

Presstext

Wie kann ich mein Zuhause nachhaltiger gestalten und wo fange ich damit an? Dieser umfassende und praxisnahe Guide bietet Tipps, Tricks und Vorschläge für eine leicht umzusetzende nachhaltige Lebensweise in allen Bereichen. Mit dem Autorinnentrio geht's von Raum zu Raum, man steigt da ein, wo man möchte. Mit selbsterprobten Ratschlägen zeigen sie in den Bereichen Wohnen, Küche und Haushalt clevere Lösungen und Less-Waste-Tipps auf: Wie kann Wäsche „natürlich“ gewaschen werden, was wird im Badezimmer gebraucht, welche Putzmittel sind tatsächlich sinnvoll und welche Siegel stehen für was und sind vertrauenswürdig? Dazu liefern sie zahlreiche Anregungen, wie konventionelle Produkte ganz leicht ersetzt werden können: Bienenwachstücher statt Frischhaltefolie, wiederverwendbare Abschminkpads statt Wegwerfartikel oder Mais-Zahnseide statt herkömmlicher Zahnseide. Diverse Checklisten, Icons, DIYs und übersichtliche Tabellen inspirieren, begeistern und machen Lust, die Ärmel hochzukrempeln und sofort loszulegen. Porträts von weiteren Nachhaltigkeitsexpert*innen zeigen außerdem praxisnah, wie man mit kleinen Veränderungen die Welt ein bisschen besser machen kann. Zusammen mit den besten Adressen und Links zu Unverpackt-Läden, Repair-Shops und Co führt der praktische Guide in ein rundum nachhaltiges Zuhause zum Wohlfühlen.



Jana Wischnewski-Kolbe und **Christine Weidenweber** sind als Autorinnen, freie Journalistinnen und Redakteurinnen, **Anne Peter** als Art Directorin für verschiedene Lifestyle-Magazine tätig. Ihr Online-Magazin *My GREEN Home* versorgt bei Instagram täglich über 5.000 User*innen mit neuen Inspirationen. Die Autorinnen probieren alles rund um das Thema Nachhaltigkeit selber aus, vom Waschen mit Efeu und Kastanien bis zu Bienenwachstüchern, dem Regrown von Gemüseresten und Zero Waste Kochen.

KNESEBECK
Das besondere Buch



Christine Weidenweber, Jana Wischnewski-Kolbe, Anne Peter

My GREEN Home *Dein Guide für ein nachhaltiges Zuhause*

**Klappenbroschur, 224 Seiten,
mit 200 farbigen Abbildungen
Preis € 25,- [D] 25,70 [A]
ISBN 978-3-95728-372-6
Erscheinungstermin 21. Februar 2020**

Weitere Informationen unter:
<https://www.mygreenhome.rocks/>
Facebook: /mygreenhomemag
Instagram: @mygreenhomemag

Gerne senden wir Ihnen die Übersicht aller freigegebenen Pressebilder. Im Rahmen einer Rezension sind das Cover, Autor*innenfotos sowie bis zu drei der folgenden Illustrationen/Fotografien zum Abdruck freigegeben: S. 17, S. 25, S. 26, S. 37, S. 38, S. 39, S. 47 rechts, S. 65, S. 80, S. 83, S. 106, S. 111, S. 123 links, S. 144, S. 149, S. 173, S. 177, S. 189, S. 200 oben rechts, S. 202 oben links, S. 2014.
Interviews sind möglich.

Pressebilder

Christine Weidenweber, Jana Wischnewski-Kolbe & Anne Peter: My GREEN Home

KNESEBECK

Das besondere Buch



Bild 1

Seite 17

Allein in der Bundeshauptstadt Berlin fallen pro Tag fast eine Million Coffee to go Einwegbecher an. Wiederverwendbare Becher und Tassen sind gute Alternativen.
© Shutterstock/Igisheva Maria



Bild 2

Seite 24-25

Brauchen wir das alles wirklich?



Bild 3

Seite 26

Auch in der Küche gibt es viele Ansatzpunkte, um Abfall zu reduzieren und die Umwelt zu entlasten.

