



Weg mit dem Plastik

Die Tonne mit dem Plastikmüll quillt schon wieder über. Alle drei Wochen zum Abholtermin blicke ich auf all den Verpackungsmüll, den ich produziert habe. Das muss und will ich ändern und wage einen radikalen Schritt.

Zwischen Bea Johnsons Einmachglas und meiner Mülltonne liegen Dutzende Kilo. Die Französin hat ihr Leben dem Zero Waste verschrieben und schafft es, ihren Plastikmüll eines kompletten Jahres in einem Glas unterzubringen, ich will mich in einem Selbstversuch auf eine Mülleimerladung im Monat beschränken. Und versage. Aber dazu später mehr. Am Anfang lasse ich es ruhig angehen und ändere erst mal nichts. Ich brauche eine Referenz, an der ich meinen Selbstversuch messen kann. Deshalb bin ich nicht mehr allein auf der Waage. Unterm Arm klemmt von nun an jede volle Tüte, die in der Gelben Tonne landen soll. Ansonsten bleibt alles beim Alten, und doch vieles anders. Denn ganz unbeschwert gehe ich nicht mehr einkaufen. Schlagzeilen von vermüllten Meeren und Fluten von Kaffeebechern und Strohhalmen gehen mit in den Supermarkt. Und mir dämmert schnell, dass dieser Selbstversuch ganz viel mit schlechtem Gewissen zu tun haben wird.



Jeden Joghurtbecher, jede Bonbontüte nehme ich bewusst wahr, scanne die Produkte nach ihren Verpackungen und bin erschrocken, wie viel Kunststoff ich mit nach Hause nehme. Am Ende eines Monats mit "normalem" Konsum schlagen sechs Kilo Plastikmüll zu Buche. Damit trage ich ordentlich zu den 4,5 Millionen Tonnen Kunststoffabfall bei, die die Deutschen im Jahr produzieren. Nun hoffe ich auf ein Wunder. Denn ich will plastikfrei leben, am liebsten ganz und gar ohne.

Klar ist: Will ich Plastik sparen, kann ich nicht mehr nur noch im Supermarkt einkaufen. Viel zu viele Produkte sind in Plastik verpackt, Alternativen gibt es kaum. Und ich will mich nicht zwischen der konventionellen plastikfreien Gurke und der eingeschweißten Biogurke entscheiden müssen. Nun wohne ich im Speckgürtel einer mittelgroßen Stadt, und weder in meinem Ort noch in der Stadt gibt es einen brauchbaren Wochenmarkt, oder zumindest einen, der sich mit meinen Arbeitszeiten verträgt. Unverpacktläden in der Nähe? Fehlanzeige! Zum Glück gibt es einen Bioland-Hof mit Direktvermarktung ein paar Dörfer weiter. Öffnungszeiten Freitagnachmittag - für mich wegen Bürozeiten nicht machbar - oder Samstag. Also nehme ich am Wochenende einen Anfahrtsweg von knapp 20 Kilometern und 30 Minuten in Kauf. Fahre ich wirklich 40 Kilometer mit dem Auto, um im Sinne der Umwelt einzukaufen? Der nächste Supermarkt wäre in drei Minuten zu erreichen, auch mit dem Rad. Da ist es wieder, das schlechte Gewissen.

Meine Laune bessert sich, als sich mein Weidekorb mit unverpacktem Obst und Gemüse füllt, daneben Eier in einer mitgebrachten Pappschachtel, Milch fülle ich selbst an der Milchtankstelle ab, Joghurt gibt es im Pfandglas, das ich beim nächsten Mal wieder mitbringen kann. Brot kommt eigentlich in den eigenen Leinenbeutel, den ich natürlich vergessen habe. Wer möglichst müllfrei einkaufen will, muss gut vorbereitet sein, lerne ich schnell. Allein Aufschnitt, Käse und Fleisch landen aus hygienischen Gründen in Plastiktüten und beschichtetem Papier. Zufrieden trage ich meine Beute nach Hause. Gemeinsam mit meinem Mann stricke ich einen Essensplan für die Woche. Das gehört zu unseren festen Ritualen im Haushalt, um weniger Lebensmittel wegzuschmeißen. Meist essen wir zwar saisonal, aber doch nach Lust und Laune, nun sitzt aber das ökologische Bewusstsein mit am Tisch. Die Brotzeit mit den Antipasti vom türkischen Feinkoststand muss ausfallen. Der Pastaabend auch, weil die Lieblingsnudeln ökologisch fragwürdig in Plastik eingeschweißt sind. Eis zum Nachtisch? Gestrichen. Chips oder Schokoriegel zum "Tatort"? Verboten. Es

dämmert uns beiden, dass die nächsten Wochen anstrengend werden könnten, und die Motivation schwindet.

