

„66 einfache Dinge, an Weihnachten



1 Oh Tannebaum!

Greifen Sie statt zur skandinavischen Blaufichte lieber selbst zur Axt und schlagen sich eine Fichte, Kiefer oder Tanne aus der Region. Noch besser ist es, wenn Sie sich einen Baum mit Wurzeln anschaffen. Der erfreut Sie auch noch nach der Weihnachtszeit.

2 Bretter, die die Welt bedeuten

Viele nutzen die Weihnachtsfeiertage um auf Skiern und Snowboards ihren Hang zur Piste auszuleben. Achten Sie darauf, auf den festgeschriebenen Pisten zu bleiben, um Natur und Tiere nicht zu stören. Viele Urlaubsorte lassen sich auch gut mit Bus und Bahn erreichen. Weitere Tipps finden Sie auf der Seite www.forumandersreisen.de

3 Die Zeitung von gestern

Nichts ist so alt wie die Zeitung von gestern, aber nichts können Sie auch besser als Geschenkpapier verwenden. Das schont Umwelt und Geldbeutel!

4 Grüner wird's nicht

Auf der CeBIT war GreenIT *das* Thema. Surfen auch Sie auf der grünen Welle und achten Sie beim Verschenken von strombetriebenen Geräten wie iPod, Handy & Co. auf die Stromeffizienz! Die Beschenkten freuen sich doppelt: über das Gerät und den geringen Stromverbrauch.

die Welt zu retten"

5 Zügig in die Weihnachtsferien

Wieso machen Sie den nächsten weihnachtlichen Familienbesuch nicht mit dem Zug? Das spart Nerven und Zeit, die Sie viel besser zum Geschenke ein- und auspacken nutzen können.

6 Teatime

Wenn es draußen klirrend friert, hilft warmer Tee weiter. Das Webportal www.ecoshopper.de hilft Ihnen weiter, fair gehandelten und biologisch angebauten Tee zu finden.

7 Nicht aufs Glatteis führen lassen

Schneeschieber- und Beseneinsatz helfen nicht nur, Ihre überschüssigen Weihnachtspfunde loszuwerden, sondern schonen auch die Umwelt. Sollten Sie doch zu Streumitteln greifen, verwenden Sie solche mit dem blauen Engel. Die sind salzfrei und tragen nicht zur Belastung von Pflanzen und Grundwasser bei.

8 Kettenreaktion

Wer statt herkömmlicher Kerzen lieber elektrische verwendet, ist folgendermaßen gut beraten: Der Stromverbrauch richtet sich nach der Länge der Kette und der Dauer der Beleuchtung und da gilt: weniger ist mehr. Besonders energieeffizient sind Lichterketten mit Leuchtdioden – so genannten LEDs.



9 Lichte Momente

Kerzen mit dem RAL-Gütezeichen sorgen nicht nur für eine heimelige Festtagsstimmung, sie sind zudem garantiert aus schadstoffarmen Rohstoffen, Lacken und Farben hergestellt.

10 Klingende Weihnachten

Wie wär's dieses Weihnachten mal mit Hausmusik statt Musik aus der Anlage? Selber singen spart Energie und wer weiß: Vielleicht verbirgt sich ja der ein oder andere „Superstar“ in Ihrem Wohnzimmer.

11 Stollen, Lebkuchemann und Co.

Garantiert doppelt so gut schmecken die süßen Leckereien, wenn Sie nur biologische Zutaten zum Backen verwenden. Das Bio-Siegel (www.biosiegel.de) hilft Ihnen weiter.

12 „Nor deesen wenzigen Schlock!“

Wer sich die Vorweihnachtszeit mit Feuerzangenbowle und Glühwein versüßen will, kann dies mit fair gehandeltem Wein tun. Diesen und weitere Fairshare-Tipps finden Sie auf der Seite www.transfair.org.



13 Alte Hüte gibt es nicht

Verschenken Sie dieses Jahr doch einfach etwas Besonderes aus dem Second-Hand-Laden oder einem Internet-Auktionshaus. Damit bringen Sie nicht nur die Herzen der Beschenkten zum Schmelzen, sondern auch den Müllberg.

14 In die Röhre gucken

Damit Sie Ihren Braten „gans weihnachtlich“ genießen können, kaufen Sie am besten eine Biogans. Das beschert Ihnen nicht nur ein gutes Gewissen, sondern auch einen besseren Geschmack.

15 Verschenkte Zeit

Nehmen Sie sich die Zeit und basteln Sie Ihre Geschenke selbst. Eine persönlich zusammengestellte Musik-CD mit einem individuellen Cover, selbstgemachte Pralinen oder Marmelade in schön gestalteten Gläsern erfreuen mehr als das hunderste teure Parfüm oder das nächste Paar Tennissocken.