© Shutterstock/Sentella



Bild 4

Seite 37

Unverpackt einkaufen: so geht's!
© bosotochka, Wondervendy, NotionPic, oixxo



Bild 5

Seite 38-39

Zu Gast bei gramm.genau, dem Unverpackt-Laden in Frankfurt am Main
© Gramm.Genau; Kathi Krechting/k.fotografie&artdesign



Bild 7

Seite 47

Mit „Meal Prep“ ökonomisch und nachhaltig in der Küche wirtschaften.
© Shutterstock/Elena Veselova



Bild 8

Seite 65

Erst prüfen, bevor man wegwirft
© Kamieshkova, ALLNikArt, Aluna1, Victoria Sergeeva, Lyudmyla Kharlamova, Nikiparonaks, linear-testpilot, Drawlab19



Bild 9

Seite 80

Resteverwertung: Rezept für Arme Ritter
© Shutterstock/Liliya Kandrashovich



Bild 10

Seite 83

Regrow: Gemüsereste nachwachsen lassen ist oft sehr einfach und macht zudem Spaß.

© Shutterstock/On SET



Bild 11

Seite 106

Putztücher und Bürsten aus nachwachsenden Rohstoffen

© Shutterstock/Igisheva Maria



Bild 12

Seite 111

Manche selbstgemachte Reiniger funktionieren sogar besser als gekaufte, finden Jette und Jeanette von *Sauberkasten*. Das Konzept: Der Sauberkasten ist ein Set, mit dem du Wasch- und Reinigungsmittel selbst herstellen kannst.

© Sauberkasten



Bild 14

Seite 123

Kastanien-Waschmittel selbst gemacht

© Shutterstock/Heike Rau



Bild 15

Seite 144

Zu Gast bei Inga von Zero Waste Deutschland

© Inga Kälber

Do it!

MACH DEINE Kosmetik EINFACH SELBST - AUS ZUTATEN AUS DEINEM HAUSHALT:

HAUTBARKEIT

Kennst du natürlichen Produkten so wenig lange Kultur als Aromenstoffe? Wie? Bevor du dich keine Können-Menge zu.

DAS BRAUCHST DU:	DAS WIRD DARAUß:
HONIG, BIENENWACHE	Haarölchen, Lippenbalsam
OLIVENÖL, KOKOSÖL, RAPSÖL ETC.	Seife, Reinigungsmitel, Hautpflege
BIER	Haaröl, Feuchtig
EIER	Haaröl, Gesichtspackungen, Reinigung
APFELSSIG	Haaröl, Gesichtsmaske, Reinigung
MEERSSALZ	Peeling, Badewasser
KREBSEIFE	zur Selbstherstellung
KRÄUTER	Zusatzstoffe für alle aromatischen Produkte, Aromen, Reinigung
MEHL	Masken, Shampoo
HAFERFLOCKEN	Reinigung
KAFFEESETZ	Peeling
MALVEN	Öle
MILCH, QUARK, BUTTERMILCH	Masken, Peeling, Reinigung

Bild 16

Seite 149

Kosmetik selber machen



Bild 17

Seite 173

Insbesondere bei Kosmetikprodukten sollte auf die Inhaltsstoffe, aber auch auf z.B. die Verpackung geachtet werden.

© Shutterstock/SpelaG91



Bild 18

Seite 177

Minimalismus Zuhause oder weniger ist mehr - und vor allem umweltschonender.

© Shutterstock/Followtheflow



Bild 19

Seite 189

Auch die eigenen vier Wände lassen sich umweltfreundlich gestalten, z.B. mit ökologischen Wandfarben.

© Shutterstock/Followtheflow



Bild 20

Seite 200

Upcycling: Mit benutzten Konservendosen lässt sich so einiges machen.

© Anne Peter



Bild 21

Seite 202

Upcycling: Aus alten Weinkisten lassen sich tolle Möbelstücke kreieren.

© Shutterstock/Photographee.eu



Bild 22

Seite 214

© Shutterstock/j.chizhe



Autorin Christine Weidenweber
© Christine Weidenweber



Autorin Jana Wischnewski-Kolbe
© Markus Dietze



Autorin Anne Peter
© Anne Peter

Copyrights:

[Siehe Bildlabel]/Knesebeck Verlag

Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne Druckdaten. Bis zu drei Fotos, ein Autorenfoto sowie das Cover sind im Kontext einer Buchbesprechung honorarfrei.

Online dürfen Sie gern mehr Bilder (in geringerer Auflösung) zeigen. Für TV-Beiträge können Sie ebenfalls mehr Bildmaterial verwenden. Melden Sie sich dazu gern bei uns!