

IN WELCHER  
WELT  
WOLLEN WIR  
LEBEN?

# KLIMASCHUTZ IST NICHT VERZICHT, SONDERN GEWINN



Janine Steeger hat 2015 ihr Auto verkauft und ist auf öffentliche Verkehrsmittel und das Fahrrad umgestiegen.

**Unsere Gastautorin Janine Steeger beschreibt, wie sie sich von der vielfliegenden Fernsehmoderatorin zur umweltbewussten Mutter entwickelte.**

„Ich lasse mir nichts verbieten!“ und „Was soll es schon bringen, wenn Einzelne etwas ändern?“ Das sind die meistgesagten Argumente all derer, die allzu viel Respekt vor Veränderung haben und deshalb mehr Nachhaltigkeit in ihrem Leben skeptisch gegenüberstehen. Ich kann aus persönlicher Erfahrung und aus tiefster Überzeugung sagen: Ein umweltschonenderes Leben ist Gewinn statt Verzicht. Und ja, es bringt sehr viel, wenn jeder auch bei sich selbst anfängt. Bei mir ging es 2011 los. Ausgelöst durch den Moment, in dem

ich schwanger auf dem Sofa saß und die Bilder der Reaktorkatastrophe von Fukushima auf mich einprasselten. In diesen Stunden vor dem Fernseher habe ich zum ersten Mal angefangen, mich zu fragen: In welche Welt gebäre ich da eigentlich ein Kind? Und was kann ich tun, um den Pla-

## „ICH HABE MICH GEFRAGT: IN WELCHE WELT GEBÄRE ICH DA EIGENTLICH EIN KIND?“

neten lebenswert zu erhalten? Was folgt, ist eine 180-Grad-Wende von der jetzenden Fernsehmoderatorin hin zu „Green Janine“. Kein glatter Durchlauf, sondern ein Weg, der gepflastert ist von Herausforderungen, Diskussionen und Kompromissen. Aber es hat sich gelohnt. Denn ich bin heute gesünder, reicher und glücklicher als je zuvor.

Gesünder allein deshalb, weil ich mich viel mehr bewege als früher. Vor fünf Jahren haben wir das Auto abgeschafft. Seitdem fahre ich Fahrrad, nutze ÖPNV oder gehe zu Fuß. Als ich noch jede noch so kurze Strecke mit dem Auto zurückgelegt habe, bin ich nur durch knallharte Sportprogramme auf die empfohlenen 10.000 Schritte pro Tag gekommen. Jetzt geht das wie von selbst. Spart im Übrigen auch jede Menge Zeit, weil man ein umfangreiches Training spart, wenn man denn möchte. Und da ich meine neue Mobilität bei Wind und Wetter durchziehe, stärke ich zusätzlich mein Immunsystem.

Reicher bin ich, weil ich „reich sein“ für mich neu definiert habe. In meinem alten Leben steckte ich in einem Hamsterrad, immer auf der Suche nach dem nächsten Karriereschritt, der nächsten Gehaltserhöhung und dem nächsten Konsumgut. Die

Fragen: Was brauche ich wirklich im Leben und was ist wirklich wichtig, haben in den vergangenen Jahren sehr viel Raum eingenommen. Daraus hat sich eine starke Reduktion an allen Ecken und Enden entwickelt. Weniger Arbeit, weniger Stress, weniger Konsum. Ich konsumiere immer noch. Auch gerne. Aber ich überlege sehr viel genauer, was und wie viel. Weil ich dadurch weniger Geld ausbebe, muss ich weniger arbeiten. Und dadurch bleibt mehr Zeit für Freunde und Familie. Und das ist es, was zählt und was reich macht – reich im Herzen nämlich.

Und glücklich macht ein toller Abend mit Freunden und guten Gesprächen natürlich auch. Aber nicht nur das trägt zum Glücksgewinn in meinem neuen Leben bei. Ich habe an vielen Stellen eine Vorbildfunktion für andere Menschen eingenommen, bin zum Vorbild für ein zukunftsfähiges Leben geworden. Ich habe das nicht geplant. Ich habe einfach Dinge verändert und andere damit inspiriert, ohne ihnen Moralpredigten zu halten. Und dieser Moment, in dem du merkst, dass das funktioniert, macht glücklich und zufrieden. Allein für dieses Gefühl lohnt es sich, bei sich selbst anzu-

## „ICH ÜBERLEGE SEHR VIEL GENAUER, WAS UND WIE VIEL ICH KONSUMIERE.“

fangen. Aber es bringt auch deshalb was, weil wir so immer mehr werden, die sich mit der Frage auseinandersetzen: Wie können wir den Planeten für unsere Kinder schützen? Und wenn Sie erst mal angefangen haben mit kleinen Veränderungen, werden Sie nicht mehr locker lassen. Man wird süchtig nach dieser Art zu leben. Das können Sie mir glauben. Ich habe es selbst erlebt.

## Unsere Gastautorin



**Janine Steeger**

Die Journalistin, Moderatorin, Speakerin und Buchautorin hat sich nach 20 Jahren TV-Erfahrung im Privatfernsehen und im öffentlich-rechtlichen Rundfunk 2014 gänzlich den Themen Nachhaltigkeit und Umweltschutz verschrieben. Als „Green Janine“ moderiert sie zahlreiche Veranstaltungen aus Politik, Wissenschaft, Wirtschaft und Gesellschaft zum Thema. Janine Steeger lebt mit Mann und Sohn in Köln.



### BUCH-TIPP

Janine Steeger: *Going Green* – warum man nicht perfekt sein muss, um das Klima zu schützen. oekom Verlag, 176 Seiten, 18 Euro