16 Ziehen Sie die Spendierhosen an

Mit einer kleinen Spende können Sie gemeinnützige Organisationen in ihrer Arbeit unterstützen. Ein kleiner Schritt für Sie hilft anderen ordentlich auf die Sprünge.



17 Nach Strohhalmen greifen

Do it yourself: Baumschmuck, z.B. Strohsterne, lässt sich sehr leicht selber machen: Die Strohhalme in Wasser einweichen, anschließend aufschlitzen und flachbügeln. Danach vier Strohhalme strahlenförmig übereinander legen und mit einem Faden umflechten.

18 Keine heiße Luft

Mit einigen Weihnachtsgeschenken können Sie sogar das Klima schützen. Verschenken Sie doch den Wechsel zu einem Ökostromanbieter, eine BahnCard oder die Reparatur des Fahrrads oder eine Mitgliedschaft in der VERBRAUCHER INITIATIVE. Damit produzieren Sie garantiert keine heiße Luft.

19 Einen guten Fang machen

Kommt bei Ihnen Weihnachten Fisch auf den Tisch, achten Sie darauf, dass dieser aus heimischer – vorzugsweise biologischer – Zucht stammt. „Fairen“ Fisch erkennen Sie am MSC-Gütesiegel (www.msc.org).

20 Lassen Sie Blumen sprechen

Erfreuen Sie mit dem Weihnachtsblumenstrauß nicht nur Ihre Liebsten, sondern auch die Arbeiterinnen auf der Blumenplantage. Kaufen Sie Ihre Blumen aus fairem Handel. Diese erkennen Sie am FLP-Siegel des Flower Label Programms (www.fairflowers.de).

21 Der Weg ist das Ziel

Sparen Sie sich Staustress und Parkplatzsuche und gehen Sie lieber zu Fuß, per Rad oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln auf Geschenkejagd. Wenn Ihnen nur das Auto als Transportmittel bleibt, gründen Sie mit Freunden und Nachbarn doch eine Fahrgemeinschaft.



22 Fair-Kleidung

Ob Sie sich nun selbst an Weihnachten schön kleiden wollen oder Kleidung verschenken: Sich gut kleiden bedeutet auch, auf die ökologischen und sozialen Bedingungen der Herstellung zu achten. Das Gütesiegel IVN Naturtextil gibt Ihnen hierbei Hilfestellung (www.naturtextil.com).

23 Lassen Sie die Hüllen fallen

Statt Ihre Geschenke in stundenlangender Kleinarbeit zu verpacken, verstecken Sie sie doch einfach unter einer Decke. Das spart Zeit und Verpackungsmüll. Wer dennoch ein eingepacktes Geschenk bevorzugt, kann wiederverwendbare Boxen benutzen. Auch das Ersetzen von Klebestreifen durch Schleifen hilft der Umwelt.

24 Rent a Kleid

Statt ein Kleid oder einen Anzug zu kaufen, der den Rest des Jahres im Schrank hängt, können Sie sich die Kleidung für ein festliches Weihnachten auch leihen. Auch in Second-Hand-Läden finden sich schöne Schnäppchen, die neben der Umwelt auch Ihr Portemonnaie schonen.

25 Auf Sparflamme kochen

Bei der Zubereitung Ihres Festtagsessens können Sie eine Menge Energie und damit Kosten sparen: Verschließen Sie beim Kochen die Töpfe und Pfannen mit dem passenden Deckel und sparen Sie bis zu 70 Prozent Energie ein. Verwenden Sie nur Töpfe und Pfannen, die genau auf die Kochstelle passen und sparen Sie bis zu 40 Prozent Energie.



26 Wenn der Postmann zwei Mal klingelt...

...ist die Freude groß – besonders wenn Sie Ihre Weihnachtspost auf Karten von Hilfsorganisationen wie terre des hommes und Brot für die Welt schreiben. Informationen hierzu finden Sie unter: www.brot-fuer-die-welt.de und www.tdh.de/content/index.htm

27 Jetzt wird's kuschelig

Heizen Sie Ihren Lieben an Weihnachten richtig ein: Gluckernde Heizkörper sind Energiefresser, deshalb sollten Sie die Heizung regelmäßig entlüften und den Wasserdruck kontrollieren. Senken Sie die Temperaturen über Nacht auf 16 bis 18 Grad ab und sparen damit zwischen 20 bis 30 Prozent Energie und damit Kosten ein. Dabei können Ihnen auch programmierbare Thermostate helfen.

