

# WELT DER *Frauen*

DAS ABENTEUER UNSERES LEBENS

Thema kompakt  
Die neue  
Lust am Wieder-  
verwerten



## So cool, so gläubig

Julia Schnizlein, Katharina Brandstetter und Mira Ungewitter wirken aus der Zeit gefallen und sind doch Vorreiterinnen: junge Frauen in ihren Kirchen.

Wohin mit der Schuld?  
Eine Therapeutin  
weiß Rat

Frei und fünfzig:  
Wie Frauen die  
Lebensmitte nutzen

Sex trotz Handicap:  
Besondere Paare  
erzählen

Eine Tirolerin in der  
Toskana: Barbara  
Schwennigers Weg



# Zu gut zum Wegwerfen

Brauchen wir wirklich so viel Zeug? Immer mehr Menschen haben Lust auf einen reduzierten Lebensstil und schützen damit die Umwelt.

TEXT: **Eva Reithofer-Haidacher**  
ILLUSTRATIONEN: **Katja Seifert**

**D**er sogenannte „Welterschöpfungstag“ war heuer so früh wie noch nie: Bereits im April hatte die österreichische Bevölkerung jene Ressourcen verbraucht, die die Erde in einem Jahr erzeugen kann. Wir bräuchten also drei Planeten zum Überleben, wenn die gesamte Menschheit unseren Lebensstil teilen würde. Tut sie ja nicht, könnte man sagen. Doch seit der Klimakollaps bedrohlich näher rückt, findet ein Umdenken statt, und viele fragen sich: „Ist es ein gutes Leben, immer mehr zu arbeiten, um immer mehr konsumieren zu können?“ „Man kann sehr viel bewirken, indem man sich auf das Wesentliche konzentriert und nur das kauft, was man tatsächlich braucht“, sagt Lena Steger von der Umweltschutzorganisation Global 2000. Als Ressourcen-Campaignerin beschäftigt sie sich mit dem Lebensstil und dessen Auswirkungen auf Mensch und Umwelt weltweit. „Jedes Produkt, das nicht produziert werden muss, ist ein Beitrag zum Umwelt- und Klimaschutz“, sagt sie. In Österreich gibt es bereits zahlreiche Initiativen und Einzelpersonen, die der Verschwendung Paroli bieten.

## LEBENSMITTEL

In Wien werde jeden Tag so viel Brot entsorgt, wie Graz verbraucht – als der Filmemacher Erich Wagenhofer das und viel Skandalöses mehr über die Produktion von und den Umgang mit Nahrungsmitteln in seiner Dokumentation „We Feed the World“ aufdeckte, waren die ZuseherInnen empört. Heute, 15 Jahre später, hat sich nicht viel geändert: Jährlich landet in Österreich eine Million Tonnen Lebensmittel im Müll, rund die Hälfte davon stammt aus Haushalten. „Allein die Lebensmittelverschwendung ist verantwortlich für acht Prozent der Treibhausgasemissionen weltweit“, weiß Lena Steger. Ein Drittel der produzierten Nahrung landet weltweit im Müll, wofür EinzelhändlerInnen und KonsumentInnen in den reichen Ländern des Nordens die Hauptverantwortung tragen.

Diese Nachlässigkeit hat massive Auswirkungen auf die Umwelt, denn die Lebensmittelproduktion braucht ungeheure

Ressourcen. „Die Hälfte des bewohnbaren Landes wird für Landwirtschaft genutzt“, erklärt Lena Steger. Pestizide und Kunstdünger verseuchen die Böden. Für die Viehhaltung und den Anbau von Futtermitteln werden enorme Flächen in Beschlag genommen. Und der größte Teil der Treibhausgasemissionen in der Lebensmittelproduktion – verantwortlich für mehr als ein Viertel des CO<sub>2</sub>-Ausstoßes insgesamt – sind der Viehhaltung und der Fischerei zuzuschreiben. Die 60 Kilo Fleisch, die in Österreich pro Kopf und Jahr verzehrt werden, sind also definitiv zu viel.

