

KOSMOS

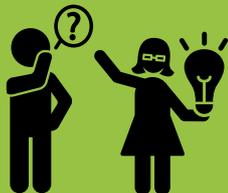


UND JETZT RETTEN **WIR** DIE WELT!

— VON ILONA KOGLIN UND MAREK ROHDE

WARUM?

Ob Essen, Kleidung, Haushalt, Mobilität, Arbeit, Geld und vieles mehr: Erkenne, wo du anfangen kannst, die Welt zu retten.



WAS?

Erfahre, welche öko-sozialen Alternativen es gibt. Du wirst überrascht sein, wie viele Menschen, Organisationen und Unternehmen jetzt schon aktiv sind.

WIE?

Experimentiere und lerne: Die Welt zu ändern heißt, dich selbst zu verändern. Probier es aus und mach eine der Aktionen in diesem Booklet.



WOW!

Du bist die Veränderung, die du dir wünschst! Damit inspirierst du die anderen, auch was zu tun.



TU ES JETZT!

SEI DU DIE VERÄNDERUNG, DIE DU DIR WÜNSCHST

Was haben wir nicht alles schon geschafft: Wir waren auf dem Mond und in den tiefsten Tiefen der Meere. Wir sind in Gebiete vorgedrungen, die noch nie zuvor ein Mensch gesehen hat. Wir haben Häuser gebaut, die bis in den Himmel ragen und Flugzeuge, die schneller fliegen als der Schall. Wir haben Technologien, mit denen wir weit in das Weltall hinaus schauen können, um das Ganze zu erfassen und welche, mit denen wir die kleinsten Teile dieser Welt ergründen. Doch unsere größte Aufgabe steht uns noch bevor: Die Rettung unseres Planeten.



SCHON FÜNF NACH ZWÖLF?

Wie viel Zeit haben wir noch? Wie viel kann die Erdatmosphäre noch vertragen? Wie viel die Luft, die Meere, die Pflanzen und all die Tiere, mit denen wir uns den Planeten teilen? Keiner weiß es genau, doch dass es höchste Zeit ist, wissen wir alle. Dennoch leben wir unser Leben so weiter wie bisher. Wir sind mit unseren alltäglichen Problemen beschäftigt. Wir reden uns ein, jemand anderes müsste für uns den Job machen. Wir sagen uns: So schlimm ist es doch gar nicht, das Gras ist doch immer noch

BEGINNE BEI DIR SELBST

Mir gefällt der Spruch vom alten Lao Tse. Er zeigt nicht nur, dass wir etwas positiv verändern können, sondern auch, wie wir dabei am besten vorgehen: In vielen kleinen Schritten. Von innen nach außen. Bei uns selbst, unserem Zuhause, unserer Straße, der Stadt, unserem Land bis hinaus in die Welt. Wenn wir zu viel erwarten, sind wir schnell enttäuscht. Ist es zu wenig, beginnen wir gar nicht erst. Die Kunst besteht darin, den Weg zu genießen, ihn nicht alleine zu gehen und das Ziel stets vor Augen zu behalten. Jeder beginnt da, wo er gerade steht. Mit der Kraft, die er hat. Den einzigen Fehler, den wir machen können, ist nichts zu tun.

Marek Rohde, Autor und Weltretter (jetztretten.wirdiewelt.de)

grün, der Himmel noch blau. Oder wir glauben, wir hätten gar keine Chance, unseren schönen Planeten zu retten. Doch während die Menschheit in der Vergangenheit immer wieder von vorne anfangen konnte, geht das heute nicht mehr: Wir haben nur diesen einen Planeten. Das Gute ist, dass die Lösungen auch schon alle vor uns liegen.