28 Wenn Sie schön sein wollen, muss niemand leiden

Kosmetikartikel sind beliebte Weihnachtsgeschenke. Achten Sie beim Kauf auf das Siegel „Kontrollierte Natur-Kosmetik – BDIH“ (www.kontrollierte-naturkosmetik.de). Dieses zeigt u.a. an, dass das Produkt ohne Tierversuche hergestellt wurde.

29 Kompensiert das Weite suchen

Für den Fall, dass Sie Weihnachten nicht in den eigenen vier Wänden verbringen wollen, bietet die Bahn eine breite Palette von Reisezielen an. Sollte sich ein Flug nicht vermeiden lassen, können Sie diesen bei Initiativen wie www.atmosfair.de oder www.myclimate.org kompensieren.



30 Weniger ist mehr

Achten Sie bereits beim Weihnachtseinkauf darauf, unnötigen Verpackungsmüll zu vermeiden – z.B. indem Sie frisches Obst und Gemüse kaufen statt aus Dose. Dadurch müssen Sie nicht nur weniger tragen, sie entlasten auch die Umwelt.

31 Spielend eine bessere Welt schaffen

Für die Kleinsten ist Weihnachten das Größte. Informieren Sie sich beim Kauf von Spielzeug auf der Seite www.fair-spielt.de nach Firmen, die auf soziale und ökologische Produktionsbedingungen achten. So können Sie spielend dazu beitragen, dass sich die Arbeitsbedingungen vieler Menschen verbessern.

32 Weiße Weihnachten

Haben Sie in Sachen Energieverbrauch eine weiße Weste beim Verschenken von „Weißer Ware“. Das EU-Energielabel hilft Ihnen bei der Auswahl weiter. Die energiesparendsten Kühlgeräte, Waschmaschinen und Trockner werden durch die Effizienzklasse A bzw. A+ und A++ gekennzeichnet.

33 Tierischer Zuwachs

Wer sich überlegt, an Weihnachten durch ein Tier die Familie zu vergrößern, sollte sich vorher eingehend Gedanken über Haltung, Pflege und Kosten machen. Die Stiftung Vier Pfoten bietet zur Information die kostenlose Broschüre „Heimtiere – was muss ich beachten?“ an. Wer sich danach immer noch tierischen Zuwachs zulegen möchte, sollte bis nach den Feiertagen warten und lieber ein Tier aus dem Tierheim bei sich aufnehmen.



34 Energie tanken

Falls Sie ein batteriebetriebenes Gerät verschenken, schenken Sie doch gleich aufladbare Akkus samt Ladegerät mit, um unnötigen Batterie-Sondermüll zu vermeiden.

35 Verschaffen Sie sich Luft

Bratenduft und Kerzenluft hängen in der guten Stube – wenn Sie sich Luft verschaffen wollen, sollten Sie auf das richtige Lüften achten. Wenn Sie täglich vier bis fünf Mal für fünf bis zehn Minuten stoßlüften statt lange Zeit das Fenster gekippt zu halten, sparen Sie Energie und Geld. Das Thermostatventil sollten Sie während des Lüftens herunter drehen.

36 Spicken erlaubt

Bauen Sie sich Ihren Raumbedufter selbst: Einfach eine frische Orange mit Nelken spicken und schon verbreitet sich Weihnachtsduft in Ihrem Haus.

37 Haben Sie ein gutes Timing

Kaufen Sie saisonal ein und reduzieren Sie damit lange Transportwege. Zu Weihnachten schmeckt ein Bratapfel sowieso viel besser als Erdbeeren. Was wann wächst, finden Sie unter: www.aid.de/downloads/saisonkalender.pdf

38 Einigeln

Igel halten normalerweise Winterschlaf. Sollten Sie nach Wintereinbruch, d.h. bei Dauerfrost und/oder Schnee einen freilaufenden Igel finden, bringen Sie ihn zur nächsten Igelstation oder zum Tierarzt.



39 Ein Stück vom Paradies

Für Menschen, die schon alles haben, gibt es das besondere Geschenk: Verschenken Sie symbolisch ein Stück Regenwald www.regenwald.org oder www.wwf.de und helfen Sie damit, bedrohte Lebensräume zu schützen.

40 In Deckung gehen

Wenn Sie es sich mit einer Kuscheldecke auf dem Sofa gemütlich machen, drehen Sie die Heizung runter. Indem Sie die Temperatur in Ihrer Wohnung um nur 1° C senken, können Sie Ihre Energierechnung um 5 bis 10 Prozent reduzieren.