### PFLANZEN ESSEN

„Nahrungsmittel stehen im Mittelpunkt der Bemühungen, den Klimawandel zu bekämpfen, gegen Wasserknappheit vorzugehen und die Umweltverschmutzung zu reduzieren“, erklärt Steger. Land müsse wieder mit Wäldern bepflanzt oder in Grasland umgewandelt werden, um die Tierwelt zu schützen, denn von den 28.000 Wildtierarten, die vor dem Aussterben stehen, sind ganze 24.000 >>



## Lebensmittel-Initiativen



### Fair-Teiler

Die Idee ist einfach: Privatpersonen stellen ihr übrig gebliebenes Essen in öffentlich zugängliche Kästen oder Kühlschränke, und wer mag, kann sich daraus bedienen. Rund 20 solcher „Fair-Teiler“ gibt es derzeit in der Steiermark. Außer Alkohol und rohem Fleisch sind alle genießbaren Lebensmittel, gekocht oder roh, willkommen. Eine Liste der Standorte findet sich auf „nachhaltig-in-graz.at“. [www.foodsharing.at](http://www.foodsharing.at)



### Together

Seit mehr als sechs Jahren ist der Verein „Together“ in Kärnten tätig, um einen Gegenpol zur Wegwerfgesellschaft zu schaffen. Das Retten und Teilen von Lebensmitteln, „Food-sharing“, ist eines der Hauptprojekte. Aber auch alle anderen Konsumgüter werden gesammelt und weitergegeben. In den „Together Points“ kann jeder holen, was er braucht, und abgeben, was er nicht mehr braucht. [www.act2gether.at](http://www.act2gether.at)



### Too Good To Go

20 Millionen gerettete Mahlzeiten – damit kann die Gratis-App „Too Good To Go“ aufwarten. Das Prinzip ist einfach: Restaurants und Geschäfte geben gegen Ladenschluss übrig gebliebene Lebensmittel in ein „Überraschungssackerl“, das zu etwa einem Drittel des Warenwertes an Selbstaholer abgegeben wird. Auch in Österreich existieren bereits zahlreiche Partnerbetriebe. [www.toogoodto.go.at](http://www.toogoodto.go.at)

## „Die Wirtschaft muss nicht immer mehr wachsen“

Die Produktion unserer Konsumgüter löst weltweit menschliches Leid aus. Ulrich Brand, Universitätsprofessor für Internationale Politik an der Universität Wien, fordert einen Blick über den Tellerrand.

### Was richtet unser unersättlicher Lebensstil weltweit an?

Ulrich Brand: Die Menschen in den wohlhabenden Ländern greifen in ihrem Alltag meist ganz selbstverständlich auf Güter zurück, die andernorts oft unter sozial und ökologisch schlechten Bedingungen produziert werden. Denken wir an Kleidung, wofür die Näherinnen in Bangladesch weniger als zwei Euro am Tag bekommen. Oder Palmöl, das in großen Plantagen angebaut wird, wofür oft Menschen vertrieben werden. Die Menschen hierzulande konsumieren nicht, weil sie anderen Menschen schaden wollen, sondern sie tun es aus Ignoranz oder Gewohnheit, weil die Produkte billig sind oder sie uns von der Werbung angepriesen werden. Ich bezeichne das als „imperiale Lebensweise“, also das Ausgreifen nach woanders, das oft Schaden anrichtet.

### Haben Sie eine Prognose? Wird es nach der Coronakrise ein Umdenken geben oder wird alles nur noch schlimmer?

Ich würde mir sehr wünschen, dass nach solch einer tiefen Krise, die viele Menschen nicht nur gesundheitlich getroffen hat, sondern vor allem in ihrer Existenz, es vielen einfach lächerlich erscheinen wird, ein großes Auto zu kaufen. Dass die Wirtschaft nicht immer nur mehr wachsen muss. Dazu können wir alle einen Beitrag leisten. Aber es gibt eben auch andere Interessen, machen wir uns nichts vor.

### Führen Sie persönlich ein verschwendungsfreies Leben?

Ich bemühe mich sehr darum. Ich habe noch nie ein Auto oder Handy besessen, in den Urlaub fliege ich generell nicht. Nach wie vor unterstütze ich bei meinen Einkäufen kleine Läden, kaufe nicht online ein. Allerdings ist von Mensch zu Mensch verschieden, was unter Verschwendung verstanden wird. Ich lege überhaupt keinen Wert auf schicke Kleidung. Andere Menschen geben dafür viel Geld aus – es muss also ein Stück weit jede und jeder für sich einen Maßstab finden. Wichtig finde ich, dass die Politik Rahmenbedingungen setzt und die Produkte mit hohen ökologischen und sozialen Standards produziert werden. Oder dass sie auch einmal den Mut hat, etwas zu verbieten, wie zum Beispiel Kurzstreckenflüge.



Ulrich Brand ist Autor des Buches „Imperiale Lebensweise“ (Oekom Verlag, 15,40 Euro), das sich mit den Wirkungen des globalen Kapitalismus beschäftigt.

