

28.04.2020

BLICKWINKEL

Umweltschutz ist gar nicht schwer – fünf Tipps für mehr Nachhaltigkeit im Alltag

Ob in den Medien, beim Bäcker oder in der Schule – es gibt kaum einen Ort, an dem das Trendthema Nachhaltigkeit noch nicht angekommen ist. Doch während sich in der Theorie immer mehr Menschen mit der Thematik beschäftigen, fällt es vielen schwer, die Nachhaltigkeit auch in den eigenen Alltag zu integrieren. CosmosDirekt, der Direktversicherer der Generali in Deutschland, zeigt, warum nachhaltiges Handeln gar nicht so kompliziert ist und in welchen fünf Bereichen jeder etwas für die Umwelt tun kann.

Saarbrücken – Das Wort Nachhaltigkeit ist in aller Munde – und ist dennoch für viele nicht richtig greifbar. Sie fragen sich, ob sie als Einzelperson wirklich etwas bewirken können. Dabei fängt Nachhaltigkeit schon im Kleinen an: Veränderungen und Maßnahmen im Alltag summieren sich zu einer Gesamtbilanz, durch die jeder einen positiven Beitrag zum Klimaschutz leistet. CosmosDirekt hat Maßnahmen in allen Lebensbereichen gesammelt, durch die sich mit kleinen Schritten der ökologische Fußabdruck verringern lässt.

Pressekontakt

Sabine Gemballa
Business Partner
CosmosDirekt
T +49 (0) 681 966-7560

Stefan Göbel
Unternehmenskommunikation
Leiter Externe Kommunikation
T +49 (0) 89 5121-6100

presse.de@generali.com

c/o follow red GmbH
Ute Schmidt
Waldburgstraße 17/19
70563 Stuttgart
Tel.: +49 (0)711-90140-483
ute.schmidt@followred.com

Generali Deutschland AG
Adenauerring 7
81737 München

www.cosmosdirekt.de
www.generali.de

Twitter: @GeneralIDE



Das Thema Nachhaltigkeit beschäftigt immer mehr Menschen auch in ihrem Alltag. (Fotoquelle: Adobe Stock)

1. UMSTEIGEN FÜR NACHHALTIGE MOBILITÄT

Kurz die Brötchen beim Bäcker holen, die Kinder zur Schule bringen oder nach der Arbeit zum Sport – viele dieser Strecken werden täglich mit dem Auto gefahren, obwohl man dafür das Fahrzeug auch öfters mal stehen lassen könnte.

Wer stattdessen zu Fuß geht oder aufs Rad steigt, tut dabei nicht nur der Umwelt, sondern auch der eigenen Fitness etwas Gutes. Mit dem weiteren Ausbau des öffentlichen Personennahverkehrs wird es auch für Pendler einfacher, den täglichen Weg zur Arbeit nachhaltiger zu gestalten. Und gerade in der aktuellen Situation stellen viele Menschen fest, dass das eine oder andere Geschäftsmeeting auch ohne weite Anfahrt bequem und effizient online abgehalten werden kann. Auch das hilft dabei, Umwelt und Klima zu schonen.

2. REGIONAL UND ÖKOLOGISCH FÜR NACHHALTIGE ERNÄHRUNG

Supermärkte und Lebensmittelgeschäfte bieten eine große Auswahl, bei der für jeden Geschmack und Geldbeutel etwas Passendes dabei ist. Wer beim wöchentlichen Einkauf aber auch an die Umwelt denken möchte, verliert schnell den Überblick. Abhilfe schaffen dabei drei Grundsätze, die für einen nachhaltigeren Einkauf sorgen können: Saisonale, regionale und biologisch angebaute Produkte. Bio-Siegel der EU und Herkunftsangaben bei Obst und Gemüse geben eine erste Orientierung. Auch hilfreich: Einfach einen Saisonkalender für Obst und Gemüse ausgedruckt in der Einkaufstasche mitnehmen, um unterwegs den Überblick zu bewahren. Besonders Lebensmittel tierischer Herkunft belasten das Klima. Weniger Fleisch und dafür hochwertige Bioqualität auf den Tisch zu bringen, schont nicht nur die Umwelt, sondern dient dem Tierwohl und führt nicht zuletzt zu einer gesünderen Ernährung.

