



**Vermeiden.
Wiederverwenden.
Recyclen.**

Da bin ich mir sicher.



WENIGER IST MEHR!

**Tipps & Tricks
zur Abfallvermeidung**





ÜBER PROJEKT 2020

Unter „Projekt 2020“ bündelt HOFER seit 2013 sein Engagement im Bereich Nachhaltigkeit und gesellschaftliche Verantwortung. Dazu gehören bestehende Umstellungs- und Optimierungsprozesse ebenso wie Leuchtturmprojekte, die sich durch aktive Kunden- und Mitarbeiterinbindung auszeichnen. Inhaltlich konzentrieren sich die Projekte auf die fünf Schwerpunkte Gesundheit, Klimaschutz, Ressourcen, Vertrauen und Miteinander. Ein großer Teilerfolg: Seit Jänner 2016 arbeitet HOFER CO₂-neutral und wurde dafür beim weltweit bedeutendsten Umweltpreis, dem Energy Globe World Award, mit dem 1. Platz in der Kategorie „Luft“ ausgezeichnet. Die Initiative „Projekt 2020“ wird inhaltlich von einem Stakeholder-Beirat, bestehend aus externen Experten aus dem Energie-, Gesundheits-, Umwelt- und Medienbereich, begleitet.

Weitere Informationen finden Sie unter projekt2020.at

Gemeinsam möchten wir Ihnen zeigen, wie einfach es sein kann Müll zu vermeiden.



**WIR
KÄMPFEN
FÜR DAS
SCHÖNE.**

GLOBAL 2000



GLOBAL2000 ist die österreichische Umweltschutzorganisation, welche sich bereits seit 1982 für eine gesunde Umwelt und nachhaltiges Wirtschaften einsetzt. Gemeinsam mit ihren AktivistInnen und freiwilligen MitarbeiterInnen setzt GLOBAL 2000 alles daran, unsere Welt zum Positiven zu verändern. GLOBAL 2000 ist niemals einfach gegen etwas, sondern setzt sich stets für etwas ein: und zwar für alles Schöne. Schön ist unter anderem eine Welt, in und von der wir sicher leben können. Deshalb engagiert sich GLOBAL 2000 für weniger Müll und einen nachhaltigeren Lebensstil. Weitere Schwerpunkte ihrer Arbeit sind Artenschutz, Pestizidreduktion, Klimaschutz und ein schonender Umgang mit den Ressourcen unseres Planeten. GLOBAL 2000 ist Mitglied von „Friends of the Earth International“ und arbeitet engagiert mit anderen Umweltschutzorganisationen, wissenschaftlichen Instituten, Bürgerinitiativen, und ausgewählten Bereichen der Wirtschaft zusammen.

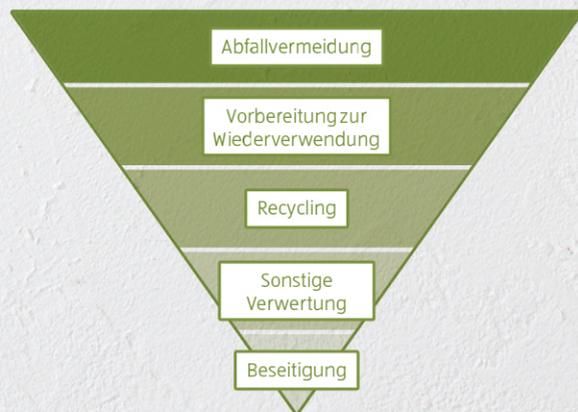
**GLOBAL 2000 – Friends of the Earth Austria ,
Neustiftgasse 36, 1070 Wien, Österreich,
www.global2000.at**

Weniger ist Mehr!

Mittlerweile ist uns allen klar, dass wir es mit unserer Wegwerfgesellschaft zu weit treiben und immer mehr Müll produzieren. Handeln ist also angesagt und zwar möglichst rasch. Jeder einzelne kann einen wertvollen Beitrag leisten. Nehmen wir uns selbst bei der Nase und sagen wir der Verschwendung den Kampf an. Gemeinsam sind wir stark!

DIE ABFALLHIERARCHIE

Ist etwas erst einmal zu Müll geworden, muss es aufwendig entsorgt werden. Es gilt daher die Abfallhierarchie: Vermeidung vor Wiederverwendung vor Recycling vor Beseitigung. Die Abfallvermeidung steht also an oberster Stelle. Mit unseren Tipps und Tricks wollen wir Ihnen Anregungen liefern, wie das gelingen kann.



