

Deine **KLIMA-CHALLENGE**

PLOGGING?

Selbstexperiment:

Schaffst du es, unterwegs
einen Beutel Abfall zu
sammeln?



HINTERGRUND

Müll ist überall. Egal ob im Wald, Park, Fluss oder vor der eigenen Haustür. Wir alle produzieren tagtäglich Müll. Und jedes Produkt, das nicht organisch, sondern aus synthetischen Stoffen hergestellt ist und in die Umwelt gelangt, wird zum Problem, da Bestandteile/Inhaltsstoffe durch Mikroorganismen nicht zersetzt werden. Sie gelangen in den Naturkreislauf und damit auch in unsere Nahrung. Besonders betroffen sind unsere Böden und Gewässer!

[Was ist Plogging?]

Zusammengesetzt aus dem schwedischen "plocka" für aufheben und Jogging, wird im Gegensatz zum normalen Jogging während des Laufens Müll gesammelt. Der Trend wurde 2016 vom Schweden Erik Ahlström ins Leben gerufen. Viele ärgern sich, wenn Müll, Verpackungen und Kippenstummel herumliegen. Gerade in der Stadt fragt man sich, warum Müll sammeln,



wenn es die Stadtreinigung gibt. Diese putzt aber nicht jedem weggeworfenen Teil hinterher, sondern kommt nur mehrmals pro Woche - Zeit genug, dass Abfall in Flüsse geweht wird oder sich in Bäumen und Büschen verhängt.

Und ja, es ist häufig der Müll der Anderen und es wird auch immer Menschen geben, die achtlos Dinge in die Gegend werfen. Es ist vielleicht auch nicht das Schönste, diesen Müll wegzuräumen, aber DU setzt ein klares ZEICHEN dafür, die Umwelt zu verbessern. Plogging kann auch ein erster Schritt sein, um über nachhaltigen Konsum und Müllentsorgung nachzudenken.

TIPP: Große Brocken kannst du auch über „[Mängelmelder](#)“ melden, diese werden dann von der Stadt Dresden beräumt.

Challenge *...accepted!*

Du gehst joggen oder machst öfter Spaziergänge, z.B. in Parks oder entlang der Elbe? Nimm dir einmal pro Woche vor, dabei Müll zu sammeln:

1. Packe zwei Mülltüten beim nächsten Joggen oder ausgedehnten Spaziergang ein.
2. Sammle am Wegesrand herumliegenden Müll auf, ein Beutel für den gelben Sack und einer für Restmüll.
3. Dokumentiere deinen Sammelerfolg per Foto und teile es in sozialen Medien mit dem Hashtag #klimachallenge.
4. Vergleiche Vorher- und Nachherbilder und sieh was du geschafft hast.

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Du sorgst dafür, dass verursachter Müll richtig entsorgt werden und der (Plastik-)Müll nicht in Nahrungskreisläufe und die Natur geraten kann.

Am einfachsten beginnst du Plogging alleine oder zusammen mit ein paar Freunden, denn du braucht nicht viel, um loszulaufen und Müll zu sammeln.



TIPPS FÜR WENIGER MÜLL

- Trink Leitungswasser: Das ist gesund, kostengünstig und umweltfreundlich, weil du keine Wasserflaschen kaufen musst.
- Mehrweg ist Königsweg: Mit Getränken in Mehrwegflaschen sparst du Abfall und Rohstoffe.
- Kaufe und koche bedarfsgerecht! Und mit der Verwertung von Lebensmittelresten kannst du bis zu 40 kg Abfall im Jahr einsparen.
- Vermeide Kleinstverpackungen: Das spart nicht nur Geld, sondern auch Müll.
- Gib der Plastiktüte einen Korb – oder einen Stoffbeutel: Somit hilfst du, viel Plastik- und Papiermüll zu vermeiden.
- Repariert ist besser als neu, denn du sparst Geld, schonst Ressourcen und vermeidest Müll/Schrott.
- Baby on board? Verwende moderne Mehrwegwindelsysteme, spare damit viel Geld und vermeide fast 100% Windelmüll
- Old but gold: Trenne deine Abfälle – das erleichtert Recycling und spart Restmüllkosten

Mehr Infos:

Nachhaltige Johannstadt 2025

c/o Stadtteilverein Johannstadt e.V.
Pfortenhauerstraße 66
01307 Dresden



www.johannstadt.de/najo2025

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
DIE STADT

Du bist an weiteren Klima-Challenges interessiert oder willst mehr über Nachhaltigkeit im Alltag erfahren?

NaJo ist ein
Verbundprojekt von:

JOHANN
STADT
STADTTEILVEREIN e.V.

verbraucherzentrale
Sachsen

NAHhaft
natürlich nachhaltig

DVB
Dresdener Verkehrsbetriebe