3. ENERGIE SPAREN FÜR NACHHALTIGEN HAUSHALT

Nachhaltigkeit in den Alltag integrieren, ohne das Haus zu verlassen? Auch das ist möglich. Denn schon kleine Veränderungen im Haushalt können eine große Auswirkung auf die eigene Klimabilanz haben. Schon eine um ein Grad kühlere Zimmertemperatur bedeutet eine Energieersparnis von sechs Prozent. Im Schlafzimmer gelten z. B. schon 16 bis 18 Grad als optimale Raumtemperatur, in Küche und Wohnzimmer sind für viele Menschen 20 Grad völlig ausreichend. Auch bei der Waschroutine lässt sich ohne großen Aufwand CO₂ sparen: In den meisten Fällen reicht eine Waschtemperatur von 40 Grad für ein porentief reines Ergebnis aus. Zumindest im Sommer kann die Sonne den energieintensiven Wäschetrockner ersetzen. Echte Stromfresser sind außerdem ungenutzte Geräte im Standby-Modus. Wer nach der Nutzung den Stecker zieht, schont daher nicht nur die Umwelt, sondern auch den eigenen Geldbeutel.

4. WENIGER UND BEWUSSTER FÜR NACHHALTIGEN KONSUM

Für einen nachhaltigen Konsum lautet das Credo: Weniger ist mehr. Wer bewusster und vor allem weniger Konsumgüter kauft, verringert den Ressourcenverbrauch, den CO₂-Ausstoß – und die eigenen Ausgaben. Inzwischen gibt es ein großes Angebot an umweltfreundlichen Alternativen, die durch eine ressourcenschonende Herstellung und eine bessere Langlebigkeit für mehr Nachhaltigkeit im Alltag sorgen. Ein Beispiel: Als Gegenentwurf zur

Schnelllebigkeit der herkömmlichen Modeindustrie setzen „Slow Fashion“-Unternehmen auf eine nachhaltige und faire Herstellung sowie eine gute Qualität. Für ein noch nachhaltigeres Shopping-Erlebnis bieten sich Second-Hand-Läden, Flohmärkte oder Kleidertauschpartys unter Freunden an.

5. JUTE STATT PLASTIK FÜR NACHHALTIGES MÜLLAUFKOMMEN

Täglich landen Unmengen Einwegprodukte, Lebensmittel und Verpackungen in den Mülleimern der deutschen Haushalte. Insbesondere der Plastikmüll verursacht große Umweltschäden, bei der Herstellung und der Entsorgung. Schon mit wenig Aufwand lassen sich der täglich produzierte Müll und die dadurch entstehenden Schadstoffe reduzieren: Stoffbeutel statt Plastiktüte, Netztasche für loses Obst und Gemüse statt plastikverpackte Lebensmittel, Mehrwegprodukte aus nachhaltigen Materialien statt Einweggeschirr und To-Go-Becher. Wer die Veränderungen einmal verinnerlicht hat, achtet bald schon automatisch darauf, den Plastikkonsum und damit das Müllaufkommen zu reduzieren.

COSMOSDIREKT

CosmosDirekt ist Deutschlands führender Online-Versicherer und der Direktversicherer der Generali in Deutschland. Mit einfachen und flexiblen Online-Angeboten und kompetenter persönlicher Beratung rund um die Uhr setzt das Unternehmen neue Maßstäbe in der Versicherungsbranche. Zum Angebot zählen private Absicherung, Vorsorge und Geldanlage. Mehr als 1,8 Millionen Kunden vertrauen auf CosmosDirekt.

GENERALI IN DEUTSCHLAND

Die Generali in Deutschland ist mit rund 14 Milliarden Euro Beitragseinnahmen sowie rund 10 Millionen Kunden der zweitgrößte Erstversicherungskonzern auf dem deutschen Markt. Zum deutschen Teil der Generali gehören die Generali Deutschland Versicherung, AachenMünchener Lebensversicherung, CosmosDirekt, Dialog, Central Krankenversicherung, Advocard Rechtsschutzversicherung und Deutsche Bausparkasse Badenia.

Die Sicherheit Ihrer persönlichen Daten ist uns sehr wichtig. Bitte teilen Sie uns mit, wenn Sie keine weiteren Informationen mehr von uns wünschen. Wir werden Ihre Daten dann aus unserem Verteiler löschen.