Die fünf **R** der Müllvermeidung

Rethink = Umdenken

Denken Sie um, was Ihren Lebensstil betrifft. Denken Sie schon beim Kauf darüber nach, ob etwas langlebig und reparierbar ist. Damit vermeiden Sie Berge von Müll.

Refuse = Verweigern

Kaufen Sie nichts, was Sie nicht wirklich brauchen.

Reduce = Reduzieren

Weniger ist oft mehr! Achten Sie beispielsweise darauf keine aufwendig verpackten Produkte zu kaufen oder greifen Sie öfters zu losem Obst und Gemüse.

Reuse = Wiederverwenden

Schenken Sie Dingen ein zweites Leben, indem Sie sie weiterverkaufen oder -schenken.

Recycle = Wiederverwerten

Achten Sie beim Entsorgen auf die richtige Tonne, damit Ihr Abfall recycelt werden kann.



1

Müll trennen, aber richtig!

- Müll, der trotz aller Bemühungen immer noch anfällt, sollte richtig getrennt werden, dann kann er bestmöglich verwertet werden und so dazu beitragen, Ressourcen zu sparen. In Österreich trennt jedes Bundesland anders. Die jeweiligen Abfallverbände informieren Sie darüber im Detail.
- Gewusst wie: Für Bioabfälle, Altpapier und Karton, Altglas, Altmetalle, Kunststoffverpackungen, -flaschen und -hohlkörper, Problemstoffe, Altkleider, Elektroaltgeräte und Verbundkartons gibt es jeweils eigens dafür vorgesehene Entsorgungsmöglichkeiten. Sie gehören nicht in den Restmüll!
- **Das Problem mit den Problemstoffen!**
Genauere Informationen über die Entsorgung von Problemstoffen finden Sie im Abfall-Trenn-ABC des Bundesministeriums für Nachhaltigkeit. Darin ist auch der Unterschied zwischen Problemstoff und was „normaler“ Müll ist genau erklärt:

[bmnt.gv.at/umwelt/abfall-ressourcen/
Abfall-Trenn-ABC.html](http://bmnt.gv.at/umwelt/abfall-ressourcen/Abfall-Trenn-ABC.html)

WIE BIO IST BIOPLASTIK WIRKLICH?

- Der Sammelbegriff Bioplastik bezeichnet Kunststoffe aus nachwachsenden Rohstoffen, aber auch biologisch abbaubare Kunststoffe, die durchaus aus fossilen Rohstoffen hergestellt sein können.
- Bioplastik ist also entweder aus nachwachsenden Rohstoffen oder biologisch abbaubar – oder eben beides.
- Als Konsument ist es daher enorm schwierig den Durchblick zu bewahren. Selbst wenn so genanntes Bioplastik aus nachwachsenden Rohstoffen wie Mais, Zuckerrohr oder Zellulose hergestellt ist, bedeutet das nicht automatisch, dass diese Rohstoffe aus nachhaltigem Anbau stammen. Sogar gentechnisch veränderte Pflanzen dienen als Rohstoff für „Bioplastik“.
- Für uns ist wichtig, dass die Rohstoffe, die für die Herstellung von Bioplastik verwendet werden, nicht in Konkurrenz zu Nahrungsmitteln stehen, sondern Abfallstoffe aus der Lebensmittelindustrie darstellen.

WELCHE VERPACKUNG IST IM HEIMISCHEN GARTEN KOMPOSTIERBAR?

- Die Auszeichnung „biologisch abbaubar“ oder „kompostierbar“ auf einer Verpackung bedeutet nicht unbedingt auch, dass Sie diese im Garten kompostieren können.
- Nur Verpackungen mit dem Siegel „Ok home compost“ können zuhause kompostiert werden.



WARUM ÜBERHAUPT PLASTIK?

- Verpackungen aus Plastik kommen aus verschiedenen Gründen zur Anwendung. So spielen hygienische Gründe, die Verlängerung der Haltbarkeit mancher Produkte, aber auch werbliche Gründe eine Rolle. Leider landen trotz des Verpackungsaufwands nach wie vor viele Lebensmittel im Müll.
- Das überbordende Aufkommen an Plastikverpackungsmüll hat sich in den letzten Jahren leider zu einem großen Problem entwickelt - insbesondere dann, wenn der Müll nicht ordnungsgemäß entsorgt wird und in der Natur landet.
- Europa verbraucht heute über 50 Millionen Tonnen Plastik im Jahr, 40 % davon für Verpackungen, die Großteils nach nur einmaligem Gebrauch entsorgt werden.
- Die Vereinten Nationen beziffern die jährlichen Naturkapitalkosten, die durch Plastik in der Nahrungsmittelindustrie anfallen, mit 15 Milliarden Euro.