Ein Blick in meinen Vorratskeller tröstet mich. Ich habe vorgearbeitet, und in den Regalen warten fein säuberlich gestapelt Gemüse, Obst und Fleischgerichte in Einmachgläsern auf ihren Einsatz. Ja, das ist etwas gemogelt, aber immerhin muss ich für diese Mahlzeiten nichts mehr einkaufen und laufe nicht Gefahr, wieder Plastik nach Hause zu tragen. Doch der Rückschlag folgt auf dem Fuß. So gut ich in der Küche Plastik umschiffen kann, so schier unmöglich scheint es im Bad zu sein. Zahnbürste, Shampoo, Cremes, Make-up - überall sehe ich Kunststoff, der meine Bilanz drastisch verschlechtert. Selbst das Toilettenpapier kommt in knisterndem Plastikkleid ins Haus. In meinem Bauch macht sich Wut auf die Industrie breit, aber auch auf mich, dass ich immer wieder zu diesen Produkten gegriffen habe. Da bist du ja wieder, du schlechtes Gewissen! Am liebsten würde ich hier einmal kräftig ausmisten. Doch viele der Produkte sind noch lange nicht aufgebraucht und Wegschmeißen kommt nicht infrage. Ich nehme mir vor, nach und nach umzustellen, zumal plastikfreie Kosmetik, Putzmittel und deren Zutaten mittlerweile auch gut in Drogerien zu haben sind.



In den folgenden Wochen stellen mein Mann und ich uns immer wieder dieselbe Frage: Lohnt sich der Aufwand? Wir merken beide, wie das Thema den Alltag dominiert. Wir müssen uns besser auf den Einkauf auf dem Bauernhof vorbereiten, unsere Mahlzeiten besser planen, auch mal im Voraus kochen, um doppelte Verpackung zu vermeiden. Immer wieder überlegen wir, ob wir zum nächsten Laden fahren, um eine Alternative zum verpackten Produkt zu finden. Wir vermeiden es, auswärts zu essen, weil das auch häufig hinter den Kulissen mit viel Plastikmüll verbunden ist. Und doch landen immer wieder Produkte wie Hygieneartikel oder Gewürze verpackt in der Einkaufstasche. Am meisten ärgern mich Artikel, die ich bewusst in Pappschachteln kaufe und die dann doch noch mal in Plastik eingeschweißt sind, Tee oder Müsli zum Beispiel.

Am Ende klemmen nur noch drei statt sechs Kilo Müll für die Gelbe Tonne unter meinem Arm. Wir haben es geschafft, unsere Müllmenge zu halbieren. Aber eben nicht ohne Mühen. Zu oft standen wir vor der Entscheidung: regional, saisonal, bio ODER unverpackt? Zu oft war der Aufwand zu groß, ein zusätzlicher Weg zu lang, Öffnungszeiten zu kurz. Zu oft ärgerte ich mich über ein System, das offensichtlich nur noch schwer ohne Plastik auskommt; ein System, das es Menschen, die Vollzeit arbeiten und nicht in einer Großstadt mit perfekter ökologischer Infrastruktur wohnen, nicht gerade leicht macht, plastikfrei - oder auch nur plastikarm - zu leben. Und doch bin ich überzeugt, dass jeder Schritt wichtig ist. Wir sprudeln Leitungswasser auf, für den Gemüseinkauf im Supermarkt habe ich aus Omas Gardinen Stoffbeutel genäht, Mehrwegeeinkaufstaschen liegen im Kofferraum, Stückseife und festes Shampoo haben die Kunststoffflaschen im Bad ersetzt. Bewusstes und geplantes Einkaufen mit App oder Zettel lässt Lust- oder Frustkäufe links liegen. Das schlechte Gewissen wird hörbar leiser, vielleicht habe ich ja doch nicht gänzlich versagt? Der ökologische Fußabdruck wird in kleinen Schritten kleiner und passt vielleicht eines Tages doch auch in ein Einmachglas.