
Den Sommer genießen und die Umwelt schonen

26.07.2018, 10:59 | Energie & Umwelt

Pressemitteilung von: *VERBRAUCHER INITIATIVE e. V.*



Die VERBRAUCHER INITIATIVE mit fünf Tipps zum bewussten Konsum

Berlin, 26. Juli 2018. Es ist warm, die Ferienzeit hat begonnen und die Sonne lacht vom Himmel. Wie schön, die Füße ins Wasser zu halten und die Seele baumeln zu lassen. Und nebenbei noch etwas für die Umwelt zu tun. Die VERBRAUCHER INITIATIVE sagt, wie das ganz ohne Anstrengung geht.

Nachts cool bleiben: Verzichten Sie möglichst auf Klimageräte, da sie viel Energie verbrauchen. Lassen Sie tagsüber Fenster und Vorhänge geschlossen, damit sich das Zimmer nicht aufheizt. Lüften am frühen Morgen und abends vor dem Schlafengehen reicht aus. Ein Laken oder ein leerer Bettbezug aus Baumwolle geben die fürs Schlafen nötige Geborgenheit.

Nachhaltig erfrischt: Löschen Sie Ihren Durst mit Leitungswasser. Es ist in guter Qualität ohne Verpackung zu haben und obendrein kostengünstig. Zitronenschalen und -saft bringen Aroma hinein. Abgekühlte Früchte- und Kräutertees sorgen für geschmackliche Abwechslung. Wenn Sie es lieber prickelnd mögen, verwenden Sie einen Trinkwassersprudler oder

kaufen Sie Mineralwasser in Mehrwegflaschen aus der Region.

Luftig gewandet: Baumwolle und Leinen sind bei sommerlichen Temperaturen sehr angenehm zu tragen. In Second-Hand-Läden finden Sie besondere Schnäppchen, die neben den Ressourcen auch Ihr Portemonnaie schonen. Soll es etwas Neues sein, orientieren Sie sich beim Kauf an Siegeln für umwelt- und sozialverträglich produzierte Kleidung wie „GOTS“, „LamuLamu“ oder „Naturtextil IVN zertifiziert BEST“.

Sauber ohne Plastik: Duschgels, Shampoos, Peelings und andere Naturkosmetik-Produkte kommen ohne Mikroplastik aus. Sie sind an Siegeln wie „BDIH“, „Natrue“, „Naturland“, „Demeter“ oder „Ecocert“ zu erkennen.

Entspannt ankommen: Steigen Sie für Ausflüge zum Badensee oder an die Küste in öffentliche Verkehrsmittel. Nutzen Sie die Fahrzeit zum Lesen oder für ein Nickerchen. Noch umweltfreundlicher und gleichzeitig gut für die Gesundheit ist es, wenn Sie sich aufs Fahrrad schwingen. Die Bewegung hilft, Stress abzubauen, stärkt Herz und Kreislauf. Genießen Sie die Natur und den kühlen Fahrtwind beim Radeln durch Wälder und Wiesen.

Was Sie noch tun können, um Klima und Ressourcen zu schützen, beschreibt die VERBRAUCHER INITIATIVE in ihrer Broschüre „Nachhaltig leben – 145 Tipps für den Alltag“. Das 24-seitige Themenheft kann für 2,00 Euro (zzgl. Versand) unter www.verbraucher.com bestellt oder heruntergeladen werden. Informationen zu Labels für nachhaltige Produkte gibt es unter www.label-online.de.

Portrait

Die VERBRAUCHER INITIATIVE e.V. ist der 1985 gegründete Bundesverband kritischer Verbraucherinnen und Verbraucher. Schwerpunkt ist die ökologische, gesundheitliche und soziale Verbraucherarbeit. Der eingetragene, als gemeinnützig anerkannte Verein finanziert sich überwiegend aus den Beiträgen von rund 7.000 Einzelmitgliedern und 176 Organisationen sowie durch zahlreiche Einzelspenden.

Die VERBRAUCHER INITIATIVE e.V. betreibt außerdem acht Internetseiten, u.a. zu Zusatzstoffen oder Gütezeichen, die über www.verbraucher.org erreicht werden können.

News-ID: 1012607 • Views: 679 (Stand: 12.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1012607/Den-Sommer-geniessen-und-die-Umwelt-schonen.html>