



MAN GÖNNT SICH JA SONST NICHTS,...

10 PUNKTE CHALLENGE

1.

GESUND FORTBEWEGEN – FETT VERBRENNEN STATT BENZIN

Mit weniger Tempo komme ich viel entspannter ans Ziel. Zu Fuß oder mit dem Fahrrad bleiben Körper und Geist fit und gesund.

2.

INTELLIGENT REISEN

Mit dem Zug fahren ist bequem und komfortabel. Falls eine Flugreise unvermeidbar ist, zahle ich eine Kompensation für die Umwelt. Kreuzfahrten sind für mich out!

3.

NICHT STÄNDIG UNTER STROM STEHEN

Stromsparen geht einfach und ist gut für den Geldbeutel: LED-Lampen benutzen, Stand-by ausschalten, Wasch- und Spülmaschine richtig voll machen und auf unnötige Haushaltsgeräte verzichten. Beim Neukauf achte ich auf Energielabel und nutze natürlich Ökostrom.

4.

SCHLANK HEIZEN

20° Raumtemperatur sind optimal; Warme Wohnräume machen müde. Stoßlüften schafft frische Luft ohne Auskühlung und spart richtig Geld.

5.

ICH HABE WAS, WAS DU NICHT HAST...

Meine Sachen sind mir ans Herz gewachsen, ich lasse sie reparieren statt sie wegzuerwerfen. Mit anderen teilen: z.B. Carsharing, Tauschbörse oder Flohmarkt machen Spaß.

MACH MIT BEI DER BEWAHRUNG DER SCHÖPFUNG



6.

KLUG EINKAUFEN – FAIR IST MEHR

Von Schnäppchen lass ich mich nicht ködern. Ich bevorzuge unverpackte, regionale und saisonale Produkte. Bio-Kost ist gesünder. Fair gehandelte Waren bieten doppelten Genuss: hohe Qualität und ein gutes Gewissen.

7.

CLEVER ESSEN

Ich kaufe gezielt was ich brauche. Beim Fleisch gilt für mich: Klasse statt Masse. Das erhöht den Genuss, ist gut für Mensch, Tier und Umwelt.

8.

GÖNN DIR WAS – QUALITÄT IST MODE

Was soll ich anziehen? Hochwertige und fair produzierte Kleidung sieht gut aus. Ein übersichtlicher Kleiderschrank reduziert das allmorgendliche Dilemma.

9.

ALLES FLIESST, ICH ENTSCHEIDE WIEVIEL!

Mit wertvollem Trinkwasser gehe ich sorgsam um. Bei der Toilettenspülung, beim Duschen, der Spülmaschine...

10.

MEIN GELD KRIEGT NICHT JEDER!

Keine Kohle für Kohle und Rüstung. Sparkassen, Volks- und Genossenschaftsbanken legen nach ethischen und nachhaltigen Kriterien an.

**ES HÄNGT NICHT
ALLES VON UNS AB;
ABER ES KOMMT
AUF UNS AN!**



KONTAKT:

Fachstelle für kath. Stadtkirchenarbeit, Domplatz 3, 60311 Frankfurt/M
netzwerk-eine-welt@stadtkirche-ffm.de