



# PUMA



## Newsletter

April 2021, Ausgabe 8

Liebe Leserin, lieber Leser,

heute schon eine Kreditkarte gefrühstückt? Nein....oder doch? Studien belegen, dass wir, abhängig von unserer Lebenssituation pro Woche in etwa 5 g Mikroplastik über die Nahrung zu uns nehmen. Das entspricht in etwa einer geschredderten Kreditkarte, Bankomatkarte, Jö Karte oder einem Tagesskipass, je nach Geschmack 😊.

Die Plastikpartikel sind mikroskopisch klein und deshalb für uns nicht wahrnehmbar. Die Folgen für unsere Gesundheit sind noch nicht erforscht, bei Meeresbewohnern zeigen sich jedoch schon nachteilige gesundheitliche Entwicklungen.

Besonders oft tritt Mikroplastik in Schalentieren auf; es wurde aber auch schon in Honig und Mineralwasser gefunden. Es findet über zwei Wege in die Umwelt. Entweder entsteht es aus sich zersetzenden größeren Teilen aus dem Müll oder es wird eigens produziert und gelangt über Reinigungsmittel, Kosmetika etc. in das Abwasser. Der Newsletter im April geht der Frage nach: Wie kann man Plastik vermeiden?

In gewohnter Weise präsentieren wir euch Wissenswertes zu diesem wichtigen Nachhaltigkeitsthema und dazu passendes Unterrichtsmaterial. Weniger Plastik ist Meer!

Wir wünschen viel Spaß beim Lesen!

Mit pumafreundlichen Grüßen,

Isabella Hackl und Bernadette Aigner



### Wäre lustig, wenn es nicht so traurig wäre...



### Plastik boomt

8.300 Mrd. Tonnen Plastik wurden seit den 1950er-Jahren erzeugt. In Österreich lag der Bedarf an Kunststoffen 2015 bei 1,03 Mio. Tonnen, etwa ein Drittel davon wurde für Verpackungen verwendet. Keine unbeträchtliche Menge, bedenkt man, wie leicht Plastikverpackungen sind und wie kurz sie verwendet werden.

Satte 100 Kilogramm Plastik pro Kopf und pro Jahr verbrauchen WesteuropäerInnen und US-AmerikanerInnen durchschnittlich.

Nicht ganz ein Drittel (28 %) des jährlich in Österreich anfallenden Plastikmülls (ca. 0,92 Mio. Tonnen) wird wiederverwertet, der Rest wird einfach verbrannt.

Quelle: <https://www.global2000.at/plastik>

**Die Fastenzeit ist zwar gerade vorbei, aber der Verzicht auf Plastik bietet sich zu jeder Jahreszeit an. Plastikfasten ist gar nicht so schwer, wenn man sich bewusst macht, wo man überall Plastik einsparen könnte. Die Zeitschrift Geo präsentiert ein 7-Schritte Programm, das uns ein plastikfreies Leben verspricht. Wir können es ja mal 40 Tage versuchen und vielleicht neue Routinen in unser Leben einbauen.**



Verpackte Waren vermeiden

Am schnellsten lässt sich das Plastikfasten bei den Verpackungen umsetzen: Obst und Gemüse braucht so gut wie nie eine Extraverpackung: Kartoffeln, Karotten und Zwiebeln sind ziemlich unempfindlich. Alles andere kann man in einer mitgebrachten Einkaufstasche gut schützen. In Plastik eingeschweißte Artikel sollte man am besten meiden. Am einfachsten ist das natürlich in Unverpackt-Läden oder auf dem Wochenmarkt.



Eigene Einkaufstasche mitbringen

Ob Baumwollbeutel, Papiertasche oder („Bio“-)Kunststoffbeutel: Die beste Einkaufstasche ist die, die wir von zu Hause mitbringen. Für druckempfindliche Waren gibt es Kunststoff- oder Metallboxen, die fast jeder zu Hause hat - und nicht neu kaufen muss.



Lieber To-stay also To-go

Einweg-Becher aus Pappe und Plastik sind buchstäblich an aller Munde. Besser für die Umwelt ist und genussvoller schmeckt der Macchiato allerdings aus der Porzellantasse. Wer gar nicht auf den schnellen Kaffee unterwegs verzichten möchte, kann sich auch einen Mehrwegbecher holen, den inzwischen viele Shops gerne befüllen.



Onlinekäufe meiden

Lieber vor Ort kaufen. Noch besser: Gebrauchtes kaufen! Ob Notebook oder Kinderwagen – vieles gibt es inzwischen hervorragend erhalten oder aufgearbeitet aus zweiter Hand, oft auch aus der Nachbarschaft. Das spart Ressourcen und Transportwege.



Mehrweg trinken

Wenn es darum geht, den Durst zu stillen, geht nichts über Leitungswasser. Es ist völlig unbedenklich und kommt unverpackt direkt ins Haus. Alles Übrige sollte in Mehrwegflaschen daherkommen, am besten aus Glas. Denn Mehrwegflaschen aus Glas lassen sich bis zu 50 Mal (mindestens) wiederbefüllen, das schont Ressourcen und Energie. PET-Mehrwegflaschen lassen sich auch bis zu 25 Mal wiederbefüllen.



