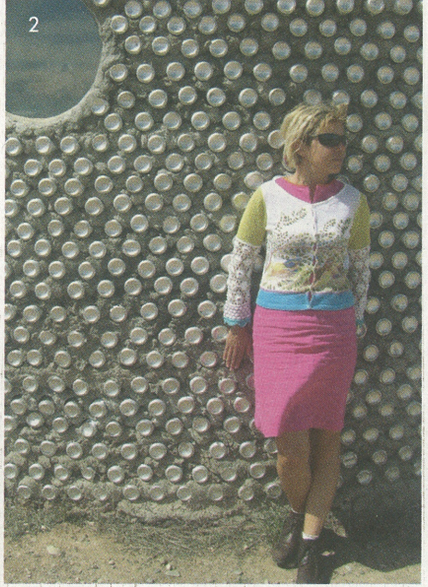
1 / **Rika Schneider** verkauft in der Äss-Bar Brot „frisch von gestern". **2** / **Margarita Manev** wohnt im Earthship selbstbestimmt und ressourcensparend.
3 / **Shia Su** lebt ohne Müll und erzählt davon auf ihrem Blog.



1 | RIKA SCHNEIDER, ÄSS-BAR:

Wer kauft Brot vom Vortag?

Brot vom Vortag zum halben Preis: Mit diesem Konzept hat 2013 die erste Äss-Bar im Züricher Altstadt-Teil Niederdorf eröffnet. Rika Schneider ist von Anfang an an vorderster Front dabei. „Als einzige Mitarbeiterin habe ich das Brot bei den Bäckereien selbst abgeholt und anschließend verkauft", erinnert sie sich. Damals steckte die Äss-Bar noch in der Probephase. Drei Monate Zeit gaben sich die vier Geschäftsführer, dann sollte sich herausstellen: Ist das Geschäftsmodell „top" oder „flop"?

Heute gibt es die Äss-Bar sieben Mal in der Schweiz, außerdem einen mobilen Foodtruck und einen Lieferservice. Das Brot wird jeden Morgen von rund 80 Bäckereien abgeholt. Damit verhindert die Äss-Bar jährlich die Entsorgung von über 250 Tonnen Backwaren.

„Frisch von gestern" kommt gut an. „Zu unseren Kunden gehören Studenten ebenso wie Professoren, Handwerker ebenso wie Mütter und Kinder", erzählt Rika Schneider. Sie schätzen nicht nur die hohe Qualität und den günstigen Preis, sondern auch die herzliche Atmosphäre: „Ein gutes Miteinander ist uns besonders wichtig."

www.aess-bar.ch

2 | VEREIN ZEMĚLOĎ, EARTHSHIP:

Wie wohnt es sich im Earthship?

Unweit des tschechischen Städchens Sázava ist 2012 das Earthship „Zeměnka" gelandet. Earthships, also „Erdschiffe" sind autarke Häuser, die zu einem guten Teil aus Erde und Zivilisationsabfällen wie alten Reifen, Dosen und Flaschen bestehen. Die Idee stammt vom Architekten Michael Reynolds, der auch am Bau von Zeměnka beteiligt war. „Das Earthship ist ein lebendiges und gleichzeitig unglaublich stilles Haus. Im Gewächshaus aus Erde zu leben, heißt, die Natur zu lieben", sagt Margarita Manev.

Gemeinsam mit Martin Pruška hat sie das Europäische Earthshipzentrum Zemělod, gegründet. Der Verein zeigt, wie ein selbstversorgtes Leben aussehen kann, und bietet Seminare, Workshops und Führungen an. „Das Wichtigste ist das sich selbst erhaltende Off-grid-System", erklärt Martin Pruška. So wird Regenwasser mithilfe von Filtern zu Trinkwasser aufbereitet und anschließend mehrfach wiederverwendet. Strom kommt von der Sonne und die Wände aus Lehm regulieren die Wärme, weshalb ein kleiner Holzofen zum Heizen im Winter ausreicht. Ressourcenverbrauch und Kosten werden so auf ein Minimum reduziert – zugunsten der Lebensqualität.

www.zemelod.cz/de

3 | SHIA SU, WASTELAND REBEL:

Was bringt 0-Waste im Alltag?

„Mein Mann und ich wollten nie ‚zero waste' werden, da sind wir nur reingerutscht." Und doch haben Shia Su und ihr Mann in den vergangenen drei Jahren nur einige hundert Gramm Rest- und „Gelber Sack"-Müll produziert. Geht man davon aus, dass in Deutschland 617 Kilogramm Haushaltsmüll pro Person im Jahr anfallen, haben sie seit damals etwa 2,4 Tonnen Abfälle vermieden. Das ist gut für die Umwelt und die Gesundheit, macht Spaß und spart Zeit. „Wir müssen seltener einkaufen, keinen Müll mehr runterbringen und der Haushalt ist schneller gemacht", erzählt Shia Su.

Ihren Alltag dokumentiert sie auf ihrem Blog „Westeland Rebel". Dort stellt sie auch 0-Waste-Alternativen für viele Lebensbereiche vor. 2016 hat Shia Su ihr Buch „Zero Waste. Weniger Müll ist das neue Grün" veröffentlicht. Damit richtet sie sich hauptsächlich an Einsteiger: „Es ist ein Konzept mit einfachen Kniffen und Rezepten, damit auch wirklich jeder Teile davon in den eigenen Alltag einbauen kann."

westelandrebel.com

Buchtipp: „Zero Waste. Weniger Müll ist das neue Grün" von Shia Su, Freya Verlag, 2016, 160 Seiten

Fotos: Earthship, Shia Su, Äss-Bar, Katja Greco (2)