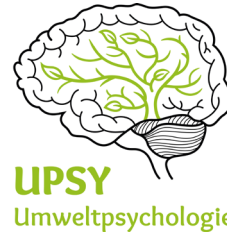


Der Green Guide

Nachhaltig leben – ein Thema, das viele beschäftigt, doch der Weg dorthin ist manchmal schwieriger als gedacht. Gerade für diejenigen, die neu in der Stadt sind oder erst anfangen, sich mit diesen komplexen Fragen zu beschäftigen. Wo kann man plastikfrei einkaufen? Wo regional und ohne tierische Produkte Essen gehen? Wie kann ich meinen Konsum eindämmen und Second Hand Klamotten bekommen? In Zeiten der Globalisierung und der Angst vor der Klimakatastrophe erscheint es manchmal, als könne Mensch als Einzelne*r kaum etwas dagegen tun. Doch durch unser individuelles Handeln haben wir großen Einfluss auf unsere Umwelt: wir können schon in unserer Einkaufstüte anfangen, aktiv gegen Abfall und den Klimaschutz zu kämpfen. Wir, die Grüne Jugend Konstanz, haben in Kooperation mit der HSG Umweltpsychologie den Flyer „Green Guide – Nachhaltig durch Konstanz“ erstellt, um euch ein nachhaltiges Leben in Konstanz zu erleichtern. Wir informieren euch über die Top-Adressen für regionales und veganes Essen, Einzelhandel sowie Reparieren & Wiederverwenden in Konstanz – praktisch nach Stadtteilen sortiert. Außerdem geben wir euch Tipps zu (über-) regionalen Apps, die euch das Teilen und eine grünere Mobilität erleichtern. Auf unserer Internetseite findet ihr zudem einen Stadtplan, wo alle Geschäfte eingezeichnet sind. Wir freuen uns sehr, wenn euch die allererste Ausgabe unseres Nachhaltigkeitsflyers gefällt. Habt ihr Lust, euch für ein grünes Konstanz zu engagieren? Dann kommt doch bei uns vorbei. Wir freuen uns auf euch!

Eure
Grüne Jugend Konstanz
Hochschulgruppe Umweltpsychologie

Herausgeber



Unseren Stadtplan und alle aktuellen Versionen findet ihr auf unserer aktuellen Internetseite:



<https://www.gj-konstanz.de>

Du hast Anregungen, Fragen zu den Kriterien des Nachhaltigkeitsflyers oder möchtest in die nächste Ausgabe des Flyers aufgenommen werden? Super! Melde dich gerne unter: kontakt@gj-konstanz.de



Nachhaltig durch Konstanz

Einzelhandel – Lebensmittel



Konstanz hat zwei Wochenmärkte, auf denen jeweils zweimal pro Woche regionale Lebensmittel angeboten werden. Natürlich hat Konstanz auch die üblichen Händler, die euch biologische und regionale Vielfalt liefern.

Petershausen & beyond

- ☑ Wochenmarkt Sankt-Gebhard-Platz Altstadt & Paradies (Mi, Sa)
- ☑ Wochenmarkt Sankt-Stephansplatz (Di, Fr)
- ☑ Alnatura
- ☑ Denns
- ☑ Biobäckerei Reginbrot
- ☑ Silo Unverpackt Laden
- ☑ Reformhaus- vier Mal in Konstanz

Fürstenberg

- ☑ Wegwarte Naturkost & Catering

Wollmatingen

- ☑ Unverpackt Laden
- ☑ Denns
- ☑ Edeka, Kaufland & Rewe – Einkaufen von Wurst und Käse an der Theke mit der Dose; von Obst und Gemüse in wiederverwendbaren Netzen

Kleidung



Petershausen & beyond

- ☑ Second Hand La-Segunda
- ☑ Second Heaven

Altstadt

- ☑ Cha Cha Men & Cha Cha Women
- ☑ Luvin
- ☑ Maas Natur
- ☑ Seconda Mano – Second Hand Boutique Online aus Konstanz
- ☑ 3 Freunde

Restaurants



Bio und regional, vegetarisch und vegan, in Konstanz gibt es fantastische Möglichkeiten, eine nachhaltige Landwirtschaft und Ernährung zu unterstützen. Wir stellen euch unsere Lieblingsadressen vor.

Petershausen & beyond

- ☑ Holly's
- ☑ Sol

Altstadt & Paradies

- ☑ Burgerheart
- ☑ Café Mondial
- ☑ Ess Bar
- ☑ Eugens
- ☑ Gladina Café & Eisdielen
- ☑ Karma
- ☑ Kervan
- ☑ Maharani
- ☑ Mayura
- ☑ Stadtkind
- ☑ Suppengrün
- ☑ Tolle Knolle
- ☑ Voglhaus

Litzelstetten

- ☑ Ko'ono

Reparieren & Wiederverwenden



So gut wie jedes Produkt kann man heute schon nach fairen und ökologischen Standards kaufen. Noch nachhaltiger ist es natürlich, die Dinge, die man bereits hat, einfach weiterzuschicken oder zu reparieren. Mit anderen zusammen macht das noch mehr Spaß.

- ☑ Fairkauf Konstanz
- ☑ Selbstbedienungs- Fahrradreparaturstand HTWG
- ☑ Fahrradwerkstatt Universität

Digitales



Rette leckeres Essen und bekämpfe die Lebensmittelverschwendung. Lerne neue Leute beim Kleidertauschen kennen. Teile dein übriges Essen. Leih dir ein Fahrrad. Leih dir ein Auto. So viele Möglichkeiten! Digital macht's möglich.

Teilen und Schenken

- ☑ Foodsharing
- ☑ Kleiderkreisel
- ☑ Nemms
- ☑ Toogoodtogo
- ☑ Verschenk's Konstanz (FB)

Mobilität

- ☑ Carsharing Ökostadt Konstanz
- ☑ Fahrinfo Stadtwerke App
- ☑ KONRad – Fahrradmietsystem
- ☑ Stadtmobil Südbaden Carsharing