

Fair einkaufen und kreativ handeln





Was ist Konsum?

Wir konsumieren täglich, viel und gerne: T-Shirts aus China, Tomaten aus Marokko, Rosen aus Kenia ... Bevor solche Produkte bei uns im Einkaufskorb landen, haben sie meist eine weite Reise hinter sich. Sie werden angebaut bzw. in Fabriken gefertigt, transportiert, gehandelt, konsumiert und letztlich entsorgt. Dies hat häufig negative Folgen für die Umwelt, die Menschen und die Wirtschaft: wertvolle Ressourcen werden immer knapper, intakte Natur wird zusehends zerstört, die Müllmenge steigt stetig an, unmenschliche Arbeitsbedingungen und soziale Ungleichheiten nehmen zu. Zunehmend beginnen Konsument*innen und Unternehmer*innen umzudenken. Wie können wir ressourcenschonender konsumieren und produzieren?

So haben sich in jüngster Zeit neue Trends entwickelt. Statt stets (billig) kaufen und bald wegwerfen, gibt es Alternativkonzepte: Fairer Handel, Sharing Economy, Tauschen, Teilen, Reparieren, Re- und Upcycling. Die nachhaltige Lebensweise hat vor allen Dingen mit Fairness zu tun: Fairness gegenüber der Umwelt, anderen Menschen und Tieren.

Was möchte die Broschüre?

Informieren, Vorstellen und Motivieren! In dieser Broschüre stellen wir Ihnen Möglichkeiten des nachhaltigeren Konsums vor und verweisen auf Beispiele in Bremen. Neben den Vorteilen für Menschen und Umwelt macht nachhaltig konsumieren Spaß und schont den Geldbeutel. Probieren Sie es aus.

Wir wünschen eine anregende Lektüre und viel Spaß beim Ausprobieren.

Inhalt

Vorwort	3
Nachhaltiger Konsum: Was ist das?	4
Möglichkeiten des nachhaltigen Konsums	5
Fairer Handel	6
BioMarkt	8
Fair und bio einkaufen in Bremen	9
Siegel und Zeichen	10
FairHandels Importeure	16
Anders: wiederverwerten!	18
Recycling, Upcycling	
Nähen und Stricken, Reparieren	
Anders: Sharing Economy!	22
Teilen, Tauschen	
Reihe: Konsum mit Köpfchen	24
KomiKo im Internet	25
Impressum	26
Meine Notizen	27
Tipps für Verbraucher*innen kompakt	28



Nachhaltiger Konsum: Was ist das?

„Schlage nur so viel Holz ein, wie der Wald verkraften kann! So viel Holz, wie nachwachsen kann!“ So formulierte Hans-Karl von Carlowitz 1713 als erster das Prinzip der Nachhaltigkeit. Unser derzeitiges Konsumverhalten ist nicht nachhaltig, da wir mehr verbrauchen als nachwächst. Es hat Auswirkungen auf Natur, Gesellschaft und Wirtschaft. In den letzten 50 Jahren hat die Menschheit mehr Güter und Ressourcen verbraucht als alle Generationen davor zusammen.

Nachhaltiger konsumieren heißt:

Gebrauch und Verbrauch von Gütern und Dienstleistungen, der

- die **Bedürfnisse** der jetzigen wie auch künftigen Konsument*innen erfüllt (**zukunftsfähig**),
- bei der Herstellung, Nutzung und Entsorgung **Umwelt und Ressourcen** schont,
- **sozial-gerechte** und faire **Arbeitsbedingungen** einhält
- und **ökonomisch tragfähig** ist.

Die 6 R-Regeln für verantwortungsvolles Konsumieren

Rethink	Überdenke
Reduce	Reduziere
Reuse	Verwende wieder
Repair	Repariere
Recycle	Verwerfe wieder
Refuse	Verweigere

Quelle: nach AgrarKoordination, www.konsum-welt.de

Möglichkeiten des Nachhaltigen Konsums

Die Angebote des nachhaltigen Konsums werden vielfältiger. Wir stellen eine Auswahl vor:

- Fair und Bio
- Re- und Upcycling
- Reparieren, Nähen, Stricken
- Sharing Economy: Teilen und Tauschen
- Sonstiges

Was ist daran nachhaltig?

