

# NACHHALTIGKEIT – EINE WOCHE IM SELBSTTEST

*Dieses Rezept enthält Werbung*

## NACHHALTIGKEIT – EINE WOCHE IM SELBSTTEST

Nachhaltigkeit ist ein großer Begriff der von Tag zu Tag öfter auftaucht und immer mehr Bedeutung erlangt. Er schließt den Raubbau an der Natur genau so ein wie die Ausbeutung von menschlichen Ressourcen. Man soll auf lange Sicht vorausschauend und verantwortungsbewusst handeln.

Ich lasse es drauf ankommen und starte in Kooperation mit der Rewe Nachhaltigkeitsinitiative „Gemeinsam Gutes tun“ einen Einwöchigen Selbsttest. Diese Woche werde ich meinen Einkauf und auch mein Kochverhalten so nachhaltig wie möglich gestalten. Dabei werde ich euch auf Facebook und Twitter regelmäßig auf dem Laufenden halten. In der nächsten Woche gibt es dann die passenden Rezepte – eine ganze Woche von Montag bis Sonntag. Mit schnellen Rezepten für den Feierabend, einer leckeren Pasta für den Mädelsabend und dem vollen Wochenend-Programm.

Gemeinsam Gutes tun – die Nachhaltigkeitsinitiative von REWE

Verantwortliches Handeln im Sinne der Gemeinschaft ist für REWE fester Bestandteil der Unternehmenskultur. Denn neben wirtschaftlichen Faktoren, die es zu beachten gilt, kann ein Unternehmen nur wachsen, wenn es Umwelt und Ressourcen schont, die Zufriedenheit der Mitarbeiter fördert und mit seinen Partnern fair und vertrauensvoll umgeht.

Für sein Engagement wurde das Unternehmen in den letzten Jahren mit zahlreichen Preisen, etwa dem Deutschen Nachhaltigkeitspreis 2010, dem Deutschen CSR Preis 2012, dem Tafel Teller 2013, dem Siegel als Top Arbeitgeber und dem Fairtrade-Award 2014 ausgezeichnet. Verantwortliches Handeln bedeutet nachhaltiges Handeln – und gemeinsam an einem Strang ziehen. Weitere Informationen gibt es unter [www.rewe.de/nachhaltigkeit](http://www.rewe.de/nachhaltigkeit).



Die Herausforderung:

In der Theorie klingt das gut – wer von uns will nicht gut essen und dabei noch verantwortungsbewusst handeln und an Mensch und Natur denken – aber wie gut lässt sich das im Alltag umsetzen? Und was gehört alles dazu? Wird mein Einkauf komplizierter? Muss ich auf viele Dinge verzichten? Das unternehmenseigene Nachhaltigkeitslabel PRO PLANET kennzeichnet Produkte, die Umwelt und Gesellschaft während ihrer Herstellung, Verarbeitung oder Verwendung weniger belasten. Die Liste der Produkte mit dem Pro Planet Label ist lang, es gibt außerdem noch die „Regional“ Artikel, das „Rewe Bio“ Sortiment und zahlreiche Fair Trade Produkte.



Mein erster Einkauf:

Den ersten Einkauf haben wir bereits am Samstag Nachmittag erledigt, so kann ich heute Abend in der Küche direkt mit euch loslegen. Für die ersten zwei Tage habe ich alles bekommen. Mein Schwerpunkt lag auf den Aspekten Regional, Saisonal und Pro Planet, bzw. Rewe Bio. Der Einkauf hat etwas länger gedauert als sonst – dafür habe ich aber bisher auf keine Zutat verzichten müssen und überall ein passendes Produkt gefunden.



Ich bin gespannt, was ich euch am Ende dieser Woche berichten kann und freue mich schon darauf viele schöne Rezepte mit euch zu teilen.

*Diese Aktion findet in freundlicher Kooperation mit der Rewe Nachhaltigkeitsinitiative „Gemeinsam Gutes tun“ statt. Alle Erfahrungen die ich im Laufe dieser Woche sammle und alle Eindrücke über die ich hier berichten werde entsprechen meiner persönlichen Meinung und sind davon unbeeinflusst.*