GEMEINSAM IST ALLES MÖGLICH

Und genau deshalb haben wir uns auf die Suche gemacht nach den Ideen, Projekten und Initiativen, die genau das tun: Lösungen für alle schaffen. Nicht Institutionen, sondern Aktionen. Nicht Ideologien, sondern das einfache Miteinander. Mit Empathie und dem Blick für die großen Zusammenhänge. Mit Kooperation statt Konkurrenz, der Weisheit der Vielen statt Hierarchien. Klar, um es besser zu machen müssen wir alle ein Stück aus unserer Komfortzone heraus. Das braucht Mut. Doch nur so können wir die Veränderung werden, die wir uns wünschen. Dass wir das können und wie es genau geht, zeigen dir viele Menschen in der Initiative und dem Buch: Und jetzt retten WIR die Welt!

**WILLST DU DIE WELT
ÄNDERN, DANN ÄNDERE
DEIN LAND.**

**WILLST DU DEIN LAND
ÄNDERN, DANN
ÄNDERE DEINE STADT.**

**WILLST DU DEINE STADT
ÄNDERN, DANN ÄNDERE
DEINE STRASSE.**

**WILLST DU DEINE
STRASSE ÄNDERN, DANN
ÄNDERE DEIN HAUS.**

**WILLST DU DEIN HAUS
ÄNDERN, DANN
ÄNDERE DICH.**

LAO TSE





WIR SIND VIELE

Denn ganz viele Menschen sind auch schon dabei die Welt zu retten. Sie stellen sich den Problemen, entwickeln Lösungen und verwirklichen ihre Träume: Sie schaffen Alternativen für ein grüneres, bunteres und einfach schöneres Leben. Mit ihren Aktionen, Projekten, Organisationen und Unternehmen zeigen sie, wie du besser mit dir, den anderen und der Natur leben kannst. Sie entwickeln Konsumalternativen, die Wohlstand für alle bringen und die Ressourcen schützen. Sie bieten uns neue Formen von Gemeinschaft und Kooperation, sodass wir uns gesund ernähren, vertrauensvoll zusammen wohnen und arbeiten oder mit mehr Zeit unser Leben genießen können. Sie entwickeln Ideen und Prototypen, wie wir unsere Demokratie, unser Geld und unsere Organisationen so gestalten können, dass sie dem Gemeinwohl dienen und nicht nur einigen wenigen.

MACH MIT UND RETTE DIE WELT

Es gibt also gar keinen Grund zu glauben, wir seien machtlos und könnten nichts tun. Im Gegenteil: Wenn du genauer hinschaust, dann siehst du, dass du unendlich viele

Möglichkeiten hast, die Welt jeden Tag ein Stückchen besser zu machen. Die Frage ist eher: Womit willst du anfangen? Auf den folgenden Seiten haben wir ein paar erste Ideen für Aktionen zusammengestellt. Vielleicht hast du ja Lust, jeden Monat eine neue Aktion auszuprobieren und so nach und nach dein Leben so zu gestalten, dass du selbst die Veränderung wirst, die du dir wünschst. Das inspiriert dann auch andere, du wirst es sehen. Und dann retten wir alle gemeinsam die Welt!



SEI IDEALIST UND QUERDENKER

Durch meine Arbeit komme ich mit vielen Menschen zusammen, die voller Mut und Kreativität ihre Utopien verwirklichen: Sie gründen Öko-Dörfer, starten eine Initiative gegen einen Missstand oder für eine gute Sache und bauen Unternehmen auf, die das Beste für die Menschen und die Natur möchten – und nicht nur Profite. Diese Vielfalt und dieser Ideenreichtum beeindruckt mich jedes Mal. Denn es stimmt gar nicht, dass unsere Welt nur voller Krisen und Konflikte ist. Nein, sie ist voller Solidarität, Kooperation und Kreativität – und die ist ansteckend, beglückend und beflügelnd. Also komm und mach mit. Werde Teil dieser großen, bunten und schönen Welt der Idealisten und Querdenker!