- Ressourcen wie Wasser, Böden, Luft werden geschont
- menschenwürdige Arbeits- und Lebensbedingungen für Produzent*innen und Arbeiter*innen werden gefördert
- Müll wird reduziert
- Energie wird gespart
- Rohstoffe (z.B. Edelmetalle) werden zurückgewonnen
- weniger Hilfsstoffe wie Wasser oder Chemikalien werden verwendet
- Ressourcen werden gemeinsam und langfristiger genutzt



Fairer Handel

„Fairer Handel ist eine Handelspartnerschaft, die auf Dialog, Transparenz und Respekt beruht und nach mehr Gerechtigkeit im internationalen Handel strebt“.

Die Fair-Handels-Kriterien umfassen vor allem soziale, aber auch ökologische und wirtschaftliche Aspekte, wie z.B.

- die Zahlung von angemessenen Preisen bzw. Löhnen,
- die Entwicklungsprämien,
- die Möglichkeit der Vorfinanzierung der Produktion,
- langfristige Handelspartnerschaften sowie
- die Einhaltung der Kernarbeitsnormen der Internationalen Arbeitsorganisation (IAO, engl. International Labour Organisation, ILO)*.



* ILO-Kernarbeitsnormen: die Grundprinzipien

- Vereinigungsfreiheit und Recht auf Kollektivverhandlungen
- Beseitigung der Zwangsarbeit
- Abschaffung der Kinderarbeit
- Verbot der Diskriminierung in Beschäftigung und Beruf

Diese Grundsätze des Fairen Handels ermöglichen den Produzent*innen Planungssicherheit und ein menschenwürdiges Einkommen. Der Faire Handel setzt außerdem auf die Beratung und Qualifizierung der Produzent*innen, unterstützt deren Selbstorganisation und den Aufbau von Weiterverarbeitungsmöglichkeiten vor Ort. Gleichzeitig leistet der Faire Handel Bildungsarbeit für Verbraucher*innen im Globalen Norden und engagiert sich politisch für einen faireren Welthandel.

Auszug aus der internationalen Definition des Fairen Handels, siehe: FINE (2001): FINE-Grundlagenpapier zum Fairen Handel.



BioMarkt



Kontrolliert biologischer Anbau (kbA) und kontrolliert biologische Tierhaltung (kbT) erfolgen gemäß den Richtlinien für ökologischen Landbau. Der Einsatz von chemischen Pestiziden (Insektiziden, Herbiziden etc.), Dünge- und Entlaubungsmitteln sowie von gentechnisch-verändertem Saatgut ist verboten. Ebenso ist artgerechte Tierhaltung im Einklang mit der Natur nach den Richtlinien für ökologischen Landbau gesetzlich verpflichtend.

Das EU-Bio-Siegel kennzeichnet Produkte aus kontrolliert biologischem Anbau. Ziel ist die Förderung der biologischen Landwirtschaft über klar definierte gesetzliche Regelungen. Weitere anerkannte Siegel ökologischer Anbauverbände sind z.B. Bioland, Demeter, Naturland. Sie haben höhere Standards als das EU-Bio-Siegel.



Wo in Bremen gibt es ein 100% faires Sortiment?

Contigo

www.contigo.de

Eine-Welt-Aktion Bremen e.V.

www.ewa-bremen.de

Fairtragen

www.fairtragen.de

Georgs Fairkauf Findorff

www.georgs-fairkauf.de

Weltladen Bremen

www.weltlaeden.de/bremen

Eine-Welt-Läden in Kirchengemeinden und Schulen

Wo in Bremen gibt es ein 100% Bio-Sortiment?