Mehr zu Plastik und Umweltauswirkungen finden Sie auf: global2000.at/plastik

Bei den Verpackungen sparen hilft den Müllberg zu reduzieren. Wir von HOFER arbeiten kontinuierlich daran, Verpackungen zu reduzieren und die Recyclingfähigkeit zu erhöhen. Künftig werden wir diese optimierten Produkte mit dem „Verpackungsmission“-Logo kennzeichnen. **ABER AUCH SIE KÖNNEN IHREN BEITRAG LEISTEN.**

1. BEIM EINKAUFEN

NIE OHNE STOFFSACKERL AUSSER HAUS

Mit Ihrem Mehrwegsackerl sind Sie auch für den spontanen Einkauf gerüstet. Nutzen Sie es so oft wie möglich. Damit tun Sie der Umwelt etwas Gutes! Bei HOFER finden Sie ein großzügiges Angebot an günstigen Mehrweg-Tragetaschen.

BRINGEN SIE IHRE 7 ZWETSCHKEN NACH HAUSE

Bevorzugen Sie unverpacktes Obst und Gemüse und bringen Sie es am besten in Mehrweg-Taschen nach Hause.

Wussten Sie, ...

... dass HOFER Kiwis, Avocados, Granatäpfel und Ingwer mit Natural Branding anbietet und damit Verpackungsfolie oder Sticker einspart? Außerdem setzt HOFER bei der Anlieferung von Obst und Gemüse auf Mehrwegkisten – und spart damit pro Jahr über 100 Tonnen Kunststoff und knapp 4.800 Tonnen Karton.

MIT LASER-TATTOOS PLASTIKPICKERL SPAREN!

- Besonders Biolebensmittel werden immer öfter mit Natural Branding versehen. Damit kann etwa Bio-Obst oder -Gemüse von herkömmlichem unterschieden werden.
- Bei HOFER finden Sie immer mehr Obst- und Gemüsesorten mit Natural-Branding.



ZANGE STATT PLASTIKHANDSCHUH

Auch Kleinvieh macht Mist. Greifen Sie an der HOFER BACKBOX zur Zange statt zum Plastikhandschuh.

NACHFÜLLEN STATT NEU KAUFEN

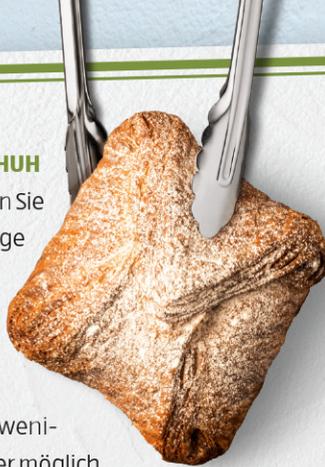
Nachfüllpackungen erzeugen weniger Müll. Nutzen Sie sie, wo immer möglich, etwa bei der OMBIA Flüssige Cremeseife von HOFER. Seifenpumpflaschen können übrigens wiederverwendet werden.

GRÖßER IST NICHT IMMER BESSER

Mit Großpackungen sparen Sie zwar Verpackungsmaterial, wenn Sie dann aber übriggebliebenen Inhalt wegschmeißen, machen Sie die Einsparung wieder zunichte. Kaufen Sie nur, was Sie brauchen und frieren Sie Speisereste ein.

ACHTEN SIE AUFS DATUM

Bis zum so genannten Mindesthaltbarkeitsdatum ist ein Lebensmittel auf jeden Fall haltbar, in der Regel jedoch meist länger. Testen Sie es anhand von Geschmack, Geruch und Konsistenz, bevor Sie Lebensmittel wegwerfen! Achtung beim Verbrauchsdatum („zu verbrauchen bis“) auf leicht verderblichen Nahrungsmitteln wie Fisch oder Fleisch: Dieses sollte NICHT überschritten werden.



2. UNTERWEGS

COFFEE TO GO IM EIGENEN HÄFERL

Nehmen Sie Ihren eigenen Becher mit, wenn Sie unterwegs Kaffee tanken wollen. Demnächst können Sie Ihren Becher übrigens auch an der HOFER CoffeeBox nachfüllen und erhalten so 20 % mehr Inhalt zum gleichen Preis.

