

Nachhaltig DIY leben: Dein Guide für einen grüneren Alltag

Alle Schritte kompakt zusammengefasst – zum Ausdrucken und Mitnehmen.

WEBSEITE
easy-co.de

AUTOR
Admineasy

STAND
28.02.2026

7 Schritte · 5 Tipps · 5 FAQs

Anleitung

Folge den Schritten der Reihe nach für das beste Ergebnis.

1

Schritt 1: Dein Putzschrank wird grün

- **Allzweckreiniger selbst mischen:**** Nimm eine leere Sprühflasche. Fülle sie mit 250 ml warmem Wasser, 50 ml Essigessenz und einem Teelöffel Natron. Schüttel das Ganze gut. Damit kriegst du die meisten Oberflächen sauber.
- **Scheuermittel aus Natron:**** Mische einfach Natron mit etwas Wasser zu einer dicken Paste. Gib ein paar Tropfen ätherisches Öl dazu, zum Beispiel Zitrone. Damit kriegst du hartnäckigen Schmutz in Bad und Küche weg.
- **WC-Reiniger mit Zitronensäure:**** Streue abends zwei bis drei Esslöffel Zitronensäurepulver in die Toilette. Über Nacht einwirken lassen. Am nächsten Morgen kurz bürsten und spülen. Das löst Kalk und Schmutz.

2

Schritt 2: Körperpflege ohne Schnickschnack

- **Deo selber rühren:**** Mische 3 Esslöffel Kokosöl (fest), 2 Esslöffel Natron und 2 Esslöffel Speisestärke. Verrühre alles zu einer Creme. Fülle es in ein kleines Glas. Nimm eine erbsengroße Menge und verreib sie unter den Achseln.
- **Feste Seife und Shampoo nutzen:**** Steig um auf feste Seifenstücke und festes Shampoo. Das spart Plastikverpackungen und hält oft länger. Achte auf Naturkosmetik-Zertifikate.
- **Zahnpulver statt Tube:**** Mische feines Natron mit Xylit (Birkenzucker) und optional etwas Pfefferminzöl. Bewahre es in einem kleinen Glas auf. Tauche die feuchte Zahnbürste kurz hinein und putze wie gewohnt.

3

Schritt 3: Küche clever und müllfrei

- **Essensreste verwerten statt wegwerfen:**** Plane deine Einkäufe. Übrig gebliebenes Gemüse wird zur Suppe oder Auflauf. Altes Brot zu Croutons oder Semmelbröseln. Werde kreativ!
- **Unverpackt einkaufen:**** Such in deiner Nähe einen Unverpackt-Laden. Nimm eigene Behälter mit. Auch auf dem Wochenmarkt kannst du viel ohne Verpackung kaufen.
- **Spülmittel selbst machen:**** Sammle Efeu-Blätter, koche sie mit Wasser auf und lass den Sud über Nacht ziehen. Siebe die Blätter ab. Du hast ein mildes, natürliches Spülmittel. Oder nutze einfach Kernseife.

4

Schritt 4: Reparieren statt neu kaufen

- **Kleidung flicken und umfunktionieren:**** Ein Loch in der Hose? Näh es zu oder setz einen Flicken drauf. Aus alten T-Shirts werden Putzlappen. Gib deiner Kleidung ein zweites Leben.
- **Defekte Geräte instand setzen:**** Bevor du etwas wegwirfst, schau, ob es sich reparieren lässt. Oft sind es nur Kleinigkeiten. Es gibt Reparatur-Cafés oder Online-Anleitungen.
- **Möbel aufmöbeln:**** Ein alter Stuhl oder Tisch braucht nicht auf den Sperrmüll. Schleif ihn ab, streich ihn neu, gib ihm einen neuen Bezug. Upcycling spart Geld und Ressourcen.

5

Schritt 5: Müll reduzieren, Kreislauf schließen

- 1 ****Verpackungen konsequent meiden:**** Überleg dir bei jedem Kauf: Brauche ich das wirklich verpackt? Oder gibt es eine Alternative? Ein Stoffbeutel für Obst und Gemüse ist Pflicht.
- 2 ****Bioabfälle kompostieren:**** Hast du einen Garten oder Balkon? Ein Komposter oder eine Wurmbox verwandelt Bioabfälle in wertvollen Dünger. Das entlastet die Mülltonne.
- 3 ****Second Hand nutzen und weitergeben:**** Ob Kleidung, Bücher, Möbel oder Spielzeug – kauf gebraucht und gib Dinge, die du nicht mehr brauchst, weiter. Flohmärkte, Online-Plattformen und Sozialkaufhäuser sind super Adressen.