Bioläden

ÖkoMarkt Bremen

Naturkostkontor Bremen

mehr Infos und Läden auf www.komiko-bremen.de



Siegel und Zeichen

Mehr und mehr Produkte werden heute mit Siegeln versehen. Da fällt es schwer, im Siegeldschungel den Durchblick zu behalten. Gleichzeitig gewinnen sie an Bedeutung. Siegel und Zeichen können Verbraucher*innen eine Orientierungshilfe sein. Sie garantieren eine bestimmte Qualität. Ziel ist es, Fairness und Umweltschutz weltweit zu fördern. Doch sind die Standards der Siegel im sozialen wie im ökologischen Bereich unterschiedlich hoch. Eine Auswahl:



Bewertung	Name + Web	Produkte	Soziale Kriterien	Umweltkriterien
	FAIRTRADE  www.fairtrade-deutschland.de	• Lebensmittel • Kosmetik • Textilien • Sportbälle • Blumen • Gold	• ILO-Kernarbeitsnormen • Fairtrade-Prämie für Gemeinwesen • festgelegte Mindestpreise für die Produzent*innen	• GvO verboten • biologischer Anbau empfohlen, durch Bio-Aufschlag gefördert
TransFair e.V. ist eine Initiative zur Förderung des fairen Handels und vertritt Fairtrade in Deutschland. Er handelt nicht mit Waren, sondern vergibt das Fairtrade-Siegel für Produkte.			Fairtrade International ist die Dachorganisation der Fairtrade-Organisationen. Sie legt die Standards fest. Die Zertifizierungsgesellschaft FLO-CERT GmbH kontrolliert deren Einhaltung.	
	World Fair Trade Organization (WFTO)  www.wfto.com	• Lebensmittel • Handwerksprodukte • Textilien	• Das Monitoring-System beruht auf den 10 Fair-Handels-Standards der WFTO, darunter: • ILO-Kernarbeitsnormen • Zahlung eines fairen Preises	Angestrebt werden die • nachhaltige Bewirtschaftung der Ressourcen • die Nutzung erneuerbarer Energien • eine weitestgehende Abfallvermeidung • ein geringer Pestizideinsatz
Die WFTO ist die internationale Dachorganisation für Fair-Handels-Organisationen in ca. 70 Ländern weltweit. Es ist das einzige globale Netzwerk, das sich aus Akteuren			entlang der gesamten Fair-Handels-Wertschöpfungskette (also von der Produktion bis hin zum Verkauf) zusammensetzt. Auch viele Weltläden sind Mitglieder.	

* ILO: International Labour Organization

* GvO: Gentechnisch veränderter Organismus

Bewertung	Name + Web	Produkte	Soziale Kriterien	Umweltkriterien
	fair for life Programme  www.fairforlife.org	• Lebensmittel • Textilien • Kosmetik • Kunsthandwerk • touristische Unternehmen (z.B. Hotels)	• ILO-Kernarbeitsnormen • Standards der Fairtrade Labelling Organisation (FLO) • spezifische Anforderungen zur Situation von Frauen	• GvO verboten • biologischer Anbau empfohlen, aber nicht Voraussetzung • Anforderungen für Umgang mit Pestiziden, Abwasser
Das Fair-for-Life Siegel wird von der Bio-Stiftung Schweiz (gegründet 1987) vergeben. Das Siegel kennzeichnet Produkte aus sozialverträglichem und umweltfreundlichem Anbau,			die zusätzlich unter fairen Bedingungen gehandelt wurden. Die Bio-Stiftung erhebt für die Verwendung des Logos keine Lizenzgebühren.	
	Naturland Fair  www.naturland.de	• Lebensmittel, inkl. Fische aus Aquakulturen	• ILO-Kernarbeitsnormen • Standards der Grundsatzcharta für den Fairen Handel • Naturland Fair-Richtlinien • fairer Preis • Fair-Prämie für Gemeinwesen	• GvO verboten • Bio nach Naturland-Richtlinien (höhere Standards als EU-Bio-Siegel) • auch für landwirtschaftliche Produkte im Norden
Naturland wurde als Verband für ökologischen Landbau e.V. 1982 gegründet. Der basisdemokratische Bauernverband ist weltweit aktiv.			Das Naturland Fair Siegel gibt es seit 2010. Das Siegel hat zum Ziel, ökologischen Anbau mit fairen Handelsbeziehungen zu verbinden.	
	Ecocert Fair Trade  www.ecocert-imo.ch	• Lebensmittel • Textilien • Kosmetik • Kunsthandwerk • Wasch- und Reinigungsmittel	• ILO-Kernarbeitsnormen • fairer Preis (garantierter Mindestpreis)	• GvO verboten • EU-Bio-Siegel als Minimum, zusätzliche Kriterien zu Biodiversität • auch für landwirtschaftliche Produkte im Norden
ECOCERT hat sich 1991 in Frankreich als Zertifizierungsorganisation für den Biobereich gegründet. 2007 hat ECOCERT einen eigenen Standard für Fair Trade, Solidarität			und Verantwortung entwickelt, der seit 2013 auch Nord/Nord Handelspartnerschaften berücksichtigt. Nur Bioprodukte können auch das ECOCERT Fair Trade Siegel erhalten.	
	EU-Bio-Siegel  www.oekolandbau.de/bio-siegel/	• Lebensmittel • Saatgut	keine	• GvO verboten • Einschränkungen im Gebrauch von Pestiziden, Antibiotika und Dünger • lokale Ressourcen • mindestens 95% der Zutaten stammen aus ökologischem Landbau
Das EU-Label Ökologischer Landbau besteht seit 2010. In Deutschland wird das Siegel von staatlich zugelassenen Kontrollstellen an die Betriebe vergeben. Das EU-Bio-Siegel			kennzeichnet Produkte aus kontrolliert biologischem Anbau (kbA). Ziel ist die Förderung der biologischen Landwirtschaft über klar definierte gesetzliche Regelungen.	

