

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 78 (2021)

**Heft:** 10

**Rubrik:** Konsum & Lebensstil

#### **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:** 16.01.2026

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

# Schon gewusst?

Bewusst durch den Alltag: Clever haushalten, Ressourcen sparen, Umwelt schonen und die Natur bewahren.

## Zähne putzen: gerne plastikfrei

Weniger Plastik im Alltag ist ein guter Vorsatz. Am besten, man fängt gleich beim Zähneputzen damit an. Statt der herkömmlichen Kunststoffzahnbürsten kann man beim nächsten Mal eine aus Holz kaufen. Erhältlich sind z.B. welche aus Buchenholz, das FSC-zertifiziert ist und aus der Schweiz stammt. Die Borten basieren auf Rizinusöl.

Ob Naturborsten schlechter sind als Nylonborsten, darüber herrscht unter Experten noch Uneinigkeit. Naturborsten seien anfälliger für Bakterien und oft nicht abgerundet, was die Verletzungsgefahr des Zahnfleisches erhöhe. Wissenschaftliche Belege dazu fehlen leider noch.

Auch für die Zahnseide gibt es mittlerweile plastikfreie Alternativen, z.B. aus reiner Seide (ein allerdings umstrittener Rohstoff aus veganer Sicht) und Biowachs oder aus Mais mit Naturwachs.



## Rooibos-Tee aus Afrika: jetzt geschützt

Als erstes Produkt des afrikanischen Kontinents darf Rooibos-Tee jetzt das Label «geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.)» tragen. Es kennzeichnet Lebensmittel, die in der EU im Handel sind und in einem bestimmten, geografischen Gebiet auf der Welt nach traditionellen Verfahren erzeugt, verarbeitet und zubereitet werden. In puncto Rooibos-Tee bedeutet das: Blätter und Stängel müssen von einem bestimmten Strauch (*Aspalathus linearis*) in speziellen Gemeinden der südafrikanischen Provinzen Westkap oder Nordkap stammen.



## Reparieren statt wegwerfen

Oktober ist traditionell der Monat der «Repair-Cafés»: Der «Schweizer Reparaturtag» soll auf die Initiative aufmerksam machen. Es geht darum, alte, gebrauchte Produkte zu reparieren oder zu Neuwertigem umzufunktionieren («Upcycling»). Reparieren statt neu kaufen schont das Budget und die Umwelt. Ehrenamtliche Experten (berufstätige und pensionierte Fachleute sowie talentierte Tüftlerinnen) in schweizweit über 170 Repair-Cafés unterstützen jeweils Laien kostenlos dabei, Reparaturen an diversen Gegenständen durchzuführen – alles ganz entspannt bei Kaffee und Kuchen.

**6. Schweizer Reparaturtag** am 16. Oktober 2021; in Luzern z.B. von 10 bis 16 Uhr am Löwenplatz.

Infos: [www.repair-cafe.ch](http://www.repair-cafe.ch)