Wussten Sie, ...

... dass in Österreich bis zu 400 Millionen Wegwerfbecher pro Jahr nach einmaligem Gebrauch im Müll landen?

GRATISPRÖBCHEN, NEIN DANKE

Verzichten Sie auf Gratisproben von Kosmetika und Putzmitteln. Diese sind oft aufwendig verpackt und damit wahre Müllschleudern.

FÜR DEN DURST ZWISCHENDURCH

Nehmen Sie Ihre Trinkflasche von zuhause mit und sparen Sie damit Plastikflaschen ein. Das geht übrigens auch im Urlaub, wenn Sie sich vor Ort informieren, wo es im jeweiligen Land Trinkbrunnen gibt.

3. ZUHAUSE

SODA UND LIMOS SELBER SPRUDELN

Machen Sie aus Leitungswasser mit einem Wassersprudler erfrischendes Sodawasser zum Beispiel mit dem exklusiv bei HOFER erhältlichen SODASTAR Trinkwassersprudler. Frisch gepresster Obstsaft oder Sirup dazu, fertig ist Ihre selbstgemachte Limo.



GRILLPARTY JA, MÜLL NEIN!

Brutzeln Sie Ihr Grillgut am Grillblech und verwenden Sie Mehrwegteller- und besteck. Übrigens: Bei HOFER sind Einwegprodukte aus Kunststoff mit Ende 2019 Geschichte.

RESTL KÜHLEN IST COOL!

Bei Ihrer Grillparty ist etwas übrig geblieben? Halten Sie eine Kühlbox dafür bereit, dann können Sie die Reste auch am nächsten Tag noch genießen. Das spart Geld und wertvolle Ressourcen.

Wussten Sie, ...

... dass weltweit jedes Jahr 1,3 Milliarden Tonnen Lebensmittel im Müll landen? In Europa sind es übrigens pro Kopf 105 Kilogramm. Rund die Hälfte davon sind Obst und Gemüse. Wenn wir unsere Einkäufe besser planen würden, könnten wir neben wertvollen Ressourcen bis zu 300 Euro pro Kopf und pro Jahr einsparen.

DIE ZÜNDENDE IDEE

Feuern Sie Ihren Griller mit Naturanzündern an. Chemieanzünder enthalten umweltschädliche Chemikalien und sind zusätzlich oftmals in Kunststoff verpackt.

KAPSELN SIE SICH AB!

Bereiten Sie Ihren Kaffee aus losem Kaffee-
pulver oder -bohnen zu. So holen
Sie sich einen umwelt-
freundlichen Energiekick.



DAS ZWEITE LEBEN EINES GURKERLGLASES

Füllen Sie Ihre selbstgemachte Marmelade in ein altes Gurkerlglas, Omas Holunderblüten-sirup in eine Glasflasche von HOFER passierten Bio-Tomaten und die getrockneten Kräuter vom Fensterbrett in kleine Pestogläser.



BATTERIEN ZUM WIEDERAUFLADEN

So genannte Akku-Batterien können im passenden Batterieladegerät vielfach aufgeladen werden. Einweg-Batterien können Sie übrigens in jeder HOFER-Filiale zurückgeben.

GÄRTNERN MIT LIEBE UND HIRN

Ziehen Sie Ihre Jungpflanzen in Joghurtbechern und Klopapierrollen oder in alten Plastik-Pflanzgefäßen vom Vorjahr.

Wie Sie weniger Müll produzieren

1. LEBENSMITTEL

RICHTIG LAGERN VERLÄNGERT DIE HALTBARKEIT

Viele Gemüse- und Obstsorten bleiben viel länger frisch, wenn man sie in ein feuchtes Tuch wickelt und im Kühlschrank aufbewahrt. Brot hält sich hingegen länger in der Brotbox oder in luftdurchlässiger Verpackung.



FAIR-TEILEN MACHT FROH

Essen übriggeblieben oder zuviel eingekauft? Bieten Sie Lebensmittel, die Sie nicht benötigen, auf Foodsharing Plattformen an oder bringen Sie sie in einen Fair-Teiler-Schrank.

Wussten Sie, ...

... dass wir Österreicher jedes Jahr mehr als 150.000 Tonnen angebrochene oder original verpackte, noch genießbare Lebensmittel einfach wegwerfen?