41 Tage der offenen Türen

Nicht nur an Weihnachten, auch an allen anderen Vorweihnachtstagen können Sie lecker und mit gutem Gewissen schlemmen: Mit Adventskalendern aus Bio-Schokolade, Bio-Schoko-Nikoläusen und weiteren Leckereien aus fairem Handel. Informationen finden Sie unter www.gepa.de.

42 Die Zeit ist abgelaufen

Wenn Sie Ihre Lichterketten, Herrenhuter Sterne und sonstige Festtagsbeleuchtung mit einer Zeitschaltuhr steuern, strahlen Sie hinterher über Ihr Bankkonto.

43 Good-bye Stand-by

Die Weihnachtszeit ist immer auch eine Zeit zum Entspannen und Abschalten. Tun Sie das auch mit Ihren Elektrogeräten und sparen Sie durch ausgeschaltete Stand-by-Schalter Energie und Geld.





44 Bücherwurm werden

Werden Sie zum Bücherwurm und lesen Sie lieber ein Buch statt sich die nächste Weihnachtsserie anzusehen. Das entspannt nicht nur Sie, sondern auch Ihre Stromrechnung.

45 Kirchgänger werden

Lassen Sie doch einfach das Auto stehen und werden Sie an Heilig Abend im wahrsten Sinne des Wortes zum Kirchgänger. Das ist nicht nur gut für Umwelt und Bauchumfang, sondern verschafft Ihnen auch noch Einblicke in die Weihnachtsbaumdekoration Ihrer Nachbarn.

46 Ziehen Sie vom Leder

Der Nikolaus hinterlässt garantiert viele Leckereien, wenn Sie ihm Stiefel oder Schuhe vor die Nase stellen, die mit dem Europäischen Umweltzeichen ausgezeichnet sind. Dieses kontrolliert u.a. die Emissionen bei der Herstellung, Rückstände in den Schuhen und die Verpackung.

47 Wiedersehen macht Freude

Viele Gegenstände und Verpackungsmaterialien müssen nicht gleich wegwerfen werden. Zu Weihnachten können Sie diese z.B. gut zu Weihnachtsschmuck weiterverbasteln. So gibt beispielsweise die Seite www.bastelideen.info/html/recyclingbasteln_b.html zahlreiche Tipps wie Sie Haus und Baum mit recycelten Gegenständen schmücken können.



48 Einen Markttag machen

Weihnachtsmärkte in Ihrer Umgebung bieten oftmals regionale Produkte ohne lange Transportwege an. Damit unterstützen Sie oft auch soziale Vereine und Initiativen.

49 Ökologisch Bauen

Das umweltfreundlichste Haus ist und bleibt das biologisch abbaubare Lebkuchenhaus, aus biologisch angebauten und fair gehandelten Zutaten.

50 Das Gute liegt so nah

Schicken Sie Ihre Weihnachtspost dieses Jahr an die Weihnachtspostfilialen in Himmelsport oder Himmelsthür statt an den Nordpol. Das entlastet nicht nur die nordischen Weihnachtselfen, sondern durch den kürzeren Transportweg auch die Umwelt.

Adresse: Weihnachtsmann
Weihnachtspostfiliale
16798 Himmelsport/
31137 Himmelsthür

51 In der Weihnachtsbäckerei

Beim Backen von Zimtsternen, Vanillekipferln und Co. können Sie sich das Vorheizen des Ofens schenken und sparen damit Energie und Kosten ein. Dauert die Backzeit länger als 40 Minuten, machen Sie den Backofen zehn Minuten eher aus und nutzen Sie die Nachwärme. Am meisten Energie sparen Sie, wenn Sie die Ofentür möglichst wenig öffnen.



52 Weihnachtsmann Undercover

Anstatt sich selbst ein Weihnachtsmannkostüm zuzulegen, mieten Sie sich doch einfach einen Weihnachtsmann. Das entlastet Sie, die Altkleidersammlung und hat außerdem den Vorteil, dass Ihre Kinder länger an ihn glauben werden.

53 Küssen erlaubt

Blieben Sie lieber bei alten Traditionen als sich solche aus anderen Ländern anzuschaffen. Der Brauch, sich unter dem Mistelzweig zu küssen, wurde aus England zu uns importiert. Da Misteln in Deutschland zum Großteil unter Naturschutz stehen, legen viele Mistelzweige einen weiten Weg zurück, bevor sie in unserem Türrahmen hängen. Aus alter Tradition ist Küssen in Deutschland auch ohne Mistelzweig erlaubt.

