

[illegible]

TEIL 4: ANHANG

Drogist*innen

Zero Waste Körperpflege



WAS IST ZERO WASTE?

Ein Leben ohne Mülleimer? Täglich produzieren wir so viel Müll, dass ein Leben ohne Mülleimer kaum vorzustellen ist. Wenn man bereit dazu ist, zeigt die Zero Waste Bewegung aber, dass ein Leben ohne bzw. mit weniger Müll machbar ist. In einfachen Worten bedeutet Zero Waste völlige Müllvermeidung, also *Null Müll*. Sei es der Verzicht auf den Strohalm im Smoothie oder der eigene Kaffeebecher an Stelle des To-Go-Bechers. Müll, der nicht vermieden werden kann, wird wiederverwertet, recycelt oder kompostiert. Vor allem wird er so gering wie möglich gehalten. Auch in der Körperpflege lässt sich mit verschiedenen Alternativen Müll vermeiden, die auf den nächsten Seiten dargestellt werden.



www.utopia.de

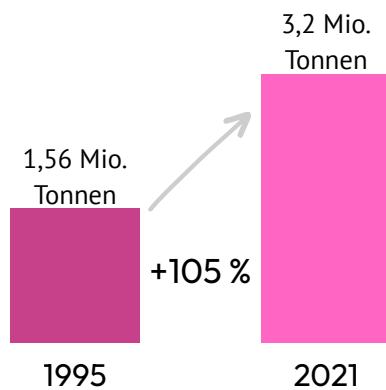
KLIMAAUSBILDUNG
Ein Projekt der BUNDjugend

Zero Waste Körperpflege

WAS HAT ZERO WASTE KÖRPERPFLEGE MIT DEM KLIMAWANDEL ZU TUN?

Die Produkte, die wir für unsere Körperpflege benötigen, sind oft in Plastikverpackungen und Behältern, die wir entsorgen müssen. Bei der Herstellung dieser Verpackungen, die meistens aus Erdöl bestehen, wird viel CO₂ ausgestoßen. Wenn diese einmal aufgebraucht sind, müssen sie entsorgt werden. Bisher werden nur etwa 60 % der entsorgten Kunststoffverpackungen recycelt, die restlichen knapp 40 % werden verbrannt (Stand 2020, NABU).

Verpackungsabfälle aus Kunststoff (Deutschland)



NABU 2022; Quellen: Conversio (2022), GVM/UBA (2022)



Je nach Hygieneroutine variiert die Anzahl unserer Produkte. Wenn es um das Klima geht, ist vor allem klar: je weniger Müll wir verursachen, desto besser. Mittlerweile gibt es viele Alternativen, die uns bei der Müllvermeidung helfen können. Es lohnt sich, hin und wieder etwas Neues für sich auszuprobieren. Vielleicht stellst du sogar fest, dass das Deo aus der Eigenherstellung genau das erfüllt, was du dir wünschst.

In der Zero Waste Bewegung ist die Rede vom 5-R-Prinzip:

- **Refuse – Lehne ab, was du nicht benötigst**
- **Reduce – Reduziere, was du verwendest**
- **Reuse – Was geht, wird wiederverwendet**
- **Recycle – Was du nicht ablehnen kannst, wird recycelt**
- **Rot – Kompostiere, wann immer es geht**



www.nabu.de

KLIMAAUSBILDUNG

Ein Projekt der *BUNDjugend*

Zero Waste Körperpflege

BEISPIEL: KOSMETIK

Umweltfreundliche Kosmetik bedeutet:

- ohne Mikroplastik
- ohne andere umweltbelastende Inhaltsstoffe, die nur schwer abbaubar sind
- eine Verpackung, die wiederverwendbar oder kompostierbar ist

Die Stoffe, die wir uns auf die Haut auftragen, gelangen beim Duschen oder Abschminken ins Abwasser. Sie können durch die Kläranlagen nur bedingt herausgelöst werden. Herkömmliche Kosmetik kann einen Kunststoffgehalt von 1 bis 90 % beinhalten. Das bedeutet, dass wir teilweise unsere Haut mit reinem Kunststoff versiegeln. Laut einer Studie gelangen mehr als 48.000 Tonnen (48.000.000 kg) Mikroplastik und gelöste Kunststoffe aus Kosmetika und Putzmitteln pro Jahr allein in Deutschland ins Abwasser.

Beim Kosmetikkauf ist es wichtig auf das Kleingedruckte zu achten. Auch das Material der Verpackung spielt eine Rolle. Um Mikroplastik und Kunststoffe in deiner Kosmetik zu vermeiden, kannst du z. B. Apps wie den „Toxfox“ oder „Codecheck“ nutzen. Damit scannst du den Barcode deines Produkts und erhältst sofort alle relevanten Informationen zu den Inhaltsstoffen.



www.bund-naturschutz.de

IST KOSMETIK IM GLAS NACHHALTIGER?



