

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1989-1990)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Umweltschutz - was wir tun können  
**Autor:** Bloch, Sandra  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-843671>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 18.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Umweltschutz – Was wir tun können

Umweltschutz – ein Wort, das seit einiger Zeit durch vieler Munde geht. Als ich kürzlich durch die Stadt schlenderte, stand an einer grauen Wand geschrieben: «Alle wollen zurück zur Natur, aber keiner zu Fuss.» Wahr ist's, obwohl man hier auch sagen könnte: «...aber keiner ohne Spray.»

Wir möchten doch alle eine gesunde Umgebung und auch wir selbst möchten so lange wie möglich gesund bleiben. Deshalb müssen wir auch bei uns selbst beginnen. Fangen wir doch am Morgen beim Aufstehen an und beobachten wir, was wir während des ganzen Tagesablaufes der Umwelt zuliebe oder zuleide tun können.

## Im Badzimmer

**Duschen statt baden:** Geringerer Wasserverbrauch.

**Seife statt Duschgel:** Duschgel belastet die Umwelt, weil mehr verwendet wird als nötig; die Plastikflaschen landen im Kehrichtsack.

**Ohrstäbchen, Ausfallhaare, Watte, Wegwerwindeln, Papiertaschentücher usw.:** Nicht ins WC werfen, sondern in den Kehrichtsack. Wenn jeder Einwohner unserer Stadt pro Tag ein Ohrstäbchen ins WC wirft, so sind dies täglich 100 000 Stäbchen. Und dann noch der andere Abfall dazu. Stellen Sie sich vor, wie es in der Basler Kläranlage wohl aussieht.

**Pumpzerstäuber, Deo-Stifte statt Spraydosen:** Die Ozonschicht, die das Leben auf der Erde vor gefährlichen ultravioletten Strahlen schützt, wird immer dünner. Schuld daran sind die Fluorkohlenwasserstoffe (FCKW), die vor allem als Treibgase für Spraydosen verwendet werden. Die UV-Strahlung ist mitverantwortlich für Hautkrebskrankungen, die stets zunehmen.

**WC-Papier:** Verwenden Sie statt viellagiges Blümchenpapier graues, umweltfreundliches Hygienepapier. Wir sind zwar gross im Altpapier sammeln, müssen jedoch jährlich 30–40% exportieren, weil wir zuwenig Produkte aus Altpapier konsumieren.

**WC-Reiniger statt WC-Steine:** Wenn sich das Wasser beim Spülen blau verfärbt, so glauben wir, dass das WC desinfiziert sei. Dem ist nicht so, jedoch unsere Gewässer werden wieder belastet. Die umweltfreundliche Alternative dazu ist: regelmässiges Reinigen mit einem WC-Reiniger auf Essigbasis. Gegen unangenehme Düfte helfen kurzes Lüften oder ein brennendes Streichholz.

**Zähneputzen:** Während des Zähneputzens das Wasser nicht unnötig fliessen lassen.

## Beim Einkaufen

**Fleisch:** Während 35 Jahren hat sich der Brotkonsum in der Schweiz um die Hälfte verringert, der Fleischkonsum verdop-

pelt. Unser massloser «Fleischhunger» kann nur noch durch eine industrielle Tierhaltung befriedigt werden, die einerseits von Futtermittelimporten abhängig und andererseits für das Problem der Überfüllung verantwortlich ist. Diese intensive Tiermast bringt ökologische Kreisläufe aus dem Gleichgewicht und gefährdet die Existenz der Kleinbauern. Statt Unmengen von Fleisch zu verschlingen, kann man seinen Eiweissbedarf auch mit Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Milchprodukten usw. abdecken.

**Gemüse und Obst:** Fragen Sie heute mal ein Kind oder einen jungen Menschen, zu welcher Zeit es welches Gemüse gibt. Bestimmt wissen sie es nicht, wir können ja durchs ganze Jahr praktisch alles haben. Achten Sie also darauf, dass Sie nur Saisongemüse kaufen, es ist bestimmt gesünder und kommt aus der näheren Umgebung. Orientieren Sie sich zum Beispiel an Bio-Ständen, die haben bestimmt eigenes Gemüse.

