

Müllfrei mit Baby

Ratgeber für weniger Müll- und Plastikverbrauch mit Baby und Kleinkind

Auch beim Baby gilt, dass wieder verwenden, weiterverwenden und so lange wie möglich verwenden am meisten Müll spart. D.h.: Gebraucht kaufen in Second Hand Läden oder Online, leihen, von Freunden geschenkt bekommen und bei Ende der Verwendung weitergeben und wieder verkaufen. Wenn neu kaufen, dann möglichst aus Naturmaterialien, ohne Plastik. Weniger ist mehr.

1. Hygiene (Wickeln und Bad)

- Pflege- und Feuchttücher: Kleine, waschbare Baumwolltücher
- Neben Wickeltisch wird ein abdeckbarer Eimer mit Wäschenetz gestellt (für benutzte Windeln und Tücher gestellt). Wäschenetz kann dann einfach mit Inhalt heraus genommen und in die Waschmaschine gesteckt werden.
- Für unterwegs:
 - Nasstasche für gebrauchte Windeln und Baumwolltücher
 - Waschbare Wickelunterlage
 - Minireißverschlussstasche (wasserfest) für feuchte Baumwolltücher (ggf. eine zweite kleine Reißverschlussstasche für dreckige Baumwolltücher)
- Baden
 - Keine Babyshampoos- oder Duschgels benutzen, da diese nicht nur wegen der Verpackung, sondern auch wegen ungesunder Zusätze unnötig sind. Einfach ein Schuss Olivenöl ins Badewasser.
 - Plastik-Badewannen sind normalerweise nicht nötig - benutze Waschbecken,
- Ab dem ersten Zahn: Zähneputzen mit Bambuszahnbürste für Kinder

2. Stillen

- Länger stillen (6. Monate voll stillen und bis ca 2 Jahre weiterstillen) ist nicht nur von der WHO (World Health Organisation) empfohlen, sondern spart auch Ressourcen und Geld.
- Stillkissen: entweder gebraucht - oder am besten mit einer Füllung aus Körnern (z.B. Dinkelspelz).
- Spucktücher aus Bio-Baumwolle
- Waschbare Stilleinlagen z.B. aus Baumwolle

3. Essen und Trinken

- Zufüttern: frische Zutaten (z.B. Kartoffeln, Möhren, Broccoli) vorbereiten, klein mixen und in alte Marmeladegläser abfüllen. So können kleine Portionen im Eisfach aufbewahrt werden und recht schnell aufgetaut und warm gemacht werden.
- Löffelchen nur aus Edelstahl verwenden
- Babyfläschchen: aus Glas (im normalen Drogeriehandel) - oder aus Edelstahl und Silikon (im Internet zu bestellen)

4. Kleidung

- Baby- und Kindersachen werden oft nur kurz gebraucht und können oft in guter Qualität wieder erworben werden:
 - von Freunden und Familie oder in Krippen und Kindergärten
 - Second-Hand Kinderläden
 - online Plattformen (wie z.B. Kleinanzeigen)
 - Kinderbasare
- Bevorzugte Materialien: natürliche Fasern wie Bio-Baumwolle. Polyesterfasern vermeiden, da diese nicht nur Plastik auf der Haut bedeuten, sondern auch bei jedem Waschen Plastikfasern in das Abwasser gelangen.
- Kleidungssachen bevorzugen, die man besonders lange benutzen kann, da sie mitwachsen. Z.B.: Strampelsack, Pumphose oder auch bestimmte Kleider
- Reparieren/ Verstärken

5. Spielsachen

- Kinder / Baby's finden Alltagsgegenstände besonders toll. Was brauchen Kinder wirklich?
- Benutzte Spielsachen
- Präferiere Spielsachen aus Holz