

Nachhaltig DIY leben: Einfache Tipps für deinen Alltag

Alle Schritte kompakt zusammengefasst – zum Ausdrucken
und Mitnehmen.

WEBSEITE
easy-co.de

AUTOR
Hannes Nagel

STAND
27.02.2026

7 Schritte · 5 Tipps · 5 FAQs

Anleitung

Folge den Schritten der Reihe nach für das beste Ergebnis.

1

Putzmittel selber machen: Sauber ohne Chemie

- 1 Essigreiniger mischen: Nimm Essigessenz, Wasser und ein paar Tropfen ätherisches Öl. Perfekt für Kalk und Oberflächen.
- 2 Allzweckreiniger herstellen: Backpulver oder Natron mit Wasser und etwas Zitronensäure lösen. Gut für Küche und Bad.
- 3 Geschirrspülmittel rühren: Kernseife reiben, in heißem Wasser auflösen, Natron dazu. Spart Plastikmüll.

2

Körperpflege DIY: Natürliche Schönheit

- 1 Deo-Creme rühren: Kokosöl, Natron und Stärke mischen. Hält frisch und ist hautfreundlich.
- 2 Zahnpulver anrühren: Heilerde, Natron und Xylit verrühren. Putzt sanft die Zähne.
- 3 Haarspülung aus Apfelessig: Ein Schuss Apfelessig auf einen Liter Wasser. Macht die Haare glänzend.

3

Lebensmittel retten & Reste verwerten: Kein Müll, voller Geschmack

- 1 Gemüsebrühe aus Abschnitten: Schalen und Reste von Gemüse sammeln, einfrieren und später zu Brühe kochen.
- 2 Reste-Essen planen: Überlege einmal pro Woche, was du aus den Resten zaubern kannst. Eine Frittata oder ein Auflauf gehen immer.
- 3 Haltbarkeit verlängern: Lebensmittel richtig lagern (z.B. Äpfel nicht neben Kartoffeln). Fermentieren oder Einmachen lernen.

4

Kleidung reparieren & aufwerten: Längere Freude am Lieblingsstück

- 1 Löcher flicken statt wegwerfen: Näh dir ein kleines Reparatur-Set zu. Kleine Löcher sind schnell gestopft oder genäht.
- 2 Upcycling-Projekte starten: Aus alten Jeans eine Tasche nähen oder ein T-Shirt bedrucken. Sei kreativ!
- 3 Pflegehinweise beachten: Wäsche richtig waschen und trocknen, damit sie länger hält.

5

Geschenke selbstgemacht: Persönlich und nachhaltig

- 1 DIY-Geschenke basteln: Selbstgemachte Marmelade, Badekugeln oder ein Kräuteröl sind immer eine gute Idee.
- 2 Erlebnisse verschenken: Statt Materiellem, verschenke einen Gutschein für ein gemeinsames Essen oder einen Ausflug.
- 3 Verpackung wiederverwenden: Alte Zeitungen, Stoffreste oder Gläser als Geschenkverpackung nutzen.

6

Garten & Balkon: Grüner Daumen für die Umwelt

- 1 Kräuter selbst anbauen: Basilikum, Minze oder Schnittlauch auf dem Fensterbrett oder Balkon ziehen. Spart Einkäufe und Verpackung.
- 2 Kompost anlegen: Essensreste und Gartenabfälle kompostieren. Ergibt super Dünger.
- 3 Regenwasser sammeln: Eine Regentonne nutzen, um Pflanzen zu gießen. Spart Leitungswasser.

7

Weniger Müll im Bad: Zero Waste für die Hygiene

- 1 Feste Seifen und Shampoos nutzen: Ersetze Flüssigprodukte in Plastikflaschen durch feste Alternativen.
- 2 Wiederverwendbare Wattepad: Abschminkpads aus Stoff waschen und immer wieder nutzen.
- 3 Bambus-Zahnbürsten verwenden: Eine kleine Umstellung mit großer Wirkung.

? Material & Werkzeug

? Materialien

- ? Natron (Natriumhydrogencarbonat)
- ? Zitronensäurepulver
- ? Essigessenz
- ? Kernseife (ungesalzen)
- ? Ätherische Öle (z.B. Zitrone, Lavendel)
- ? Kokosöl
- ? Stärke (z.B. Maisstärke)
- ? Heilerde
- ? Apfelessig
- ? Stoffreste
- ? Leere Gläser/Flaschen

? Werkzeuge

- ? Sprühflaschen
- ? Messbecher
- ? Rührschüssel
- ? Trichter
- ? Nähzeug (Nadel, Faden, Schere)
- ? Einweckgläser

? Profi-Tipps

Tipp 1: Starte klein: Such dir ein, zwei Bereiche aus, die dich am meisten ansprechen. Nicht alles auf einmal umkrempeln.

Tipp 2: Sammle Vorräte: Leere Gläser, Flaschen, Stoffreste – alles kann wiederverwendet werden. Leg dir eine 'Upcycling-Kiste' an.

Tipp 3: Informiere dich: Es gibt viele Blogs, Bücher und Kurse zum Thema. Tausch dich mit Gleichgesinnten aus.

Tipp 4: Qualität statt Quantität: Kauf lieber weniger, dafür langlebige Dinge, die du reparieren kannst.

Tipp 5: Sei geduldig: Nicht alles klappt auf Anhieb. Das ist normal. Dranbleiben lohnt sich!

? Häufige Fragen

? Ist DIY wirklich günstiger?

Oft ja, besonders bei Putz- und Pflegeprodukten. Anfangs können die Basiszutaten teurer wirken, aber sie reichen lange.

? Wie fange ich am besten an?

Wähle einen Bereich, der dich am meisten stört oder am einfachsten umzusetzen ist, z.B. Putzmittel.

? Woher bekomme ich die Zutaten?

Drogeriemärkte, Reformhäuser, Unverpackt-Läden oder online.

? Wie viel Zeit brauche ich dafür?

Das kommt drauf an. Viele DIY-Projekte sind schnell gemacht. Plane am Anfang etwas mehr Zeit ein zum Recherchieren.

? Ist selbstgemacht genauso effektiv?

Ja, meistens sogar besser, weil du weißt, was drin ist. Bei manchen Produkten muss man sich an die richtige Dosierung herantasten.

Den vollständigen Artikel mit Bildern findest du auf:

<https://easy-co.de/nachhaltig-diy-leben-2/>