**Wo Einkaufen:** Kaufen Sie wann immer so nahe wie möglich beim Produzenten ein. Holen Sie das Brot beim Bäcker, das Gemüse auf dem Markt. Gehen Sie mit dem Einkaufswagen zu Fuß oder mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Achten Sie auf den Herkunftsland der Produkte. Je näher der Herstellerort, desto weniger Lastwagenkilometer.

**Verpackung:** Achten Sie auf die Verpackung der Produkte und kaufen Sie wo möglich dort ein, wo die Waren im Offenverkauf erhältlich sind. Nehmen Sie zum Einkaufen alte Plastiksäcke mit und sagen Sie im Laden «bitte nicht einpacken». 40% unseres Abfalls sind Verpackungen.

## In der Küche

**Obst und Gemüse:** Bei der Arbeit in der Küche, beim Vorbereiten zum Mittagessen gibt es viele Abfälle, die jedoch separat entsorgt werden können. Legen Sie im Garten einen Kompostplatz an, wo Sie sämtliche Obst- und Gemüseabfälle, Kaffeesatz, Eierschalen u.v.m. deponieren können. Hierzu gibt es genug Literatur.

**Glas:** Für Glasabfall gibt es Glassammelstellen. Wobei hier zu sagen ist, dass der Altglasberg viel zu hoch ist. Deshalb sollten wir wo möglich nur noch Mehrwegflaschen kaufen.

**Alu:** Auch Alusammelstellen gibt es. Oftmals ist man im Zweifel, ob es nun wirklich Alu ist. Mit einem Magneten können Sie die Kontrolle machen. Alu ist nicht magnetisch, haftet also nicht am Magneten. Aber merken Sie sich: Alusammeln ist zwar gut, Aluabfälle vermeiden aber noch viel besser.

**Konservendosen:** Konservendosen kann man der Metallabfuhr, die vierteljährlich vorbeikommt, mitgeben. Wenn Sie die

Dosen von Papier- und Essresten befreien und zusammenquetschen, brauchen sie nicht viel Platz und es gibt auch keine unangenehmen Gerüche. In einem Mehrfamilienhaus könnte man im Keller diverse Sammelstellen aufstellen, so wäre allen gedient.

**Kochen und Backen:** Brauchen Sie so wenig Wasser wie möglich. Legen Sie immer den Deckel auf die Pfanne. Nehmen Sie besser den Dampfkochtopf, das braucht weniger Energie. Heizen Sie den Backofen minimal vor, stellen Sie ihn schon einige Minuten vorher ab, das Essen kann auch noch in der Restwärme garen. Stellen Sie kleine Pfannen auf die kleinen Platten.

**Abwaschen:** Wenn Sie auf einen Geschirrspüler nicht verzichten möchten, achten Sie darauf, dass Sie nur eine volle Maschine einschalten. Nehmen Sie phosphatfreie Spülmittel. Spülen Sie das Geschirr nur mit kaltem Wasser ab. Nutzen Sie das Sparprogramm.

**Wäsche:** Benutzen Sie für die Wäsche umweltfreundliche Waschmittel. Sollte Ihre Wäsche damit nicht sauber werden, beachten Sie folgende Punkte:

- Maschine nicht überladen.
- Hartnäckigen Schmutz vorher mit Kernseife einreiben.
- Arg verschmutzte Wäsche über Nacht in kalte Seifenlauge legen.

Weichspüler, die für die Wäsche, den Menschen und die Umwelt schädlich sind, können durch einen Schuss Essig im letzten Spülwasser ersetzt werden.

Verzichten Sie auf den Tumbler, ziehen Sie die natürliche Lufttrocknung vor. Sie sparen dabei Energie und Geld, weil nämlich auch die Kleidungsstücke länger leben, da sie weniger strapaziert werden.

**Putzen:** Statt umweltschädigende Putzmittel mit Farbstoffen, Phosphaten und künstlichen Parfums, verwenden Sie biologisch leicht abbaubare Mittel wie zum Beispiel Kern- und Schmierseife, Putzessig, Spiritus (mit Wasser verdünnt) usw.