>> durch die Landwirtschaft und die Aquakultur bedroht. Was KonsumentInnen tun können? Mehr pflanzliche Produkte, bio, regional und saisonal einkaufen, der Wegwerfmentalität im eigenen Haushalt entgegenzutreten. Ein neues Bewusstsein wächst bereits: Biokistln aus der Region finden immer mehr AbnehmerInnen, Lebensmittelkooperativen entstehen, in verpackungsfreien Läden wird nach Dekagramm verkauft, Obstbäume werden der Öffentlichkeit zum Ernten überlassen und das rechtlich umstrittene „Dumpstern“, die Entnahme von Lebensmitteln aus Abfallcontainern von Supermärkten, gibt einen Abenteuerkick nebst Gratisessen.

## KLEIDUNG

„Besitz belastet“, sagt ein altes Sprichwort. So gesehen führen all jene, die einen überfüllten Kleiderschrank haben, ein besonders stressiges Leben. Und davon gibt es genug: Wer in Österreich lebt, besitzt im Durchschnitt 156 Kleidungsstücke, kauft jedes Jahr 60 Stück neu und entsorgt 35. „Jährlich fallen in Österreich mehr als 115.000 Tonnen Alttextilien an, von denen 70.000 im Restmüll landen“, erklärt Lena Steger. Grund für den steigenden Klamottenkonsum seien die immer weiter sinkenden Preise und die Schnelligkeit, mit der neue Kollektionen auf den Markt kommen.

Wer bei H&M, Primark und Zara auf Schnäppchenjagd geht und so kurzfristigen Einkaufsgenuss verspürt, denkt selten an jene, die die Billigware produzieren: meist Frauen in Bangladesch, China, Indien oder anderen Schwellenländern. Sie arbeiten für geringe Löhne unter schwierigsten Bedingungen und tragen auch die Last der Umweltschäden. „Die Produktion der Rohmaterialien, das Spinnen, Weben und Färben, erfordert enorme Mengen an Wasser, Chemikalien und Pestiziden, die für den Anbau von Rohstoffen wie Baumwolle gebraucht werden“, so Steger.

### SCHENKEN TUT GUT

Und wenn wir nur mehr halb so viel Kleidung kaufen würden? Global 2000 hat recherchiert, dass wir dann pro Jahr 1,85 Millionen Tonnen CO<sub>2</sub>-Emissionen einsparen würden. Auch bei der Kleidung gilt



also: Weniger ist mehr. Besser langlebige und fair gehandelte Modelle erstehen als Unmengen an Billigkleidung (Infos gibt es zum Beispiel hier: [www.global2000.at/faire-mode](http://www.global2000.at/faire-mode)).

Eine gute Alternative sind auch Kleidertauschmärkte, Secondhand-Geschäfte oder Kostnixläden, wie Beatrix Altendorfer einen in Graz eröffnet hat. Die Mitarbeiterin einer Steuerberatungskanzlei kam sich an ihrem Arbeitsplatz manchmal „wie ein Alien“ vor: „Die Leute denken oft nur da-

ran, wie sie ihr Geld vermehren können.“ Und so beschloss sie, ein Gegenmodell zu entwerfen, und gründete die Plattform „Nachhaltig in Graz“, bei der auch Tauschen und Schenken eine wichtige Rolle spielen. Die Initiative hat mittlerweile nicht nur den österreichischen Klimaschutzpreis, sondern auch NachahmerInnen im

ganzen Land gewonnen. Neben der Umwelt profitiert der Mensch ganz persönlich, ist Altendorfer überzeugt: „Das Schenken und Beschenktwerden macht etwas mit uns – es tut einfach unglaublich gut.“ >>

## Kleidung-Initiativen



### Feenweide

Wenn das Lieblingskleidungsstück unansehnlich geworden ist, muss man sich nicht gleich davon trennen. Nähstunden, -kurse und -Workshops sind wieder in. So gibt es zum Beispiel im niederösterreichischen Ort Schönau an der Triesting die „Feenweide“ von Ursula Korb-Weidenheim. Bei ihren „Re-Use“-Workshops entstehen aus alten Stücken neue modische Highlights. [www.feenweide.at](http://www.feenweide.at)