HOFER-PRODUKTE LASSEN DIE HÜLLEN FALLEN

Obst und Gemüse wird oftmals bereits ohne Verpackung angeboten. Aus Gewohnheit packt man dieses trotzdem in einen dünnen Plastikbeutel. Das muss nicht sein! Überlegen Sie zwei mal, ob ein Sackerl wirklich notwendig ist.

2. HAUS & GARTEN

REPARIEREN STATT WEGWERFEN

Lassen Sie Ihre kaputten Elektrogeräte reparieren. Kleine Defekte lassen sich mitunter schnell und kostengünstig beheben und in Repair-Cafes lernen Sie, wie man Reparaturarbeiten selber ausführt.

BORGEN STATT KAUFEN

Borgen Sie sich bestimmte Haushaltsgeräte und Werkzeuge von Nachbarn oder Familienmitgliedern aus oder teilen Sie sie mit ihnen.

SECOND-HAND-GERÄTE: SO GUT WIE NEU

Eigentlich sind sie sogar besser als neue, denn sie schonen wertvolle Ressourcen. Mit dem Kauf eines gebrauchten IT-Geräts verlängern Sie dessen Lebensdauer.

Wussten Sie, ...

... dass die durchschnittliche Nutzungsdauer einer Bohrmaschine über ihre gesamte Lebensdauer hinweg nur 13 Minuten beträgt?

SECOND HAND AUCH BEI MÖBELN

Beim Altwarenhändler und bei sozioökonomischen Betrieben gibt es Möbel im angesagten Vintage-Stil.

SELBST GEMACHTE GARTENERDE

Wenn Sie einen Garten haben, dann legen Sie für Grasschnitt, Laub- und Küchenabfall einen eigenen Komposthaufen an. So stellen Sie humusreiche Erde her und sparen gleichzeitig Verpackung.

DA GEHT IHNEN EIN LICHT AUF

Notieren Sie sich zu Hause, welche Leuchtmittel Sie in Ihrer Wohnung verwenden und ersetzen Sie diese gezielt. Bei der Vielzahl an Produkten erwischt man schnell ein falsches und es muss womöglich noch verpackt im Müll entsorgt werden.

WENN DER MÜLL ZUM MÜLLSACK WIRD

Funktionieren Sie Plastikverpackungen zum Müllsack um. Toilettenpapierverpackungen etwa sind groß genug für viele Mülleimer.



3. KÖRPERPFLEGE & SCHÖNHEIT

FEUCHTTÜCHER ADE

Feuchttücher beinhalten neben Duftstoffen und Konservierungsmitteln meist auch Plastikfasern. Unterwegs sind diese sehr praktisch, zu Hause reicht oftmals auch ein nasser Waschlappen.

NATÜRLICHE TAGE

Sparen Sie sich doch in Plastik verpackte Tampons und Slipeinlagen und probieren Sie waschbare Stoffeinlagen oder wiederverwendbare Menstruationstassen aus.

Wussten Sie, ...

... dass der Plastikanteil bei Tampons bis zu 6 % beträgt? Binden bestehen sogar bis zu 90 % aus Kunststoff. In westlichen Ländern benutzt eine Frau in zehn Jahren durchschnittlich 3.250 Tampons und Binden.

RASIERER: WEG MIT EINWEG

Sie gehen mit der Zeit ins Geld und produzieren Unmengen an Müll. Greifen Sie lieber auf Rasierer mit auswechselbarer Klinge oder auf elektrische Rasierer zurück.

ZAPFEN SIE ERFAHRUNGSSCHÄTZE AN

Sprechen Sie mit älteren Menschen über ihre Erfahrungen und sammeln Sie wertvolle Tipps zu Abfallvermeidung, Recycling und Wiederverwendung. So wurden einst sogar Nylonstrümpfe immer gestopft. Heute stoppen Sie Laufmaschen in Ihren Feinstrumpfhosen übrigens am besten mit einem Tropfen Nagellack.

IM KLEIDERTAUSCHRAUSCH

Kleidertauschpartys sind eine gute und gesellige Alternative, um an neue Kleidung zu kommen und ungetragene Stücke aus dem Kleiderschrank an den Mann oder die Frau zu bringen. Bei GLOBAL 2000 gibt es zwei Mal im Jahr die Gelegenheit dazu.



Wussten Sie, ...

