück kaufen.



4



Groß- und Nachfüllpackungen kaufen z.B. Waschmittel.



5



Auf Mehrfachverpackungen verzichten.



6



Milchprodukte, wie z.B. Joghurt im Glas kaufen.



7



Regional und saisonal einkaufen.



8



In „Unverpackt-Läden“ und auf Wochenmärkten einkaufen.