### MARK

Kleidertausch-Märkte gibt es mittlerweile in ganz Österreich, zum Beispiel beim Verein MARK in Salzburg. Zweimal im Monat sind Interessierte eingeladen, zu stöbern und neue Lieblingsstücke mitzunehmen. Im MARK finden auch andere Veranstaltungen statt, unter anderem die „Volxküche“. Wer zum Kleidertauschen kommt, kann so donnerstags auch gleich ein veganes Abendessen genießen. [www.marksalzburg.at](http://www.marksalzburg.at)



### Verschenkladen

Kleidung und vieles mehr findet sich im NiG-Laden, dem Verschenkladen von „Nachhaltig in Graz“. Ökologisch Interessierte, Vintage-Begeisterte und Bedürftige – hier geben sich Menschen mit unterschiedlichsten Motiven die Klinke in die Hand. 45 ehrenamtliche MitarbeiterInnen halten den Betrieb aufrecht. Sie sammeln auch kaputte Jeans und Taschen für Upcycling-Projekte. [nachhaltig-in-graz.at](http://nachhaltig-in-graz.at)



## GERÄTE

Waschmaschine kaputt? Flugs wird eine neue gekauft, denn die Werbung verspricht, dass die weitaus energiesparender ist. Aber Achtung, warnt Global 2000: „Für das Klima ist es viel sinnvoller, eine gebrauchte Waschmaschine zu kaufen! Denn Herstellung und Entsorgung einer Waschmaschine machen bis zu 80 Prozent der CO<sub>2</sub>-Bilanz des Wäschewaschens aus.“ Ähnlich ist es beim Smart-

phone: Die Produktion erzeugt einen fünf- bis zehnmals so hohen Energieverbrauch und CO<sub>2</sub>-Ausstoß wie der tägliche Gebrauch. Metalle, aus denen die Geräte hergestellt sind, werden oft unter äußerst umweltschädlichen Bedingungen abgebaut. „Nur weil wir das bei uns nicht so direkt spüren, hat es dennoch in anderen Regionen dieser Erde immense Auswirkungen. Der Klimawandel kennt auch keine nationale Grenze“, sagt Steger. Wirtschaftliches Kalkül spiele dabei oft

## Geräte-Initiativen



### Repair-Café

Ob diese 100 Jahre alte, fußbetriebene Nähmaschine hakt, der Toaster einen Wackelkontakt hat oder das Radl einen Achter – bei Repair-Cafés können solche Schäden in gemütlicher Atmosphäre gemeinsam mit ehrenamtlichen ExpertInnen behoben werden. In Tirol werden bereits in jedem sechsten Dorf regelmäßig Repair-Cafés angeboten. Die Reparaturquote ist beachtlich. [www.repaircafe-tirol.at](http://www.repaircafe-tirol.at)



### Refurbed

2017 in Wien gegründet, kann die Firma „Refurbed“ auf eine Erfolgsstory blicken: Ihre gebrauchten, vollständig erneuerten Handys, Laptops und Tablets sind heute auch in Deutschland, Italien und Polen erhältlich, sie sind 40 Prozent günstiger und 100 Prozent nachhaltiger als Neugeräte. Für jedes verkaufte Produkt wird ein Baum in Haiti, Madagaskar oder Nepal gepflanzt. [www.refurbed.de](http://www.refurbed.de)



### Compuritas

Zu den Pionieren der Wiederaufbereitung gebrauchter EDV-Geräte gehört die Firma „Compuritas“, die vor mehr als zehn Jahren ihr Geschäft in der Grazer City eröffnet hat. Für ihr nachhaltiges Engagement wurde sie mit dem österreichischen Klimaschutzpreis und dem Staatspreis für Ressourcenschonung ausgezeichnet. [shop.compuritas.at](http://shop.compuritas.at)

eine böse Rolle: Bei Elektrogeräten werde die Produktlebensdauer geplant verkürzt, um den Konsum anzukurbeln. Deshalb fordert sie eine Kennzeichnung, für welche Nutzungsdauer das Gerät gebaut wurde. Denn: „Am besten ist es, auf langlebige Produkte zu setzen.“

#### REPARATUREN FÖRDERN

Langsam steuert die Politik um: Auf EU-Ebene wird mehr und mehr darauf gedrängt, dass Produkte so produziert werden, dass sie sich auch reparieren lassen; Städte wie Graz und Länder wie Niederösterreich setzen auf Reparaturförderungen, und auch bei den KonsumentInnen wächst das Bewusstsein. Zwar wird immer noch das weitaus meiste Geld für das Reparieren von Autos ausgegeben, doch auch Handys und andere Geräte werden zunehmend secondhand gekauft. Das hat

nicht nur finanzielle Gründe, auch die Freude am Wiederverwerten spielt eine Rolle. Ehrenamtliche Initiativen wie die wachsende Zahl an Repair-Cafés haben zudem einen sozialen Effekt: Gemeinsam kaputte Geräte wieder in Gang zu setzen macht Spaß und fördert den Austausch untereinander.

