

Inhalt

EINSTIEG: WAS BEDEUTET EIGENTLICH

NACHHALTIGKEIT? 9

Dimensionen von Nachhaltigkeit 12

Ökologische Dimension von Nachhaltigkeit 12

Ökonomische Dimension von Nachhaltigkeit 13

Soziale Dimension von Nachhaltigkeit 13

Nachhaltigkeitsmodelle 15

Das Drei-Säulen-Modell 15

Das Nachhaltigkeitsdreieck 16

Das integrative Modell 16

Das Vorrangmodell 17

Strategien, um Nachhaltigkeit zu erreichen 20

Effizienz: Besser produzieren 22

Suffizienz: Weniger produzieren 23

Konsistenz: Anders produzieren 24

TEIL 1: WARUM WIR UNS GEDANKEN ÜBER NACHHALTIGKEIT MACHEN SOLLTEN 27

Das Klima wandelt sich, und das hat Folgen 29

Die biologische Vielfalt ist bedroht 37

Warum es eine Illusion ist, dass der Mensch zuletzt ausstirbt 43

Krankes Klima, gefährdeter Mensch 45
Nicht alle sind gleich stark vom Klimawandel
betroffen 47
Frauen und Klimawandel 51
Klimagerechtigkeit 58
Globale (Klima-)Fluchtbewegungen 63
Klimawandel als Armutsvstärker 66

Leben auf Pump: Der Erdüberlastungstag 68

Wie wird berechnet, was *zu viel* ist? 70
Der Erdüberlastungstag kommt immer früher 72
Nicht alle verbrauchen zu viel 73

**Meilensteine der globalen Debatte um nachhaltige
Entwicklung und den Klimawandel 78**

1972: Erster Bericht des *Club of Rome* 80
1987: Brundtland-Bericht 82
1992: Weltumweltkonferenz in Rio de Janeiro 83
1997: Das Kyoto-Protokoll 85
2012: Doha und Kyoto II 87
2015: Das Pariser Klimaabkommen 88
2019: European Green Deal 90
2021: COP26 in Glasgow 91
2022: COP27 in Sharm el-Sheikh 91

TEIL 2: DIE WIRTSCHAFT ALS HEBEL 93

Alles eine Frage des Systems? 94
So funktioniert Kapitalismus 94
Warum der Kapitalismus nicht nachhaltig ist 96

Unsere Lebensweise ist imperial 97
Exkurs: Grüner Kolonialismus 99
Green Economy und alles wird gut? 102

Neue Ideen für unsere Wirtschaft und Gesellschaft 104
Was, wenn die Wirtschaft einfach nicht mehr wächst?
(Postwachstumsökonomie) 105
Für alle nur das Beste (Gemeinwohl-Ökonomie) 110
Den wahren Preis zahlen (*True Cost Accounting*) 113
Pläne der Politik 119

TEIL 3: LASST UNS HANDELN! 121
Politisch aktiv werden 123
Petition unterschrieben! Und nun? 123
Demonstrieren for Future 128
Engagieren in Bewegungen & Co 130
Partei ergreifen 134
Weitere Möglichkeiten 136
 Spenden 137
 Veranstaltungen besuchen 137
 Wählen gehen 137
 Engagement im Alltag 138

Good Jobs, oder: Wie finde ich einen nachhaltigen Job? 139
Was ist ein *Good Job*? 140
Warum jeder Job eine nachhaltige Wahl sein kann 143
 Beispiel Juliette Beke – *Zero Waste*-Friseursalon in
 Dresden 143

Nachhaltigkeit für jeden Tag 147

Ernährung 147

 Bio vs. konventionell 148

 Zu gut für die Tonne! 158

 Müssen wir alle vegan leben? 165

Kosmetik 169

 Crashkurs INCI 170

 Mikroplastik meiden 171

 Weitere kritische Inhaltsstoffe 178

 #LessWaste-Alternativen 179

 Zero Waste Swaps für dein Badezimmer 181

 Ist Naturkosmetik immer besser? 182

Kleidung 185

 Wir alle haben Schrankleichen 189

 Leute machen Kleider 193

 Durchblick im Siegel-Dschungel 198

 Alternative Konsumstrategien 203

Nachhaltig reisen 204

 Planung ist alles 205

 Reisen mit dem Zug 210

 Und ich flieg, flieg, flieg ... 213

Hilfe, meine Familie versteht mich nicht! 216

Warum Gegenwehr erst einmal normal ist 217

Überzeugen ohne Moralkeule 221

Ein paar Worte zum Schluss 226

Quellen 228