Bewertung	Name + Web	Produkte	Soziale Kriterien	Umweltkriterien
bio  www.bioland.de	Bioland 	• Lebensmittel	• ILO-Kernarbeitsnormen gefordert	• GvO verboten • Bio nach Bioland-Richtlinien (höhere Standards als EU-Bio-Siegel)
Der Bioland Verband für organisch-biologischen Landbau e. V. vergibt das Bioland- Siegel. Das Siegel will den organisch-biologischen Landbau fördern und weiter entwickeln.			Dabei liegt ein besonderer Schwerpunkt auf der Erhaltung fruchtbarer Böden.	
bio  www.demeter.de	Demeter 	• Lebensmittel • Kosmetik	• menschenwürdige Arbeit und existenz-sichernde Preise gefordert	• GVO verboten • Bio nach Demeter-Richtlinien (höhere Standards als EU-Bio-Siegel)
Der Demeter e.V. ist der älteste Bioverband in Deutschland. Aufgrund der konsequenten Kreislaufwirtschaft gilt die Demeter-Landwirtschaft als einer der nachhaltigsten			Formen der Landbewirtschaftung. Basis sind die Schriften von Rudolf Steiner, dem Begründer der Anthroposophie.	

Weitere anerkannte Siegel und Zeichen sind:

Bewertung	Name	Produkte	Infos + Web
<i>fair</i>	GoodWeave 	• Teppiche	GoodWeave-Teppiche werden ohne ausbeuterische Kinderarbeit und ohne Zwangsarbeit hergestellt. Zusätzlich werden Umwelt- und Sozialstandards in der Produktion berücksichtigt. www.goodweave.de
<i>bio</i> + <i>fair</i>	GOTS – Global Organic Textile Standard 	• Textilien	Das Siegel ist ein weltweit angewendeter Standard für die Herstellung von Textilien. Er umfasst die gesamte textile Kette und beinhaltet hohe Ökostandards (mind. 90% der Naturfasern aus kba) sowie Sozialstandards (ILO-Kernarbeitsnormen). www.global-standard.org/de
<i>bio</i>	HAND IN HAND – Organic Rapunzel Fairtrade 	• Lebensmittel	Das Zeichen ist eine unternehmenseigene Marke der Firma Rapunzel Naturkost AG, deren Produkte zu 100% den Richtlinien des biologischen Anbaus entsprechen. Weiterhin werden soziale Standards (z.B. ILO-Kernarbeitsnormen, Fonds für Entwicklungsprojekte) berücksichtigt und langfristige Partnerschaften angestrebt. www.rapunzel.de/hand-in-hand

Weitere FairHandels Importeure

FairHandels Importeure handeln ihr gesamtes Sortiment zu fairen Bedingungen. Sie setzen sich über direkte Handelsbeziehungen für ihre Handelspartner ein und zahlen faire Preise. Sie ermöglichen benachteiligten Produzent*innengruppen Zugang zum Weltmarkt und beraten sie. Anerkannte Importeure im Fairen Handel sind:



