

Titel: **Genuss und Nachhaltigkeit**

Untertitel: ***Handbuch zur Veränderung des persönlichen Lebensstils***

Autor: **Dan Jakubowicz**

Klappentexte: Nachhaltigkeit bedeutet Fairness. Fairness zwischen den Generationen durch Bewahrung der natürlichen Lebensgrundlage. Fairness auch innerhalb einer Generation durch Ausgleich des Wohlstandsgefälles zwischen armen und reichen Regionen. Und Fairness schließlich verstanden als Grundlage zum Abbau von Diskriminierungen. Nachhaltigkeit heißt in diesem Buch aber auch Genuss: die verhärmte Öko-Askese der 80er Jahre gehört der Vergangenheit an. Neue Formen nachhaltigen Lustgewinns bieten Chancen für die persönliche Entfaltung.

Weniger ist oft mehr. Wer dieses Handbuch gebraucht, wird vielleicht etwas weniger, dafür aber besseres Fleisch essen; etwas weniger, aber qualitativere Kleidungsstücke besitzen; sowie vielleicht etwas weniger arbeiten und dafür auch weniger Konsumwaren erwerben; Freizeit nicht als Aufruf zum Kaufrausch begreifen, sondern als Möglichkeit zur Pflege sozialer Kontakte.

Mit einem Satz: besser leben – besser: leben!

Dan Jakubowicz, geboren 1953, studierte industrielle Elektronik in Wien. Als Techniker war er aktiv in der Anti-AKW-Bewegung tätig, die in Österreich zur Verhinderung der Inbetriebnahme des einzigen AKW – Zwentendorf – geführt hatte.

Inhaltsverzeichnis:

Kapitel 1: Genuss statt Verzicht

Die Auswahl der Ziele
Die drei Nachhaltigkeitsmodelle
Unser Ansatz
„Halbe-Halbe“ und der Umweltraum
Diagnose: Die Lage der Welt
Ein Einwand: Globale Gleichmacherei?
Neues probieren

Kapitel 2: Unser Essen

Wie viel ist „zu viel“?
Land-Indexpunkte – ein einfaches System
Fleisch macht Hunger
Genießen mit weniger Fleisch
Erdöl im Essen? Die CO₂-Indexpunkte
Unsere Nahrung auf Reisen
Wie frisch ist eigentlich „frisch“?

Arche Noah in Ihrem Garten
Im Rhythmus des Jahres
„Bio“ - was bringt's?
Orangensaft ist gesund
Mach Freude mit Blumen!
Des Menschen bester Freund

Kapitel 3: Wie kleiden Sie sich?

Bestandsaufnahme: Was wir tragen
Öko-Bewusste als Nachhaltigkeits-Sünder?
Textilien brauchen Energie
Baumwolle – ökologische und soziale Argumente
Entsorgen von Textilien
Die „bösen M“: Mode und Makellosigkeit
Was also tun?
Gut statt viel
Textil-Etiketten
Zum Schluss: Kleiner Textil-Knigge

Kapitel 4: Wie würden Sie gerne wohnen?

Veränderte Bedürfnisse durch veränderten Lebensstil
Bauen: Massen in Bewegung
„Sie hab'n a Haus baut“
Heizen – aber wie?
Wie viel Liter braucht ihr Haus oder Ihre Wohnung?
Lassen Sie sich doch beraten!
Wo wohnen Sie im Urlaub?
Zum Schluss: Kleiner Wohn-Knigge

Kapitel 5: Die Dinge und Sie

Interview mit Herrn Meier
Arbeitslosigkeit durch langlebigere Produkte?
Wie sieht das alles nun aus dem Blickwinkel der
Nachhaltigkeit aus?
Arbeitszeitverkürzung als Ausweg?
Werbung – ist sie des Teufels?
Und die Waschmittelwerbung?
Werbung und Mode
Brot und Spiele
Kann das denn wahr sein?
Ein Ausweg: Der Nega-Euro
Von der Nachbarschaftshilfe zum Tauschkreis
Zurück zu Herrn Meier
Die Patina der Dinge
Alt aber gut
„Second Hand“ - Partisanen gegen die Wegwerfgesellschaft
Zahlt sich reparieren aus?
Vom „Das-ist-meins“-Alter zum gemeinschaftsfähigen

Erwachsenen

Nutzen statt besitzen

Soziale Fallen – am Beispiel öffentlicher Verkehr

Kapitel 6: Lebensstil: Was brauchen Sie?

Leben

Sättigung

Körpergefühl

Raum

Zeit

Schönheit

Weltanschauung

Macht

Tätigkeit und Muße

Kapitel 7: Die Welt verändern

Die Macht des Konsumenten

Die Macht des Wählers

Die Macht des Meinungsbildners

Sich verpflichten – sich vernetzen

Gemeinsam handeln

Zusammenfassung: Die wichtigsten zehn Schritte

Wie dieses Buch entstanden ist

Anhang A: Die größte Herausforderung des 21. Jahrhunderts

Anhang B: „Aufbruch“-Gruppen

Anhang C: Unser Bewusstsein ändert sich

Anhang D: Aufruf zu einem genussvollen, solidarischen und ökologischen Lebensstil

Anhang E: Anders besser leben

Anhang F: Das Projekt „Futuro“

Anhang G: Lesetipps