Für die Herstellung von Glas werden Energie und Ressourcen benötigt und auch der Transport von Glas braucht mehr Treibstoff als etwa für Plastikflaschen. Doch die Wiederverwendbarkeit ist ein kaum zu schlagendes Argument, um sich für Glas zu entscheiden. Wenn es richtig entsorgt wird, kann ein Großteil des Materials im Kreislauf bleiben, indem es eingeschmolzen und zu neuen Glasbehältern geformt wird. Recyceltes Glas benötigt weniger Herstellungsenergie als neues Glas. Außerdem können ausgediente Glasbehälter von Aufstrichen, Marmeladen und Co. super im Alltag verwendet werden.



www.nabu.de

Lippenpflege

A top-down view of various natural ingredients and tools for making lip balm, arranged on a light-colored wooden surface. On the left is a large bunch of dried lavender flowers. Next to it is a small wooden spoon holding a dollop of pinkish-red powder. In the center are two clear plastic lip balm tubes, one containing a light orange balm and the other a light yellow balm. To the right of the tubes are two small white ceramic bowls: one containing a thick, white, solid substance (likely coconut oil) and the other containing several yellow, waxy, honeycomb-shaped pieces (likely beeswax). Above the tubes is a small white bowl containing a light orange liquid (likely essential oil). In the top right corner is a small white bottle with a white cap. The background is a plain, light-colored wall.

- 10 g Mandel-, Kokos-, Oliven- oder Jojobaöl
- 10 g Beerenwachs
- 10 g Sheabutter
- 1-2 Tropfen ätherisches Öl in Bioqualität, z. B. Lavendel

A collection of four kitchen items: a silver pot with a lid and handle, a silver bowl, a silver spatula, and a glass jar with a metal lid.

- ## Anleitung

- 
- www.smarticular.net



Zero Waste Körperpflege

BEISPIEL: SELBSTGEMACHTE ABSCHMINKPADS AUS STOFF

Wattepads landen meist nach einem Mal benutzen im Müll. Und sie sind in Plastik verpackt.

Eine gute Alternative sind Abschminkpads aus Stoff. Diese kannst du aus Stoffresten ganz einfach selbst nähen.

Abschminkpads aus Stoff nähen

Das brauchst du dafür:

- Stoffreste: ein grober Stoff (z. B. alte Handtücher aus Frottee) und ein feiner Stoff (z. B. ein altes T-Shirt aus Baumwolle)
- Papier, Schere & Stift
- Stecknadeln
- Nähmaschine oder Nadel und Faden



Zero Waste Körperpflege

BEISPIEL: KAFFEESATZ-PEELING

Du kannst Kaffeesatz (also das, was nach dem Kaffeekochen übrig bleibt) sehr gut als Hautpeeling nutzen.

Das Koffein im Kaffeesatz soll die Durchblutung der Haut anregen. Auf jeden Fall ist Kaffeesatz schön körnig und kann daher gut als Peeling genutzt werden.

So kannst du das Kaffeesatz-Peeling herstellen und anwenden:

Kaffeesatz-Peeling mit Olivenöl

Zutaten:

- 4 Esslöffel Kaffeesatz
- 2 Teelöffel Olivenöl
- 2 Teelöffel Salz

Herstellung und Anwendung:

1. Vermische den Kaffeesatz, das Olivenöl und das Salz in einem Gläschen oder in einer Schüssel miteinander.
2. Trage die Mischung in kreisenden Bewegungen auf. Du kannst sie für dein Gesicht oder deinen Körper nutzen.
3. Lasse die Mischung ein paar Minuten einwirken und spüle sie dann mit lauwarmem Wasser ab.



Zero Waste Körperpflege

BEISPIEL: RASIERHOBEL

Statt immer neue Plastikrasierer oder immer neue Plastikrasierklingen zu kaufen, kannst du auch einen Rasierhobel nutzen.

Ein Rasierhobel besteht aus Metall und ist praktisch für immer haltbar. Du kannst ihn mit einfachen Rasierklingen benutzen. Auf Dauer ist das viel günstiger.

Hier machen wir einen Vergleich. Wir nehmen einen Zeitraum von sechzig Jahren an (so ziemlich ein ganzes Leben ohne Kindheit und hohes Alter), in denen eine Person ihre Rasierklinge alle zwei Wochen wechselt. Sie braucht insgesamt 1.680 Klingen in den sechzig Jahren. Und das ist das Ergebnis:



6 Systemrasierer
Stück 7 Euro

+

1.674 Klingen für
Systemrasierer
Stück 2,50 Euro

4.227 Euro

Viel Plastik



1.680 Einweg-
rasierer
Stück 0,30 Euro

504 Euro

Sehr viel Plastik



1 Rasierhobel
Stück 20 Euro

+

1.680 Klingen für
den Rasierhobel
Stück 0,10 Euro

188 Euro

Kein Plastik

Zero Waste Körperpflege

VORLAGE FÜR KLEINGRUPPENARBEIT



Was bedeutet Zero Waste?



Zeichnung, wie Zero Waste Produkte aussehen könnten:



Was können Vorteile von Zero Waste Produkten sein?



Was können Nachteile von Zero Waste Produkten sein?



Was haben Zero Waste Produkte mit dem Klima zu tun?



Stellt euch vor, ihr würdet gerne etwas verschenken. Käme ein selbstgemachtes Zero Waste Produkt in Frage für euch? Welches?



Was sagt ihr: Lassen sich Zero Waste Körperpflegeprodukte leicht in den Alltag integrieren? Wenn ja, warum? Wenn nein, warum nicht?

Hinweis: Alle verwendeten Abbildungen und Illustrationen in dieser Infokarte, die nicht anders gekennzeichnet sind, stammen von Canva.