6

Schritt 6: Energie und Ressourcen bewusst nutzen

- 1 ****Stromfresser identifizieren und abschalten:**** Zieh Stecker von Geräten, die du nicht nutzt. Nutze Mehrfachsteckdosen mit Schalter. LED-Lampen sind Pflicht.
- 2 ****Wasser sparen, wo es geht:**** Dusche kürzer. Sammle Regenwasser für den Garten. Schließ den Wasserhahn beim Zähneputzen. Jeder Tropfen zählt.
- 3 ****Heizung optimieren:**** Heiz nur Räume, die du nutzt. Stoßlüften statt Fenster kippen. Dichte undichte Fenster und Türen ab. Ein Grad weniger spart viel Energie.

7

Schritt 7: Dein nachhaltiger Garten oder Balkon

- 1 ****Eigenes Gemüse anbauen:**** Starte mit Kräutern auf dem Fensterbrett. Dann vielleicht Tomaten oder Salat auf dem Balkon. Frischer geht's nicht und du weißt, wo es herkommt.
- 2 ****Insektenhotel bauen:**** Ein paar Äste, Bambusrohre und ein alter Holzklotz – schon hast du ein Zuhause für Wildbienen. Das fördert die Artenvielfalt.
- 3 ****Regenwasser sammeln und nutzen:**** Stell Regentonnen auf. Das gesammelte Wasser kannst du zum Gießen nutzen. Spart Leitungswasser und ist besser für die Pflanzen.

? Material & Werkzeug

? Materialien

- ? Essigessenz
- ? Natron
- ? Zitronensäurepulver
- ? Kernseife (neutral)
- ? Kokosöl
- ? Speisestärke
- ? Xylit (Birkenzucker)
- ? Ätherische Öle (z.B. Zitrone, Pfefferminze)
- ? Efeu-Blätter
- ? Alte Stoffreste (für Flicker, Putzlappen)
- ? Saatgut (Gemüse, Kräuter)
- ? Äste, Bambusrohre (für Insektenhotel)

? Werkzeuge

- ? Sprühflasche (leer)
- ? Vorratsgläser mit Deckel
- ? Rührschüssel
- ? Löffel
- ? Küchenwaage
- ? Nähzeug
- ? Schraubendreher-Set
- ? Pinsel (für Möbel)

? Profi-Tipps

Tipp 1: ****Starte klein, bleib dran:**** Überfordere dich nicht. Such dir ein oder zwei Bereiche aus, die du zuerst umstellen willst. Jede kleine Änderung zählt und motiviert für mehr.

Tipp 2: ****Selbstgemachtes beschriften:**** Gerade bei Putz- und Pflegeprodukten ist es wichtig, dass du weißt, was drin ist. Beschrifte deine Gläser und Flaschen klar mit Inhalt und Datum.

Tipp 3: ****Qualität vor Quantität:**** Beim Kauf von Materialien oder Werkzeugen gilt: Lieber einmal etwas Gutes kaufen, das lange hält, als billigen Kram, der schnell kaputtgeht.

Tipp 4: ****Nutze Reste kreativ:**** Schale vom Gemüse? Wird zur Brühe. Kaffeesatz? Ist ein prima Peeling oder Dünger. Denk immer einen Schritt weiter, bevor du etwas wegwirfst.

Tipp 5: ****Werde Teil einer Gemeinschaft:**** Such dir Reparatur-Cafés, Tauschbörsen oder Online-Gruppen in deiner Nähe. Da findest du Gleichgesinnte, Tipps und oft auch Hilfe bei Problemen.

? Häufige Fragen

? Ist DIY nachhaltig immer billiger?

Nicht immer sofort. Manche Grundzutaten wirken im ersten Moment teurer. Auf lange Sicht sparst du aber oft, weil du weniger neu kaufen musst und Produkte ergiebiger sind.

? Wie lange halten selbstgemachte Produkte?

Das kommt drauf an. Ohne Konservierungsstoffe sind sie kürzer haltbar als Industrieprodukte. Pflegeprodukte halten meist 2-4 Wochen, Putzmittel länger. Mach lieber kleinere Mengen frisch.

? Woher bekomme ich die Zutaten für DIY-Projekte?

Viele Sachen wie Natron, Essig, Zitronensäure findest du im Supermarkt oder Drogeriemarkt. Spezielle Öle oder Wachse gibt es im Reformhaus, Apotheken oder online in Bio-Shops.

? Was, wenn ich zwei linke Hände habe?

Keine Sorge! Fang mit einfachen Dingen an, wie dem Allzweckreiniger oder dem Deo. Wenn du dich traust, schau dir Online-Tutorials an. Übung macht den Meister, und Fehler sind erlaubt.

? Wie überzeuge ich meine Familie vom nachhaltigen DIY-Leben?

Am besten durch Vorleben. Zeig, wie gut die selbstgemachten Produkte funktionieren und riechen. Erklär die Vorteile für Gesundheit und Umwelt. Fang mit kleinen, einfachen Dingen an, die jeder nutzen kann.

Den vollständigen Artikel mit Bildern findest du auf:

<https://easy-co.de/nachhaltig-diy-leben-guide-alltag/>