... dass in der EU jedes Jahr 75.000 Tonnen Textilien im Restmüll landen? Überschüssige Textilien, die etwa aufgrund einer beschädigten Verpackung nicht mehr verkauft werden können, spendet HOFER übrigens an die Caritas.



Werden Sie aktiv

ORGANISIEREN SIE IHRE EIGENE KLEIDERTAUSCHPARTY

- Verwandeln Sie Ihr Wohnzimmer in ein Geschäft: Laden Sie dazu Freunde, Verwandte und Nachbarn ein. Jeder soll 5-10 Kleidungsstücke, Schuhe oder Accessoires mitbringen, die nicht mehr passen oder gefallen. Arrangieren Sie das Mitgebrachte auf Kleiderstangen, Tischen oder Stühlen. Ihr Schlaf- oder Vorzimmer dient als Umkleieraum und hat am besten einen großen Spiegel.
- Sie können auch Tauschregeln festlegen, etwa „Nimm so viele Stücke mit nachhause, wie du gebracht hast“, oder legen Sie eine Maximalanzahl fest.
- Mit Kuchen, Snacks, Getränken und Musik kommt so richtig Partystimmung auf. Wenn alle da sind, geht's los. Übriggebliebene Kleidung können Sie dann an Vereine und soziale Einrichtungen spenden.

DRUCKEN SIE KEINE G'SCHICHTLN

Soll heißen, drucken Sie wirklich nur das aus, was Sie tatsächlich in Papierform brauchen und ablegen müssen. Drucken Sie zweiseitig und verwenden Sie Fehldrucke als Schmierpapier. Und vor allem überzeugen Sie Ihre ArbeitskollegInnen vom papierminimierten Büro.

VERPACKT NOCHMAL

Lassen Sie beim Verpacken Ihre Fantasie spielen. Packen Sie Geschenke in mehrmals gebrauchtes „Knitter-Geschenkpapier“ oder in Zeitungspapier und verzieren Sie Ihre Päckchen mit unterschiedlichsten Naturmaterialien.

UPCYCELN MACHT SPASS

Upcyclen, also aus Abfallprodukten neue herstellen, löst das Müllproblem zwar nicht grundlegend, aber macht richtig Spaß. Ihrer Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt.

Werden Sie aktiv

UPCYCLING: LASSEN SIE IHRER FANTASIE FREIEN LAUF

- Upcycling ist unglaublich vielfältig: Aus alten Tischtennisbällen kann beispielsweise eine Lampe entstehen, aus Dosen werden Ohrhänge, Audiokassetten werden zu Notizbüchlein, alte Waschmaschinenbullaugen zu Obstschüsseln, Ski zu Sitzmöbeln. Der Fantasie und Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt.
- Durch Upcycling retten Sie Müll vor der Tonne und schonen Ressourcen.

Anleitungen und Ideen dazu finden Sie unter global2000.at/do-it-yourself

4. ARBEIT & FREIZEIT

SPIELSACHEN AUS HOLZ

Schenken Sie Ihren Sprösslingen Spielsachen aus Holz. Diese sind in der Herstellung meist umweltfreundlicher und zudem robuster und langlebiger als Plastikspielzeug.



SPAREN MACHT SCHULE

Auch beim Schulbedarf können Sie Abfall vermeiden. Fragen Sie Ihre Kinder vor dem Einkauf, was sie genau brauchen. Nicht ausgeschriebene Hefte können übrigens noch zum Üben verwendet werden.





**Vermeiden.
Wiederverwenden.
Recyclen.**

Da bin ich mir sicher.



IMPRESSUM: Herausgeber und Medieninhaber: HOFER KG, Hofer Straße 1, 4642 Sattledt. **Redaktion/Projektleitung:** HOFER KG, Lunik2 Marketing Services GmbH. **Grafik und Layout:** Lunik2 Marketing Services GmbH, Peter-Behrens-Platz 9, 4020 Linz. **Fotos:** ms. foto.group; stock.adobe.com: © Chinnapong, © Mopic, © ink drop, © Sergii Figurryi, © blackday, © New Africa, © alenaohneve, © juefraphoto, © Aycatcher, © kengmerry,

© alekseyliss, © Momentum. **Quellen:** Global2000.at, Bundesministerium für Nachhaltigkeit und Tourismus. **Druckerei:** BTS Druckkompetenz GmbH, Holthausstraße 2, 4209 Engerwitzdorf/Linz. Technische und optische Änderungen sowie Satz- und Druckfehler vorbehalten.



projekt2020.at