Ilona Koglin, Autorin und Weltretterin (jetztretten.wir.die.welt.de)

AKTIONEN

ÄNDERE DICH UND RETTE DIE WELT

DIE KLAMOTTENKUR

🕒 7 WOCHEN 📁 MITTEL 🌐 [BIT.LY/KLAMOTTENKUR](https://bit.ly/klamottenkur)

Weniger ist mehr, denn unser Fast Fashion Kleiderkonsum belastet die Umwelt und ist Grundlage für unfaire Arbeit. Mit der Klamottenkur kannst du testen, was du wirklich brauchst.



SCHRITT 1: RÄUME DEINEN SCHRANK AUS

Zähl mal durch: Wie viele Kleidungsstücke hast du eigentlich?



SCHRITT 2: WÄHLE 50 KLAMOTTEN AUS

Wähle 50 Teile mit Basics aus, die du die nächsten sieben Wochen trägst. Pack den Rest weg.



SCHRITT 3: FAZIT DER KUR

Nach sieben Wochen: Was hast du vermisst? Was sagt dir das über deine Bedürfnisse? Was ist dir wichtig? klamottenkur.de

FREUDE VERSCHENKEN

🕒 1 WOCHE 📁 MITTEL 🌐 [BIT.LY/FREUDE-VERSCHENKEN](https://bit.ly/freude-verschenken)

Wenn du aufmerksam bist und anderen eine Freude machst, ändert sich deine Sicht auf die Welt, die Menschen und dich. Es schenkt dir Energie – und anderen auch!

PLANE LAUTER GUTE TATEN

Such dir eine Woche aus, in der du ein bisschen Zeit hast. Mach dir eine Liste mit mindestens sieben Taten, die anderen eine Freude machen. Das können Leute sein, die du kennst oder auch nicht. Du könntest zum Beispiel den Kaffee für jemanden nach dir im Coffee-Shop bezahlen, einen kleinen Gruss in einem Buch aus der Bücherei hinterlassen oder jemandem einen echten Brief schreiben. Weitere Ideen findest du auf der folgenden Website.

randomactsofkindness.org

VERTEILE FREUNDLICHKEITEN

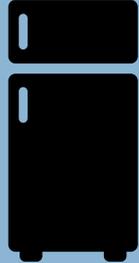
Verwirkliche nun jeden Tag eine Idee. Wenn du andere anstecken willst, dann berichte darüber, teile Fotos oder Videos im Netz. Zieh am Ende der Woche ein Fazit: Wie erging es dir? Was hat dich überrascht? Was möchtest du vielleicht gerne weiterhin beibehalten?



LEBENSMITTEL RETTEN

🕒 3 WOCHEN 🛒 MITTEL 💻 [BIT.LY/LEBENSMITTEL-RETTEN](https://bit.ly/lebensmittel-retten)

Die Hälfte unserer Lebensmittel landen im Müll. Wenn du diese rettest, tust du viel zum Schutz des Klimas, des Wassers, des Bodens und natürlich der Tiere: Probier's einfach mal aus.

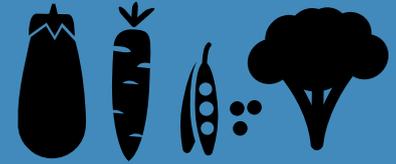


RICHTIG LAGERN

Lagere Obst und Gemüse, das beim Nachreifen Ethylen abgibt (wie Äpfel, Bananen, Birnen oder Tomaten) nicht mit solchen, die dafür empfindlich sind (wie Auberginen, Broccoli, Kopfsalat, Möhren oder Paprika). Kartoffeln und Zwiebeln mögen es dunkel und nicht zu kalt. Bananen, Avocados und andere Südfrüchte sind kälteempfindlich.

GUTE GESCHÄFTE

Wo kannst du in deiner Nähe Lebensmittel retten? Gibt es in deinem Supermarkt ein Regal an Produkten, deren Mindesthaltbarkeitsdatum bald abläuft? Das Datum besagt übrigens nicht viel. Besser du traust deinen eigenen Sinnen: Schau, rieche und schmecke (in dieser Reihenfolge!), ob sie noch gut sind.