GEPA arbeitet mit über 170 Genossenschaften, Privatbetrieben und Vermarktungsorganisationen in Afrika, Asien, Lateinamerika und Europa zusammen.
Produkte: Lebensmittel, Kunsthandwerk, Textilien
www.gepa.de



EL PUENTE arbeitet mit über 140 Kleinbauernkooperativen, kleinen Familienbetrieben und Fairhandelsorganisationen weltweit zusammen.
Produkte: Lebensmittel, Kunsthandwerk
www.el-puente.de



dwp arbeitet mit mehr als 60 Produzent*innengruppen zusammen. In ihnen sind 10.000 Produzent*innen und Kleinbauernfamilien zusammen geschlossen.
Produkte: Lebensmittel, Handwerk
www.weltpartner.de



GLOBO arbeitet mit 29 Partnerwerkstätten aus Afrika, Asien und Lateinamerika zusammen.
Produkte: Handwerk
www.globo-fairtrade.de

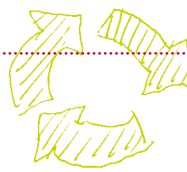


BanaFair arbeitet mit Kleinproduzent*innen in Lateinamerika und der Karibik zusammen, die ihre Bananen unabhängig von multinationalen Konzernen produzieren und vermarkten.
Produkte: Bananen, Ananas
www.banafair.de



Utamtsi GmbH handelt direkt (Kamerun – Bremen). Der Kaffee stammt aus direktem, fairem Handel und von Plantagen in Kamerun, die Bio-Kaffee erzeugen oder sich in der Umstellung auf Ökolandbau befinden. Direct Fair Trade bedeutet: volle Transparenz vom Erzeuger in Kamerun bis zu den Konsument*innen in Bremen.
Produkte: Kaffee, Honig, Kakao, Trockenfrüchte, Tee, Erdnüsse, Ingwer
www.utamtsi.com

Recycling



Beim Recycling werden Abfallprodukte wiederverwertet. Abfälle werden wieder zu Erzeugnissen, Materialien oder Stoffen aufbereitet, entweder für den ursprünglichen Zweck oder für andere Zwecke.

Beispiele

vorher	nachher
Papier	Papier
Glas	Glas
Elektrogeräte	Rückgewinnung von Rohstoffen wie z.B. Kupfer, Silber, Nickel, Gold
Altkleider	neue Kleidung, Putzlappen, Dämmmaterial

Wo?

- Recyclinghöfe in Bremen
- entsprechende Mülltonnen, gelbe Säcke, Container, Abgabestellen
- Sammeleinrichtungen (wie Handyabgabestellen)
- Beispiele in Bremen: www.komiko-bremen.de

Wer hätte es gewusst?

Deutschland ist Weltmeister im Altpapiersammeln. Rund 80% des gebrauchten Papiers werden recycelt. Papierfasern können theoretisch bis zu 6x recycelt werden bevor sie aus dem Recyclingkreislauf ausgeschlossen werden. Derzeit sind 2 bis 3 Zyklen üblich. Recyclingpapiere erhalten das Umweltzeichen „Blauer Engel“, weil sie aus 100% Altpapier hergestellt wurden (z.B. auch Zeitungspapier).

Upcycling

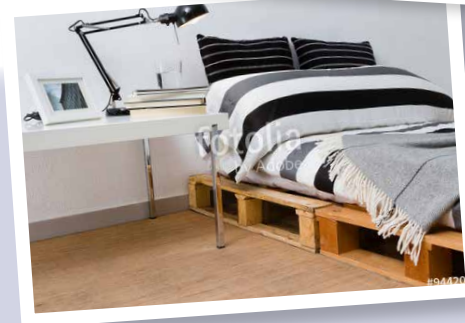
Beim Upcycling (von englisch up „hoch“ und recycling „Wiederverwertung“) werden Abfallprodukte oder (scheinbar) nutzlose Stoffe in kreativen Prozessen in neue Produkte umgewandelt und aufgewertet.

Beispiel

vorher	nachher
alte Kleidung	neue Mode
Paletten, Weinkisten, Panelen u.a.	Möbel
Tee- und Kaffeesäcke, Fahrradschläuche u.a.	Taschen und Beutel
Pappe, Kunststoff	Kinderspielzeug

Wo?

