



## Kleine Schritte für grosse Veränderungen: Sie haben es in der Hand, positive Veränderungen zu bewirken!

Am 22. April ist der Earth Day - in diesem Jahr liegt der Schwerpunkt auf der Reduzierung von Kunststoffen in unserem Leben. Das Ziel des Earth Day ist es, die Produktion von Kunststoffen bis 2040<sup>1</sup> um 60 % zu reduzieren. Wenn Sie sich fragen, wie Sie etwas für die Umwelt tun können - sei es die Reduzierung von Plastik oder eine andere Umweltinitiative - es gibt viele kleine Möglichkeiten, die eine grosse Veränderung bewirken können!

Kleine Veränderungen scheinen unbedeutend zu sein, so dass wir oft denken: Warum sich überhaupt die Mühe machen? James Clear sagt in seinem Buch **“Atomic Habits”**, “Eine Verbesserung um 1 Prozent ist nicht besonders bemerkenswert - manchmal ist sie nicht einmal spürbar - aber sie kann weitaus bedeutsamer sein, insbesondere auf lange Sicht. Der Unterschied, den eine winzige Verbesserung im Laufe der Zeit ausmachen kann, ist erstaunlich. Wenn Sie sich ein Jahr lang jeden Tag um 1 Prozent verbessern, sind Sie am Ende siebenunddreissigmal besser als vorher.”<sup>2</sup>

Stellen Sie sich vor, welche Auswirkungen es auf die Welt hätte, wenn wir jeden Tag eine kleine Veränderung vornehmen würden. Denken Sie zum Beispiel daran, heute Ihre wiederverwendbare Tasche mitzunehmen, wenn Sie einkaufen gehen. Oder gehen Sie zu Fuss oder mit dem Fahrrad zum Laden, anstatt mit dem Auto zu fahren. Diese kleinen Veränderungen summieren sich zu einer spürbaren positiven Veränderung.

### Einige Statistiken, um unseren Blick zu schärfen:

1. Schätzungsweise 300 Millionen Plastiktüten landen jedes Jahr allein im Atlantischen Ozean.
2. Es dauert bis zu 1.000 Jahre, bis eine Plastiktüte abgebaut ist. Im Durchschnitt wird eine Plastiktüte nur 12 Minuten lang benutzt.
3. 98 Prozent der Einwegplastikprodukte werden aus fossilen Brennstoffen hergestellt.



<sup>1</sup> Planet vs. Plastics, Earth Day 2024. <https://www.earthday.org/earth-day-2024/>

<sup>2</sup> Atomic Habits, James Clear, 2018

## **Einige einfache Schritte, die Sie in Ihrem täglichen Leben unternehmen können, um zu einer grösseren, langfristigen Veränderung beizutragen:**

1. **Verwenden Sie wiederverwendbare Taschen:** Plastiktüten sind eine bedeutende Quelle der Umweltverschmutzung. Sie können Ihren ökologischen Fussabdruck verringern, indem Sie wiederverwendbare Taschen anstelle von Plastiktüten verwenden.
2. **Tragen Sie wiederverwendbare Essensutensilien und eine Wasserflasche bei sich:** Da wir ständig unterwegs sind, wissen wir nicht immer, wo wir unsere nächste Mahlzeit einnehmen werden. Legen Sie ein Ersatzbesteck in Ihre Tasche oder Ihr Portemonnaie oder bewahren Sie ein Set in Ihrem Schreibtisch oder Büro auf. Das Gleiche gilt für Ihr Wasser - vergessen Sie die wiederverwendbare Flasche nicht! Es gibt viele Stellen, an denen Sie sie kostenlos auffüllen können, so dass Sie auf die Einweg-Plastikflasche verzichten und Geld sparen können.
3. **Reduzieren Sie Ihren Fleischkonsum:** Die Fleischindustrie trägt erheblich zu den Treibhausgasemissionen bei. Weniger Fleisch zu essen - und sei es nur für eine Mahlzeit oder einen Tag - kann dazu beitragen, Ihren ökologischen Fussabdruck zu verringern und Ihre Gesundheit zu verbessern.
4. **Verwenden Sie energieeffiziente Glühbirnen:** Energieeffiziente Glühbirnen können Ihnen helfen, Geld bei Ihren Energierechnungen zu sparen und Ihren ökologischen Fussabdruck zu verringern.
5. **Reduzieren Sie Ihren Wasserverbrauch:** Wassersparen ist wichtig für die Umwelt. Sie können Wasser sparen, indem Sie Ihr Regenwasser auffangen (auch kleine Mengen helfen!), kürzer duschen, undichte Leitungen schnell reparieren und eine Toilette mit geringem Durchfluss verwenden.
6. **Einen Garten anlegen:** Das Anlegen eines Gartens kann dazu beitragen, Ihren Kohlendioxid-Fussabdruck zu verringern, indem Kohlendioxid aus der Atmosphäre absorbiert wird. Und es spart Ihnen Geld bei Ihrer Lebensmittelrechnung! Sie können das ganze Jahr über kleine Mengen von Pflanzen wie Kräuter und Salate in Ihrem Haus anbauen.
7. **Öffentliche Verkehrsmittel benutzen:** Die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel anstelle des eigenen Autos trägt zur Verringerung von Verkehrsstaus und Luftverschmutzung bei. Ausserdem können Sie dadurch Zeit sparen und sich während der Fahrt mit einem Buch oder einem Podcast entspannen.
8. **Kaufen Sie lokal produzierte Waren:** Der Kauf von lokal produzierten Waren kann dazu beitragen, Ihren ökologischen Fussabdruck zu verringern, da weniger Energie für den Transport der Waren benötigt wird.
9. **Entscheiden Sie sich für nachhaltige Kleidung:** Kleidung, die in einer nachhaltigen Lieferkette hergestellt wird, verringert die Umweltbelastung. Nutzen Sie die Macht Ihrer Kaufentscheidungen und suchen Sie nach Kleidung aus recycelten Fasern wie Wolle und Baumwolle - bessere Qualität, wenn Sie es sich leisten können, und sie hält länger und Sie kaufen weniger.

Wie Sie sehen können, ist es leicht, kleine, einfache Schritte zu finden, die einen grossen kollektiven Unterschied für unseren Planeten machen werden. Beteiligen Sie sich auf jede erdenkliche Weise - klein ist gross!

### **Ressourcen:**

<https://www.earthday.org/earth-day-2024/>

<https://www.theworldcounts.com/challenges/planet-earth/waste/plastic-bags-used-per-year>

<https://www.unep.org/interactives/beat-plastic-pollution/>

Haftungsausschluss: Die hier zur Verfügung gestellten Informationen stammen aus zuverlässigen Quellen, die jedoch in keinem offiziellen Zusammenhang mit WTW oder einem seiner Produkte stehen.