FEIER RESTE-FESTE

Ein Resteessen pro Woche ist super, um keine Lebensmittel verderben zu lassen. Salate, Gemüsesuppen oder -pfannen, Wraps oder Aufläufe sind toll zum Experimentieren. Dabei kannst du auch mal deine Koch- und Essgewohnheiten überprüfen: Wie sorgfältig und umfänglich verwertest du die Lebensmittel? Was könntest du einfach ändern? Resterezepte: reste-essen.de

GESCHENKTES ESSEN

Unsere Überflussgesellschaft zeigt sich beim Thema Lebensmittel besonders deutlich: Überall bekommst du sie nämlich geschenkt. Die Mitglieder von Foodsharing kooperieren mit Supermärkten und Einzelhändlern und verschenken Lebensmittel, die sie vor der Tonne bewahren. Und auf der Plattform Mundraub findest du eine Karte mit Hinweisen zu Obstbäumen und -sträuchern im öffentlichen Raum, die du ernten kannst.

foodsharing.de
mundraub.org



DINGE SELBER MACHEN

🕒 1 TAG 📁 MITTEL 💻 BIT.LY/SELBST-MACHEN

Den Dingen wieder ihren wahren Wert zu geben, ist der erste Schritt in eine nachhaltige Zukunft. Ein neues Verhältnis zu den Dingen kriegst du, wenn du sie selber machst.

KONSTRUIEREN STATT KONSUMIEREN

Möbel selber bauen macht Spaß, ist kreativ und günstig, es bringt Freunde und Freude an den Dingen. Also mach doch das nächste Möbelstück einfach mal selber. Unter Instructables oder Hartz-IV-Möbel findest du Anleitungen, in offenen Werkstätten Unterstützung. instructables.com
hartzivmoebel.de
offene-werkstaetten.org



REPARIEREN STATT KONSUMIEREN

Wenn dir mal ein Stuhl, eine Lampe, ein Bügel-eisen oder ein Föhn kaputt geht, dann geh doch mal zu einer Reparatur-Initiative und repariere es gemeinsam mit anderen. Infos und Termine findest du unter reparatur-initiativen.de



SAMENBOMBEN BASTELN

🕒 30 MINUTEN 📁 LEICHT 💻 BIT.LY/SAMENBOMBEN

Schon seit den 1970ern nutzen Guerilla Gärtner die kleinen Erdballen mit Samen drin, um die Stadt zu verschönern. Du kannst sie ganz leicht selbst machen:

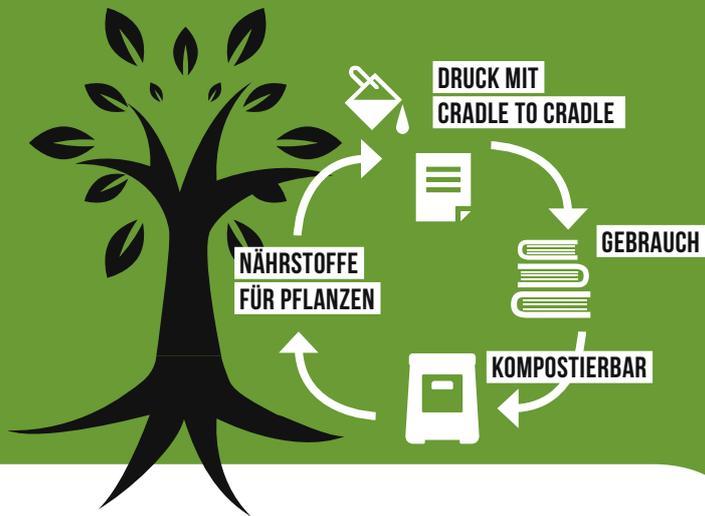
Mische 5 Teile Tonerde mit 3 Teilen Erde, einem Teil Samen und etwas Wasser zu einem dicken Matsch. Forme daraus walnussgroße Kugeln und lasse sie an einem warmen Ort trocknen. Wirf die Kugeln einfach dort aus, wo etwas Farbe gut tut. Du brauchst sie nicht vergraben.