- Kreativwerkstätten
- Nähcafés
- Beispiele in Bremen: www.komiko-bremen.de



Nähen und Stricken

Nähen ist eine der ältesten handwerklichen Tätigkeiten, insbesondere in der Textilindustrie. Die Kreativbranche wie Einzelpersonen greifen auch verstärkt wieder zu Nadel & Co. Selbstgemachtes, Nähen, Stricken, Flicken liegen im Trend.

Beispiele

- Textilien
- Kleidung
- Schuhe
- Leder
- Folien
- Papiere

Wo?

- Nähwerkstätten/-workshops
- Schneidereien
- Ateliers
- Beispiele in Bremen: www.komiko-bremen.de



Reparieren

Zum Wegwerfen viel zu schade! Statt immer neue kurzlebige Produkte zu kaufen, können liebgewordene Produkte gerettet und länger genutzt werden. Das führt zur Einsparung von Ressourcen, mehr Umweltschutz und gemeinschaftlichem Handeln. Die Idee des Repair Cafés kommt aus den Niederlanden.

Beispiele

- tragbare Elektrokleingeräte
- Handys und Computer
- Haushaltsgeräte
- Textilien
- Fahrräder
- Geschirr
- Spielzeug



Wo?

- Repair Cafés
- Offene Werkstätten
- Nähwerkstätten
- Beispiele in Bremen: www.komiko-bremen.de



Hätten Sie es gewusst?

2016 hat jeder Mensch auf der Welt pro Jahr durchschnittlich 7 Kilogramm Elektromüll produziert. Von den insgesamt 44,7 Mio Tonnen Elektroschrott weltweit werden nur ca. 20 % recycelt.

Teilen

Die Idee, Ressourcen gemeinsam zu nutzen, ist nicht neu. Vorreiter der "Sharing Economy" ist der Maschinenring (Gründung 1958), in dem sich landwirtschaftliche Betriebe zusammenschließen, um Land- und Forstmaschinen gemeinsam zu nutzen sowie landwirtschaftliche Arbeitskräfte bei Überkapazitäten zu vermitteln. Im Mittelpunkt steht der Gemeinschaftliche Konsum.



Beispiele

Elektrogeräte	Musik
Werkzeug	Räume
Bücher	Flächen
Fahrrad, PKW	

Wo?

- Bücherei
- Wohngemeinschaften
- Fahrradverleihe und Carsharing
- Nachbarschaften
- genossenschaftliche Maschinenringe
- Online: Filesharing, Tauschbörse, Plattformen
- Beispiele in Bremen:

www.komiko-bremen.de



Wer hätte es gewusst?

Eine Bohrmaschine wird durchschnittlich nur 12 Minuten in ihrem Leben genutzt. Die individuelle Anschaffung lohnt sich also kaum, ein gemeinschaftlicher Konsum ist höchst effizient.

Tauschen



Bei einer Tauschveranstaltung werden Dienstleistungen und Waren ohne Geld zwischen den Teilnehmer*innen getauscht. Als die Menschen anfangen, in größeren Gemeinschaften zu leben und Dörfer zu errichten, stellten sie fest, dass es wesentlich effektiver ist, die Arbeit untereinander aufzuteilen. So konnte zum Beispiel der Schmied besser Jagdwaffen herstellen, während der andere ein erfolgreicher Jäger war. Die beiden tauschten: Speerspitzen gegen Nahrung.

Beispiele

Kleidung	Musik
Elektrogeräte	Dienstleistungen
Spielzeug	Zeit
Werkzeug	Wohnungen
Bücher	
Lebensmittel	

Wo?

- Tauschbörse, -kreis, -zirkel
- Nachbarschaftshilfeverein
- Swap-Party
- Online: Filesharing, Tauschbörse, Plattformen
- Beispiele in Bremen: www.komiko-bremen.de



Reihe: Konsum mit Köpfchen

Die Reihe Konsum mit Köpfchen informiert über öko-faire Produkte und nachhaltigen Konsum. Neben Hintergrundinformationen enthalten die Broschüren Verbraucher*innentipps sowie Bezugsquellen in Bremen und umzu.