## Im Wohnzimmer

**Radio und TV:** Schalten Sie Radio und Fernsehgerät nur ein, wenn Sie bewusst etwas mitverfolgen möchten.

**Luftbefeuchter:** Anstelle eines Luftbefeuchters, der viel Strom braucht und ungesunde Bakterien entwickeln kann, benutzen Sie einen Verdunster, den Sie an jedem Heizkörper befestigen können, oder stellen Sie Schalen mit Wasser auf den Ofen. Auch Zimmerpflanzen tragen zur Luftfeuchtigkeit bei. Lüften Sie Ihre Wohnung mehrmals täglich, aber nur kurz. Lassen Sie nie ein Klappfenster offen stehen. Das vergeudet zuviel Energie. **Heizung:** Abgase von Heizungen gehören zu den ärgsten Luftverschmutzern. Überheizen Sie die Räume nicht. Dadurch werden die Schleimhäute ausgetrocknet.

Schliessen Sie nachts die Läden und Vorhänge, sofern sich dahinter kein Heizkörper versteckt und stellen Sie die Heizung zurück. Sie haben einen gesünderen Schlaf bei niedriger Temperatur. Ziehen Sie sich einen Pullover mehr über.

**Beleuchtung:** Achten Sie darauf, dass wirklich nur die Räume beleuchtet sind, in denen sich jemand aufhält. Benutzen Sie Energiesparlampen, die auch eine längere Lebensdauer haben.

Dies sind einige von vielen Tips, die zum Schutz der Umwelt beitragen. Wenn wir all diese Dinge beachten, sind wir auf dem richtigen Weg in eine bessere Zukunft. Ich hoffe sehr, dass ich Sie neugierig gemacht habe und Sie das Thema Umweltschutz eifrig weiterverfolgen werden. Wie schon gesagt, dieser Bericht ist keine vollständige Gebrauchsanweisung, sondern soll eine Anregung dazu sein, wie gross und vielfältig die Palette ist, wie die Natur geschützt und erhalten werden kann. Mein Wunsch wäre nun, dass sich jeder selbst weiter informiert und sich Broschüren beschafft, um dann aktiv an die Arbeit zu gehen.

Sandra Bloch

#### Quellenangabe:

«Umweltschutz im Alltag», Koga-Verlag, Florastrasse 15, 3005 Bern, Fr. 9.80 exkl. Versandkosten.

«Energiesparbüchlein», Eidgenössische Drucksachen- und Materialzentrale, Postfach, 3000 Bern.

#### Literaturhinweis:

«Umweltschutz zuhause, was jeder tun kann», Egmont R. Koch, Mosaik-Verlag, 320 Seiten.

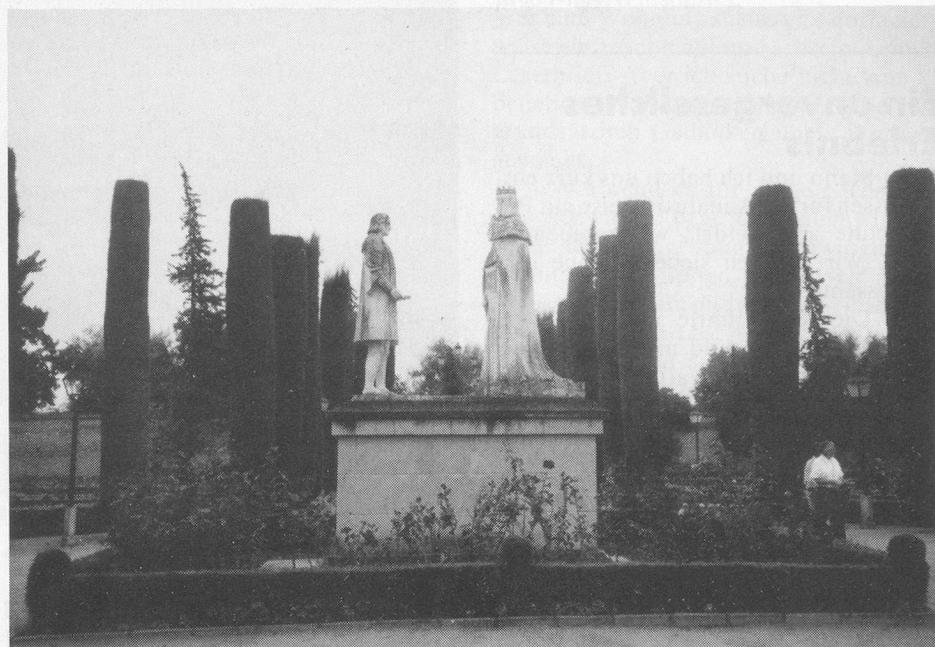
«Kompost im Garten», K.V. Heinitz, Umler-Verlag, Stuttgart 1985, 126 Seiten, Fr. 14.80.

