

Rückschlag – gefolgt von Erfolg. Ich habe es mir zur Mission gemacht, die für mich und mein Leben passenden Alternativen und Handlungsweisen zu finden. Damit ich noch eine Plastikverpackung mehr aus meinem Alltag verbannen kann. Mein Mülleimer wurde nicht mehr so schnell voll wie noch vor ein paar Monaten. Aus „ein Mal die Woche den Müll rausbringen“ wurde „ein Mal im Monat den Müll rausbringen“. So hat sich für mich nach einer Weile deutlich gezeigt, dass ich auf dem richtigen Weg bin. Knapp ein Jahr nach dem Beginn meines „neuen“ Lebens wollte ich es dann ganz genau wissen: Wie viel – und vor allem welchen – Müll produziere ich noch? Und ich habe mich der ultimativen Herausforderung gestellt: Passen meine Abfälle aus einem Jahr in ein Einmachglas?

Lass uns gemeinsam Müllberge versetzen!

Leider gab es zu Beginn meines Experiments noch nicht allzu viele Informationen dazu, wie man Müllvermeidung in unseren Breitengraden und auch ganz allgemein schaffen kann. Das öffentliche Bewusstsein dafür stellte sich erst langsam ein und war damals, wie es schien, bei uns noch nicht recht angekommen. Es gab nur wenige alternative Läden, Märkte oder andere Einkaufsmöglichkeiten. Man musste schon gezielt und geduldig suchen, um auf Ideen zu stoßen, wie man sein Leben so verpackungsarm wie möglich gestalten kann.

Das wollte und musste ich ändern, wenn ich ein Leben ohne Müll führen wollte. Als ich beschlossen hatte, dieses Experiment von „Ein Jahr im Glas“ zu starten, war für mich eines ganz klar: Das wird dokumentiert. Ich wollte auch anderen Menschen all die Informationen, die ich im Laufe der Zeit aufstöbere und erarbeite, weitergeben. Damit nicht nur meine Familie und Freunde von diesem Wissen und den Alternativen profitieren, sondern auch andere, die unserem Müllproblem den Kampf ansagen wollen. Außerdem wollte ich aufzeichnen, wie es mir in diesem Jahr des „Müllfastens“ wirklich ergeht, welche Verpackungen Monat für Monat mein Glas befüllen und so festhalten, welcher Müll sich (zumindest in meinem Leben) wirklich nicht vermeiden lässt. Mein Blog „Ein Jahr im Glas“ war geboren. Ich hätte mir nie gedacht, welche Türen und Tore mir dieser Selbstversuch öffnet, wie viele Menschen ich erreichen kann und wie viele inspiriert werden, ihr Konsumverhalten und ihre Müllproduktion zu überdenken. Genau so wie ich damals dazu bewegt wurde, durch eine simple Dokumentation, die ich leichthin an einem Donnerstagabend mit meinem Mann angesehen hatte.

Ich fühle mich geehrt, dass ich in diesem Buch nun all mein geballtes Wissen an dich weitergeben darf. Ich hoffe, du findest darin viele Informationen, Ideen und Umsetzungsmöglichkeiten dafür, wie du deinen Teil dazu beitragen kannst, dass

die Müllberge (Seite 34) und Müllinseln (Seite 44) nicht noch größer werden. Ebenso hoffe ich, dass du dazu motiviert wirst, dein Konsumverhalten zu verändern und dadurch ein unbeschwerteres und leichteres Leben führen kannst. Ich werde dir Informationen, Gedankenanstöße, Rezepte und einfache Schritte aufzeigen, mit denen auch du es schaffen kannst, dein Leben zu ändern. Ein Leben frei von Verpackungen. Frei von Müll. Frei von all dem Ballast, den unser konsumorientierter Lebensstil mit sich bringt. Für dich, für deine Mitmenschen und vor allem für die Generationen, die nach dir kommen. Ich will, dass mehr von mir bleibt als ein großer Müllhaufen. Und du?

Ich wünsche dir viel Spaß beim Erkunden und Erforschen deiner persönlichen müllreduzierten oder müllfreien Welt – mach sie dir, wie sie dir gefällt. Gemeinsam können wir uns durch die anfänglichen Frustrationen beim Durchforsten deines Müllschungels kämpfen, genießen das befreiende Entrümpeln und freuen uns umso mehr, wenn du am Ende aufatmest, weil du es geschafft hast, dein Leben müllfreier zu gestalten. Denn schaffen kannst du es, da bin ich mir ganz sicher.

Deine Annemarie Miesbauer



Verpackungsfreiheit beginnt beim Einkaufen (Seite 90). Ich stelle dir hier vor, wie du am besten Verpackungen vermeiden und ein simplerer, zufriedeneres Leben

führen kannst.

„Hallo, mein Name ist Annemarie und das ist mein Müllglas.“

So oder so ähnlich beginne ich meine Vorträge, in denen ich von meinem Experiment und meinen Erfahrungen im müllreduzierten Leben berichte. Die brennendste Frage lässt für gewöhnlich nicht lange auf sich warten: Was steckt drin? Schauen wir uns das Glas also etwas genauer an. Es umfasst ungefähr 1,5 Liter und ich habe darin meinen gesamten Plastik- und Restmüll eines ganzen Jahres angesammelt. Monat für Monat habe ich in meinem Blog „Ein Jahr im Glas“ dokumentiert, welcher Müll angefallen ist, weil ich ihn einfach nicht vermeiden konnte oder wollte.

Angefangen hat es mit Medikamentenpackungen, die sich bei Krankheit nicht vermeiden lassen. Weiter ging es mit allerhand Kleinkram, den man schnell übersieht, der aber am Ende eines Jahres doch ein beträchtliches Volumen ausmacht. Ob es nun eine Rechnung war oder ein Obstaufkleber. Eine kleine Nascherei, ein Eis, die Folie meines neuen Kalenders oder die eines Puzzles. Flugticket und Kofferaufkleber kamen dazu. Kaputt gegangene Haargummis, meine Jahreskarte für die öffentlichen Verkehrsmittel, Kleidungsetiketten und deren Plastikbefestigung. Alles unscheinbare Dinge, die ich früher, ohne darüber nachzudenken, einfach weggeworfen habe. Und vieles darunter zählt nicht unbedingt als Verpackung, produziert aber dennoch Müll.

Ich habe es zwar geschafft, nicht mehr Müll zu produzieren, als in mein Glas passt, dennoch bin ich überrascht, wie viel sich angehäuft hat – in diesem Jahr, in dem ich ein besonderes Augenmerk auf meinen Konsum und meinen Müll gelegt habe. Einmal mehr hat mir dieser Selbstversuch gezeigt, wie viele Gegenstände wir in unserem Leben haben, die wir nicht umgehen können oder die wir achtlos wegwerfen. Mein Glas ist der Beweis dafür.