KomiKo im Internet

KomiKo steht für „Konsum mit Köpfchen“. Nachhaltiger Konsum ist vielseitig, abwechslungsreich und dynamisch. Diese Vielfalt und die Angebote in Bremen und seinen Stadtteilen möchte die Online-Plattform

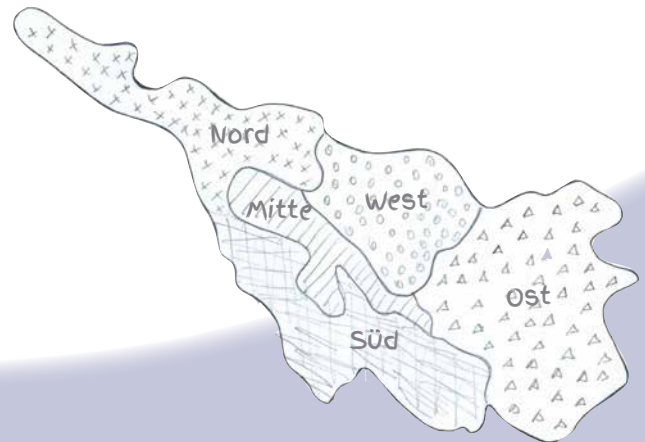
www.komiko-bremen.de sichtbar machen.



Die Konsument*innen können über die **Themen** wie z.B. Einkaufen, Tauschen, Reparieren oder über die entsprechenden **Stadtbezirke Bremens** Nord, Ost, West, Süd, Mitte zu Angeboten und Initiativen von nachhaltigen Dienstleistungen in Bremen finden. Einrichtungen, Initiativen und Läden des nachhaltigen Konsums stellen sich und ihre Angebote auf der Internetplattform vor.

Ein **Veranstaltungskalender** weist auf termingebundene Angebote hin, z.B. Repair-Cafés, Nähworkshops, Kleidertauschpartys.

KomiKo wird betreut vom biz in Kooperation mit Bremen im Wandel – Die Transition Town Initiative in Bremen.



Konsum mit Köpfchen, Tipps und Adressen in Bremen:
www.komiko-bremen.de

Impressum

Herausgeber

Bremer Informationszentrum
für Menschenrechte und Entwicklung (biz)
www.bizme.de

Text und Redaktion

Randy Haubner, Mareike Kytzia, Gertraud Gauer-Süß

Gestaltung

Nicole Küpke

Bildnachweis

Seite 2: mi.la._photocase.de
Seite 5: Nicole Küpke
Seite 7: El Puente, pixabay
Seite 8: Marcel Klinger_pixelio.de,
Pavlo Kuchеров – fotolia.com
Seite 9 und Rückseite: Weltladen
Seite 11: Jakub Jirsák_fotolia.com,
Montage: Nicole Küpke
Seite 19: giromin_fotolia.com
Seite 20: biz
Seite 21: Justus Holzberger
Seite 22: Apart-Foto_fotolia.com
Seite 23: Ahoi Fotografie, Daniela Buchholz
Illustrationen: Nicole Küpke

Druck

Neue Perspektiven Offsetdruck
Papier: Recysatin

3. Auflage, biz 2019

Der Herausgeber ist für den Inhalt allein verantwortlich.

Mit finanzieller Unterstützung von

Senatskanzlei



**Freie
Hansestadt
Bremen**

Meine Notizen

Bremen
tauscht
repariert
upcycelt
kauftfair
teilt

www.komiko-bremen.de



Tipps kompakt

- **bio und fair** gehandelte Produkte bevorzugen
- auf vertrauenswürdige **Siegel** achten
- in **Läden** nachfragen
- **regionale und saisonale** Produkte bevorzugen
- nur **wirklich benötigte** Produkte anschaffen
- Dinge mit **langer Lebensdauer** kaufen
- Dinge **tauschen, teilen, gemeinschaftlich nutzen, reparieren**
- **weniger** entsorgen
- **recyclen** und **kreativ** werden (upcyclen)



biz

Bremer Informationszentrum
für Menschenrechte und Entwicklung

Telefon 0421 - 17 19 10
www.bizme.de

KomiKo

Konsum mit Köpfchen

Bremen