«Alle reden von Kompost..., und ich habe keinen Garten», Merkblatt, WWF, Postfach, 8037 Zürich (frankiertes Retourkuvert C5 beilegen).

«Umweltschonend putzen», Ökozentrum Langenbruck, Schwengiweg 12, 4438 Langenbruck, Fr. 2.50 in Marken beilegen.

Öko-Laden, Theaterstrasse 7, 4051 Basel. Tel. 061/238340.

## Senioren berichten über die Leserreise nach Cordoba—Sevilla—Granada, vom 9. bis 16.11.1988



Einer der prächtigen Gärten von Sevilla.

Foto Marlis Häcky

Beinahe ein Dutzend Basler Seniorinnen und Senioren nahmen an der Reise nach Spanien teil und kehrten somit dem schweizerischen November-Nebel den Rücken zu, um im Süden nochmals Sonne und Wärme für den langen Winter zu tanken.

Lesen Sie hier die spannenden und farbigen Reiseberichte.

### Einzigartige Sehenswürdigkeiten

Am 9. November reisten wir Basler Senioren zusammen mit Frau Häcky (Mitarbeiterin von Pro Senectute) zum Flugplatz Kloten, wo wir mit Zürcher Senioren und Herrn Marco vom Reisebüro Kuoni zusammentrafen und unsere gemeinsame Reise antraten. Der Flug war ruhig, und nach 2½ Stunden hatten wir wieder festen Boden unter den Füßen. Unser Bus, der uns die ganze Woche begleitete, erwartete uns bereits in Malaga. Bald kletterte der Car über eine kurvenreiche Strasse durch teils unfruchtbare, felsige Gelände mit wilden Feigenkakteen und Feigenbüschchen empor. Dann wurde die Gegend fruchtbarer: Olivenhaine, so weit das Auge reichte und dazwischen frisch bestelltes Land mit Wintergetreide, später Tabakfelder und Rosenäcker in allen Farben, ebenso teils abgeerntete Baumwollfelder und immer wieder Olivenbäume.

In Cordoba sind die Sehenswürdigkeiten dieser ehemaligen Hauptstadt des islamischen Spaniens einzigartig, vor allem die Mezquita (Moschee) mit Oran-

genhof und unzähligen Säulen, mit ganz verschiedenen Kapitellen und mittendrin eine Kathedrale mit prächtigem Chorgestühl und Kirchenschatz. Unter kundiger Führung schlenderten wir durch die engen Gassen der Altstadt mit ihren vielen Blumen, schattigen Innenhöfen voller Pflanzen und verziert mit sehr schönen Kacheln. Dann der Alkazar (Königspalast) mit prächtigen Sälen und Gärten, die alte Brücke auf römischen Pfeilern, das alte Wasserrad usw.

In Sevilla bewunderten wir die grösste Kathedrale Spaniens mit dem Grabmal des Kolumbus, den Alkazar mit seinen Gärten, den Maria Luisa-Park und den berühmten Spanischen Platz.

Nach vier Tagen reisten wir nach Granada, das bedeutend höher liegt. Zuerst besuchten wir das älteste Bauwerk der Alhambra, die Zitadelle mit prächtigem Rundblick auf die Stadt und auf die schnebedeckte Sierra Nevada. Im Königspalast war ein Saal schöner als der andere mit einem Innenhof mit Springbrunnen, ruhendem Wasser, teils mit Fischen und vielen Blumen. Die Wände sind mit bunten Kacheln verziert und die Decken wahre Schmuckstücke: der Myrtenhof und der Löwenhof, einfach vollendete Kunstwerke. Der Sommersitz der Sultansfamilie (Generalife), inmitten eines Waldes, besitzt prachtvolle Gärten, Springbrunnen, Alleen, seltene Bäume und fein gegliederte Räume. Man konnte sich kaum sattsehen.

Bald kam die Heimfahrt. Am 16. November, kurz vor Malaga, bemerkte ich Landarbeiter, die auf einem riesigen Feld Kartoffeln setzten. Ob das wohl