

## Das Konzept der „5 Rs“ zur Verringerung des ökologischen Fußabdrucks

1. **Refuse** (für verzichten): Man sollte anfangen zu überdenken, was man von den Konsumgütern wirklich braucht. Dabei sollte man sich folgende Fragen stellen: Brauche ich das wirklich? Würde mich das glücklich machen? Ist das notwendig? Werde ich das in 2 Wochen immer noch wollen? Falls man zum Schluss kommt, dass das Produkt nicht wirklich gebraucht wird, sollte man darauf verzichten, womit man der Umwelt einen großen Gefallen tut.

2. **Reduce** (für verringern): Man sollte versuchen, seinen Konsum soweit wie möglich zu verringern. Zum Beispiel werden viele Lebensmittel (1/3 der gekauften Lebensmittel, Quelle: WWF Studie: [WWF-Studie: Das große Wegschmeißen](#)) in Deutschland weggeschmissen. Man könnte das gut verringern, wenn man nur das wirklich Nötige kauft. Genauso kann man bei allen anderen Konsumgütern vorgehen.

3. **Reuse** (für wiederverwenden): Viele noch brauchbare Güter werden viel zu früh weggeschmissen und ausgetauscht. Dies ist sehr schädlich für die Umwelt, da vor allem dadurch sehr viel Müll produziert wird. Handys zum Beispiel werden oft weggeschmissen und durch ein neues ausgetauscht, allein aus dem Grund, weil ein neues Modell auf dem Markt erschienen ist, obwohl das alte noch komplett funktionstüchtig ist. Das Selbe ist bei vielen Sachen der Fall, vor allem technische Geräte. Man sollte lernen, das zu hinterfragen und Produkte so lange wie möglich zu verwenden.

4. **Recycle** (für wiederverwerten): viele alte Güter, vor allem Verpackungen, sind für viele neue Sachen wiederverwendbar. Mit der richtigen Methode können die Rohstoffe erneut für die Produktion anderer Gegenstände genutzt werden.

5. **Rot** (für verrotten): Lebensmittelabfälle verrotten lassen, statt sie wegzuschmeißen würde viel Müll vermeiden. Pro Person werden pro Jahr 75 Kilogramm an Lebensmittel weggeschmissen. Diesen könnte man ganz einfach verrotten und somit der Natur etwas Gutes tun. Der Kompost ist außerdem danach noch wiederverwendbar. Nur mit einem minimalen Aufwand kann man viel Müll vermeiden.

Wenn man sich soweit wie möglich an diese Regeln hält, kann man seinen ökologischen Fußabdruck stark verringern.