

TIPP 2 – GROSS STATT KLEIN

Auch wenn fertig geschnittenes Obst, mundgerechte Gemüsesticks oder verzehrfertiger Salat eine Zeitersparnis verspricht – all diese Convenience-Produkte hinterlassen riesige Mengen Müll. Wählen Sie ganzes Obst und Gemüse – direkt unter der Schale stecken schließlich die meisten Vitamine. Außerdem können Sie fast alle Schalen pürieren und Ihrem Hund mit seiner Mahlzeit kredenzen. Einige Online-Shops – z. B. [bioaufvorrat.de](https://www.bioaufvorrat.de) oder [dirksbiokiste.de](https://www.dirksbiokiste.de) – bieten viele Produkte im Großgebinde an, ob Nudeln, Haferflocken oder Agavensirup. Das spart Geld und Verpackung.



Plastikfrei
Mehrwegbehälter
machen das Einkaufen
umweltfreundlicher

TIPP 3 – UNVERPACKT-LÄDEN

Nicht nur in den deutschen Metropolen, auch in kleineren Städten gibt es Unverpackt-Läden, zurzeit etwa 260 bundesweit. Wem der Weg zum



Saubere Sache
Hundeseife statt
Shampoo in Plastik
spart Verpackung
& ungesunde Zutaten

nächsten Mekka für Zero-Waste-Fans zu weit ist, kann unverpackte Waren online bestellen, z. B. auf [original-unverpackt.de](https://www.original-unverpackt.de), [tante-olga.de](https://www.tante-olga.de) oder [unverpacktundlose.de](https://www.unverpacktundlose.de). Produkte werden dort in Pfandgläsern, Vorratsverpackung und Nachfüllpacks oder aber in Papier verpackt angeboten. Sie finden dort übrigens nicht nur Lebensmittel, sondern auch Drogerie-Artikel, Lifestyleprodukte und vereinzelt auch Tierbedarf.

TIPP 4 – WOCHENMÄRKTE

Wochenmärkte bieten regionale Produkte und tolle Atmosphäre, aber auch die Möglichkeit, frische Waren in loser Form und gewünschter Menge einzukaufen. Mit etwas Disziplin können Sie Ihre Einkäufe auf die Wochentage legen, an denen der Markt angeboten wird. Oft ist das ein Samstag, an vielen Orten finden Regionalmärkte aber auch unter der Woche statt. Auch in diesem Segment gibt es Online-Angebote, wie etwa [mein-regionalmarkt.de](https://www.mein-regionalmarkt.de) oder [wochenmarkt-deutschland.de](https://www.wochenmarkt-deutschland.de).

TIPP 5 – GEMÜSEKISTEN

Fans von frischem Obst und Gemüse, das ganz ohne Plastik auskommt, sollten mal die Bio-Kisten ausprobieren. Ob für Single oder Familie, zum Kochen oder Knabbern, regional oder krumm – das Boxen-Angebot wächst unaufhörlich! Sie wählen die Menge, das Intervall und den Inhalt und bekommen die gewünschte Kiste nach Hause geliefert. Manchmal – wie bei [etepete.de](https://www.etepete.de) – bleibt der Inhalt eine Überraschung. Das erweitert aber die eigenen kulinarischen Horizonte und macht jede Lieferung zu einem kleinen Event. Und für das Haustier ist jedes Mal auch etwas dabei! ❤️

Ergebnis des DUH-Verpackungschecks

In den vier Kategorien Obst und Gemüse, Getränke, Milch und Joghurt sowie Selbstbedienungs- und Frischetheke wurden folgende Karten vergeben:



Grüne Karte für Denns Bio, ALNATURA, BIO COMPANY

Auf dem richtigen Weg. Diese Unternehmen schöpfen in den getesteten Filialen Möglichkeiten zu Abfallvermeidung und Mehrweg weitestgehend aus.



Gelbe Karte für EDEKA, REWE

Da geht noch was. Diese Unternehmen schöpfen in den getesteten Filialen Möglichkeiten zu Abfallvermeidung und Mehrweg nur in Teilen aus.



Rote Karte für Kaufland, NORMA, Netto, LIDL, PENNY, ALDI

Zu viel Einweg-Müll. Diese Unternehmen setzen in den getesteten Filialen viel zu stark auf Einwegverpackungen und lassen Möglichkeiten zu Abfallvermeidung und Mehrweg vielfach ungenutzt.

©DUH 2023; Methodik: nicht-repräsentative Stichprobe in 48 Märkten

In der nächsten Ausgabe: Mikroplastik – wie Sie der Verschmutzung der Umwelt durch Plastik entgegenhalten können

April 2024 / Ein Herz für Tiere 63