54 Öfter mal was Neues

An Weihnachten haben Sie Zeit, den Einheitsbrei stehen zu lassen und einfach mal etwas Neues auszuprobieren. Anregungen für neue Rezepte gibt Ihnen die Rezeptdatenbank der VERBRAUCHER INITIATIVE unter www.verbraucher.org

55 Patent Pate werden

Gerade an Weihnachten werben viele Hilfsorganisation mit Kinderpatenschaften. Einzelpatenschaften bedeuten für die Organisationen einen höheren Verwaltungsaufwand und helfen den Kindern wenig, weil ihr Umfeld so arm bleibt wie zuvor. Suchen Sie sich lieber Patenschaften, bei denen mit ihren Beiträgen Projekte finanziert werden, die der ganzen Gemeinschaft zugute kommt.



56 Sich aufs Glatteis führen

Sollten Sie sich die Schlittschuhe unterschallen, bleiben Sie auf dem offenen See und nicht im Schilfgürtel. Wenn Schilf bricht, laufen die abgetrennten Stengel voll Wasser und die Pflanze stirbt ab. Ohne Schilf unter den Kufen können Sie sowieso viel besser Pirouetten drehen.

57 Nicht durch den Kakao ziehen lassen

Eine heiße Tasse Kakao ist genau das Richtige für einen kalten Winterabend. Kakao aus fairem Handel macht Sie dabei gleich doppelt glücklich: Neben den regulären Glückshormonen, die in Kakao enthalten sind, beglücken Sie zusätzlich den Produzenten mit einem höheren und verlässlichen Einkommen.

58 Umwelttechnisch den Durchblick behalten

Sprühschnee am Fenster sieht zwar sehr winterlich aus, belastet aber die Umwelt. Alternativ können Sie weiße Schmierseife verwenden, die Sie mit etwas Küchenkrepp in kreisenden Bewegungen auf das Fenster auftragen – fertig ist die winterliche, leicht abwaschbare Eisschicht.

59 Flotte Biene

Heiße Milch mit Honig ist im Winter immer ein gutes Hausmittel gegen Krankheiten und für ein wohliges Gefühl. Kaufen Sie Honig regionaler Imker, so fördern Sie nicht nur deren kleines Nebeneinkommen sondern auch die Bestäubung der Pflanzen ihrer Region. Da 80 Prozent des in Deutschland verzehrten Honigs aus Asien, Afrika und Lateinamerika stammen, sollten Sie auch auf das Fairtrade-Siegel achten.

60 Wünsch Dir was

Wunschlos glücklich machen Sie den Weihnachtsmann, wenn Sie Ihren Wunschzettel auf Recyclingpapier schreiben. Dieses erkennen Sie am Gütesiegel „Blauer Engel“ (www.blauer-engel.de).

61 Alten Knackern helfen

Achten Sie darauf, was Sie Ihrem Nussknacker zu beißen geben: Mittlerweile sind auch fair gehandelte Nüsse erhältlich, die Sie am FairTrade-Siegel erkennen.

62 Alle Vögel sind noch da

Vögel brauchen unsere Hilfe nicht, um über den Winter zu kommen. Nur bei einer dauerhaft geschlossenen Schneedecke und starkem Frost sollten Sie mit dem Füttern beginnen. Achten Sie auf Sauberkeit am Futterplatz und trockenes Futter, damit sich keine Krankheiten verbreiten.

63 Rauchzeichen geben

Achten Sie beim Kauf eines Räucherstäbchens darauf, dass er aus heimischer Produktion z.B. aus dem Erzgebirge stammt und nicht aus weit entfernten Billiglohnländern importiert wurde. Damit geben Sie nicht nur ein Zeichen für die Umwelt, sondern auch für die heimische Wirtschaft.

64 Schweizer Weihnachten

Feiern Sie doch einmal neutrale Weihnachten – CO₂-neutrale. Unter www.myclimate.ch können Sie Ihr Weihnachtsfest kompensieren. Mit Ihrem Geld unterstützt die Stiftung myclimate Projekte, die zur Reduktion von Treibhausgasen beitragen.

65 Eine tragende Rolle spielen

Verwenden Sie für Ihre Weihnachtseinkäufe Einkaufstaschen oder -körbe, denn jede eingesparte Plastiktüte verringert das Müllaufkommen. Viele Händler bieten außerdem Baumwolltaschen an, die mehrfach benutzt werden können.

66 Nach dem Fest ist vor dem Fest

Nach dem Fest bleibt meist ein Abfallberg zurück. Dieser sollte umweltgerecht getrennt und entsorgt werden. Besorgen Sie sich bei Ihrem lokalen Abfall-Entsorger eine aktuelle Abfall-Fibel. Diese gibt Ihnen wichtige Informationen, (Sammel-)Termine, Tipps und Adressen rund um das Thema Abfall.

