



## Wie umweltbewusst lebst du schon?

### Mach den Test!

#### Kreuze an, was auf dich zutrifft.

- Unvermeidbare Plastiktüten benutzt du als Müllbeutel.  
..... (5 Punkte)
- Du verwendest bei bereits beschriebenen Blättern auch die Rückseite als Schmierpapier. .... (10 Punkte)
- Wenn jemand seinen Müll achtlos auf den Boden schmeißt, sprichst du ihn darauf an. .... (15 Punkte)
- Du verwendest Verpackungen von Lieferungen noch mal, anstatt sie wegzuerwerfen. .... (10 Punkte)
- Du zerschneidest alte Kalender oder Magazine und bastelst daraus eigene Geburtstagskarten und/oder Briefumschläge.  
..... (10 Punkte)

- Du verzichtest an deiner Geburtstagsfeier auf Luftballons und Konfetti und verwendest lieber Girlanden und Dekoration, die man wiederverwenden kann. .... (10 Punkte)
- Du verwendest wiederverwendbare Geschenktaschen oder -boxen anstatt Geschenkpapier. .... (10 Punkte)
- Du schickst für Weihnachten eine Wunschliste rum, damit du nicht irgendeinen Kram bekommst, mit dem du nichts anfangen kannst. .... (5 Punkte)
- Du hast schon mal an deinem Geburtstag Geld für ein soziales Projekt gesammelt, das dir am Herzen liegt. .... (15 Punkte)
- Du konntest deine Familie schon überzeugen, dass es nicht mehr als dreimal die Woche Fleisch bei euch zu Hause gibt. .... (5 Punkte)
- Im Restaurant bestellst du lieber vegetarisch. ... (15 Punkte)
- Anstatt Frischhaltefolie verwendest du Bienenwachstücher. .... (15 Punkte)
- Du stellst deine Heizung nicht höher als auf Stufe 3. .... (15 Punkte)
- Du ziehst dir zu Hause warme Sachen an, bevor du die Heizung höher drehst. .... (10 Punkte)
- Du stellst beim Einseifen das Wasser aus. .... (15 Punkte)

- Du stehst nur so lange unter der Dusche, wie es sein muss.  
..... (10 Punkte)
- Bevor du etwas kaufst, das du schön findest, fragst du dich,  
ob du es wirklich brauchst. .... (10 Punkte)
- Du kaufst deine Klamotten auf dem Flohmarkt oder in Second-  
handläden. .... (15 Punkte)
- Du kaufst deine Kleidung nicht online. .... (5 Punkte)
- Wenn du neue Kleidung brauchst, schaust du erst auf Seiten  
wie „Vinted“ oder bei fairen Labeln vorbei. .... (10 Punkte)
- Du tauschst Klamotten mit deinen Freunden/Freundinnen.  
..... (15 Punkte)
- Du kaufst dir für jeden Urlaub ein neues Outfit für deine Ins-  
tagram-Bilder. .... (0 Punkte)
- Du vermeidest Fast Fashion. .... (15 Punkte)
- Du vermeidest Fastfood-Ketten. .... (10 Punkte)
- McDonalds, Amazon, Nestle sind Konzerne, deren Produkte  
du nicht nutzt. .... (10 Punkte)
- „Greenwashing“ ist dir ein Begriff und du informierst dich,  
welche Unternehmen sich wirklich für faire Löhne und sichere  
Arbeitsbedingungen einsetzen. .... (15 Punkte)

- Du verwendest keine Einweg-Rasierer mehr. .... (10 Punkte)
- Dein Shampoo ist vegan, mikroplastik- und tierversuchsfrei.  
..... (5 Punkte)
- Du benutzt festes Shampoo. .... (10 Punkte)
- Du fliegst jedes Jahr in den Urlaub. .... (0 Punkte)
- Du bist auch schon mit der Bahn in den Urlaub gefahren.  
..... (10 Punkte)
- Du holst dir erst ein neues Smartphone, wenn das alte wirklich  
einige Jahre auf dem Buckel hat und kurz davor ist, den Geist  
aufzugeben. .... (15 Punkte)
- Kurze Strecken läufst du oder fährst mit dem Fahrrad, anstatt  
dich fahren zu lassen. .... (10 Punkte)
- Zahnpasta- und Ketchup-Tuben drückst du ordentlich aus, be-  
vor du sie wegschmeißt. .... (10 Punkte)

**Gesamtpunktzahl:** \_\_\_\_\_

Auflösung →

## **AUFLÖSUNG:**

### **all-in (250–350 Punkte)**

Du schaust hinter die rosarote Fassade der Industrie und deines Konsums. Anhand von diversen Enthüllungsreportagen oder Artikeln hast du dich schon über viele Themen und Strategien von Firmen informiert. Gern weist du auch andere darauf hin. Aber hab im Blick, dass du nicht überall und jeden vom umweltbewussten Handeln überzeugen musst. Manchmal kann es auch genug sein, deine Taten für sich sprechen zu lassen.

### **passionate (150–245 Punkte)**

Angesichts der Berge an Müll und Lebensmitteln, die täglich weggeschmissen werden, ist dir das Thema Nachhaltigkeit immer wichtiger geworden – vor allem dein eigener Umgang mit den Ressourcen. Du hast keine Scheu, dich und deinen Konsum zu hinterfragen, und hast damit schon das geschafft, woran die meisten Leute scheitern. Sei barmherzig mit dir selbst, wenn die feste Haarseife vielleicht doch keine wirkliche Alternative für dich darstellt und mach aus deinem Lebensstil keinen Krampf.

### **advanced (50–145 Punkte)**

Wenn sich die Situation ergibt, zeigst du gerne die nachhaltige Flagge und probierst faire Alternativen aus. Du gehst dabei mutig und experimentierfreudig voran, und das ist richtig cool! Hier und da würde dir vielleicht ein bisschen mehr Hintergrundwissen helfen, noch mehr Gelegenheiten wahrzunehmen und ein größeres Bild der Zusammenhänge zu bekommen.