„Bisher sind das eher noch Randbewegungen, die aber unbedingt weiter vorangetrieben werden sollten“, so Lena Steger. Mit Vermeidung von Konsum, Reparatur und Wiederverwendung könne man vor allem die lokale Wirtschaft unterstützen, sei weniger abhängig vom internationalen Markt und habe kurze Transportwege. Steger hofft auf ein Umdenken durch die Covid-19-Krise, die gezeigt habe, „wie wichtig es ist, eine klein strukturierte Wirtschaft zu fördern und damit in Krisenzeiten auch unabhängiger zu sein“. ●

„Es ist von Mensch zu Mensch verschieden, was unter Verschwendung verstanden wird.“

Ulrich Brand

## Ein besseres Leben mit weniger Kram

**Kann Verzicht vergnüglich sein? Er kann, wie in Sandra Krautwaschls neuem Buch „Verschwendungsfreie Zone“ nachzulesen ist.**

Nach ihrem erfolgreichen Versuch, ohne Plastik auszukommen – ihr Buch „Plastikfreie Zone“ erschien 2012 –, beschloss Sandra Krautwaschl, ein Stück weiter zu gehen. Sie stellte sich die Frage: „Was brauche ich eigentlich wirklich?“, und schrieb in nur drei Wochen ihr neues Buch. Voller Leichtigkeit und Lebensfreude beschreibt die 48-jährige Physiotherapeutin und Klubobfrau der Grünen im Landtag Steiermark darin, wie sie mit weniger Kram ein besseres Leben führt. Denn: „Zu viel ist nicht nur mehr als genug, sondern ein Mangel an richtigem Maß!“

#### Wie in der Kindheit

Und so erfahren wir, dass es für die fünfköpfige Familie auch ein halb voller Kühlschrank tut, dass ein Auto für zwei Familien reicht, dass Mode aus zweiter Hand und Einkaufen im regionalen Bioladen zufrieden machen und vieles mehr. Immer wieder greift die Autorin dabei auf Erinnerungen an ihre Kindheit zurück, „in der Sparsamkeit und der sorgsame Umgang mit allen Gütern selbstverständlich zur Erziehung gehörte“. Küchenrollen, Abschminkpads, WC-Steine oder Fluids gab es damals nicht – und sind auch heute wieder von Krautwaschls Einkaufsliste gestrichen. Waschbare Tücher aus alten Stoffen und Essigreiniger tun es auch. Doch ebenso wichtig wie ein konsequentes Konsumverhalten ist der Autorin das politische Engagement: „Wo liegt denn die viel beschworene Macht der Konsumenten, wenn es kein einziges Joghurt im Pfandglas gibt oder keine einzige bezahlbare Skijacke, die wenigstens unter fairen Bedingungen hergestellt wurde?“

#### Kein schlechtes Gewissen

Das Buch ist kein klassischer Ratgeber, es lebt von zahlreichen Geschichten aus dem Familienalltag, der mit den heranwachsenden Kindern nicht immer

friktionsfrei verläuft – etwa wenn der jüngere Sohn die Umstellung auf vegane Ernährung verweigert. Oder wenn sich herausstellt, dass der ältere Sohn für die Anreise zum Schulaustausch nach Helsinki auf dem Landweg zweieinhalb Tage allein quer durch Europa reisen müsste. So kommt es, dass er mit 17 Jahren zum ersten Mal ein Flugzeug besteigt. „Ich fliege zwar selbst nicht, aber es geht mir nicht darum, es anderen zu verbieten oder ein schlechtes Gewissen zu machen“, schreibt seine Mutter, über die man sich bei der Lektüre gelegentlich wundert: Wie schafft sie das alles eigentlich, politische Funktion, Beruf, Haus, Garten, Familie und ein Leben ohne Onlineshopping? Ihre Energiequelle seien, so Krautwaschl, Gespräche mit „Menschen, die sich für ähnliche Dinge einsetzen und konkret an einer positiven Zukunft arbeiten“.



Sandra Krautwaschl: **Verschwendungsfreie Zone.**

Wie es meine Familie schafft, sich vom Zuviel zu befreien. Wilhelm Heyne Verlag, 10,30 Euro