Mit Bedacht waschen – und ohne Mikroplastik

Bitte Kunststofftextilien wie Fleecejacken nicht öfter als nötig waschen. Denn bei jedem Waschgang lösen sich mikroskopische Partikel, die in der Kläranlage nicht aufgehalten werden können – und über die Flüsse ins Meer gelangen. Mikroplastik ist hier – genau wie größere Kunststoffteile – ein wachsendes Problem in der Nahrungskette.



Richtig entsorgen

Bitte darauf achten, dass Plastikmüll richtig entsorgt wird – nämlich getrennt von Papp- und Metallteilen im gelben Sack, der gelben Tonne, bzw. in der Wertstofftonne. Denn nur so lassen sich recyclingfähige Kunststoffe überhaupt wiederverwerten.

Quelle: <https://www.geo.de/natur/nachhaltigkeit/21031-rtkl-plastikfasten-so-verbannen-sie-plastik-sieben-schritten-aus-ihrem>



## Mikroplastik in Kosmetik: Wo es sich versteckt und wie du es meiden kannst

Mikroplastik steckt in zahlreichen Kosmetikprodukten wie Peelings, Waschgelen oder Lippenstiften. Doch wie kann man dies erkennen und vermeiden?

Leider ist es für VerbraucherInnen nicht ganz einfach zu erkennen, ob in Pflegeprodukten und Kosmetik Mikroplastik steckt. Kunststoff in Kosmetik muss zwar auf der Verpackung angegeben werden, verbirgt sich aber meist hinter komplizierten Fachbegriffen.

Stehen in der Inhaltsstoffliste Stoffe wie zum Beispiel „Polyethylen“ (PE), „Polypropylen“ (PP), „Polyamid“ (PA) oder „Polyethylenterephthalat“ (PET) ist auf jeden Fall Mikroplastik enthalten. Andere Stoffe haben mehrere verschiedene oder noch kompliziertere Bezeichnungen. Bei einigen Substanzen ist allein anhand der Deklaration nicht festzustellen, ob sie als Kunststoff-Kleinstpartikel oder in flüssiger Form enthalten sind – problematisch ist beides.

Quelle: <https://utopia.de/ratgeber/mikroplastik-kosmetik-produkte/>

## CodeCheck

Die App „Codecheck“ nimmt einem hier viel Detektivarbeit ab. Man scannt einfach den Strichcode des Kosmetikproduktes (oder gibt es in das Suchfeld ein) und schon erhält man alle Informationen zu den Inhaltsstoffen:

The screenshot shows the CodeCheck app interface for the product "NIVEA Q10 POWER Anti-Falten + Straffung Tagespflege". The product image is on the left, with a circular progress indicator and a 5-star rating system (0 stars) below it. The product name is displayed prominently. Below the product name, there are icons for "Gesichtscremes", a heart, a share icon, and a menu icon. A blue button with a shopping cart icon shows the price "4,95 EUR" and the retailer "amazon.de".

On the right side, the "Inhaltsstoffbewertung" (Ingredient Rating) section is visible, listing "Carbomer, Dimethicone" as a "Schwer abbaubares Polymer" (Hardly biodegradable polymer). Below this, the "Erklärung" (Explanation) states: "Folgende synthetische Polymere werden aufgrund ihrer Eigenschaften als schwer abbaubar eingestuft: Carbomer, Dimethicone".

The "Inhaltsstoffe" (Ingredients) section on the left lists the following items with their respective risk levels:

- 2 Schwer abbaubares Polymer (Red circle icon)
- 2 Bedenklich (Orange circle icon)
- 3 Leicht bedenklich (Green checkmark icon)
- 17 Unbedenklich (Green leaf icon)

A blue circular icon with a magnifying glass is located at the bottom right of the ingredients list.



## Das Thema Plastikvermeidung im Unterricht

Natürlich haben wir auch Ideen für die Unterrichtsgestaltung zu diesem Thema gesammelt.

1. Speziell zum Thema Plastikvermeidung in der Schule findet sich im Lehrerweb bei PUMA ein eigenes Informationsblatt.

[https://puma.lehrerweb.at/fileadmin/puma/redaktion/Documents/PDF/PUMA\\_Weniger\\_Plastik\\_auf\\_der\\_VS-Einkaufsliste\\_190619.pdf](https://puma.lehrerweb.at/fileadmin/puma/redaktion/Documents/PDF/PUMA_Weniger_Plastik_auf_der_VS-Einkaufsliste_190619.pdf)

2. Viel interaktives Material zur Auseinandersetzung mit Plastikmüll im Meer bietet folgender Link:

<https://p566836.webspaceconfig.de/cgi-bin/cms/praxisdb/suche.pl?aktion=uv&typ=Umsetzungsvorschlaege&basisid=635&&11-14=1&15+=1&thema=1>

3. Dieses Unterrichtskonzept basiert auf dem Film „Plastic Planet“ von Werner Boote (verfügbar im Web) und erstreckt sich über mehrere Einheiten/Tage.

<https://p566836.webspaceconfig.de/cgi-bin/cms/praxisdb/suche.pl?aktion=uv&typ=Umsetzungsvorschlaege&basisid=511>

Viel Spaß beim Schmökern!