TIPP: SAATGUTVIELFALT ERHALTEN

Ob Samenbombe, Balkon oder Garten: Die Samen aus dem Garten-Center oder Supermarkt sind industriell hergestellt. Mit ihrem Kauf unterstützt du, dass immer mehr Sorten verschwinden. Kaufe daher beim Bio-Züchter und vielleicht auch eine alte Sorte, die selten ist. Das macht viel mehr Spaß! Saatgut kriegst du auch bei Saatguttauschbörsen. saatgutkampagne.org





NACHHALTIG HANDELN – AUCH BEIM DRUCK

Nachhaltigkeit findet bei uns überall Platz und beginnt auch hier: mit diesem Buch. Wir haben umweltfreundliches Papier aus nachhaltiger Forstwirtschaft ausgesucht und drucken nach dem Cradle to Cradle-Prinzip, bei dem es keinen giftigen Abfall mehr gibt. So entsteht ein rundum sauberes Buch, das sowohl für deine Gesundheit verträglich ist, als auch für die Natur. Im Grunde kannst du es kompostieren und das Buch somit wieder zurück in den biologischen Kreislauf geben (was wir natürlich ausdrücklich nicht empfehlen :-)).



Höchster Standard für Ökoeffektivität.
Cradle to Cradle™ zertifizierte
Druckprodukte innovated by gugler*.
Bindung ausgenommen

greenprint*
klimapositiv gedruckt



Gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“ des Österreichischen Umweltzeichens. gugler* print, Melk, UWZ-Nr. 609, www.gugler.at

SEI DABEI!

LASS DICH INSPIRIEREN

Die Welt zu retten ist ja keine kleine Aufgabe. Deshalb brauchen wir dich. In unserem neuen Buch haben wir spannende Tipps und viele neue Ideen zusammengestellt, die dir helfen, die Welt zu verbessern – nachhaltig und mit Herz!

DAS KANNST DU TUN

Konkrete Aktionen helfen dir, in allen Bereichen deines Alltags die Welt positiv zu verändern: Angefangen bei deiner inneren Haltung über deine Kleidung und Ernährung bis hin zu deiner Arbeit, deiner Nachbarschaft und vielem mehr.

HAST DU EINE IDEE?

Hast du selbst eine Idee für eine Aktion oder willst mehr erfahren? Dann schau auf der Plattform der Initiative vorbei unter

jetztrettenwirdiewelt.de

Weitere Infos: kosmos.de/nachhaltigkeit

**DAS BUCH ZUM
NACHSCHLAGEN,
NACHDENKEN
UND MITMACHEN!**



192 Seiten, €(D) 19,99
ISBN 978-3-440-15189-1



DEIN WANDEL

Du kannst die Welt retten! Alles beginnt bei dir und deiner Haltung dir selbst und der Welt gegenüber. Entdecke neue Sichtweisen, erkenne deine Möglichkeiten und schöpfe die Zuversicht und den Mut, jetzt aktiv zu werden!



SOZIALER WANDEL

Wir wollen eine Welt, in der Kooperation, Vertrauen, Solidarität und Mitgefühl jedem Einzelnen Kraft und Kreativität schenkt. Sei doch mit dabei. Werde Teil einer Gemeinschaft und finde Gleichgesinnte oder Mitstreiter*innen.



ÖKOLOGISCHER WANDEL

Wir sind Teil eines erstaunlichen Ökosystems voller Wunder. Lass uns endlich lernen mit der Welt zu kooperieren und sie zu lieben und zu schützen, anstatt sie zu zerstören. Erkenne, wie du die Erde schützen kannst – und dann tue es!