

Aktiv werden

Natürlich einfach

Interview mit Christine Abbühl



Christine Abbühl stellt in ihrem Podcast mit dem Titel <Unternehmerinnen und ihre Nachhaltigkeit> Wandelpionierinnen vor, die jede auf ihre eigene Weise auf dem Weg sind. Sie selbst hat ihre Leidenschaft für das Einfache und Natürliche mit ihrem Unternehmen Urpunkt zum Beruf gemacht.

Liebe Christine, wie bist du zum Thema Nachhaltigkeit gekommen und was verstehst du genau darunter?

Ich glaube, zum Thema Nachhaltigkeit bin ich an dem Tag gekommen, als ich die Vögel im Garten vermisst habe. Dieser Moment hat mich wachgerüttelt. Er hat mich veranlasst, genauer hinzuschauen, und ganz tief in mir den Wunsch erzeugt, wieder mehr Natürlichkeit in mein Leben zu holen.

Nachhaltigkeit hat in meinen Augen eine sehr grosse Bandbreite. Für mich gehört mehr als der ökologische Aspekt dazu. In meinen Augen umfasst sie den respekt- und würdevollen Umgang mit der gesamten Natur – also mit allem, was lebt. Mit Menschen, Tieren, Pflanzen und Lebensräumen.

Daher gehört für mich auch die Frage, wie etwas produziert wird, dazu. Oder was mit den Dingen passiert, wenn ich sie nicht mehr benötige. Beim Wort

<Produzieren> denken viele an physische Produkte, aber Dienstleistungen werden auch produziert und können nachhaltig sein – oder eben nicht.

Wofür brennst du in deiner Mission? Was treibt dich am meisten an?

Ich brenne dafür, eine enkel:innentaugliche Welt mitzugestalten. Wir haben uns lange Zeit so verhalten, als wäre alles in unendlichen Mengen verfügbar. Damit ist eine Haltung entstanden, die Lebensräume zerstört und Dinge hervorbringt, die uns und anderen nicht guttun. Das finde ich verrückt, denn wir haben nur diesen einen Planeten.

Ich möchte Menschen wieder näher zur Natur bringen. Möchte ihnen zeigen, dass eine Veränderung schon mit einfachen Mitteln möglich ist. Wenn ich Menschen zu kleinen Beiträgen animieren kann, beginnen sie oft, Gegebenes in Frage zu stellen. Dann erkennen sie, dass sie Dinge als selbstverständlich betrachten und gar nicht hinterfragen. Wenn sie diesen Punkt erreichen, dann beginnt die Veränderung. Dann schauen sie genauer hin, informieren sich, ändern ihren Blickwinkel und kommen damit wieder ein kleines Stück zurück zur Natur.

**«Ich habe die Einfachheit zum
Leitstern meiner Arbeit gemacht.
Darin wohnt viel Kraft.»**

Christine Abbühl, Inhaberin von Urpunkt



Welche Menschen kommen zu dir und nehmen deine Unterstützung in Anspruch? Welche Gemeinsamkeiten beobachtest du?

Zu mir kommen ganz unterschiedliche Menschen. Von Unternehmer:innen, die eine geschäftliche Weiterentwicklung mit nachhaltigen Werten anstreben, bis zu Müttern, die ihren Kindern die Natur näher bringen möchten.

Mit meinen Angeboten begleite ich Menschen und Unternehmen auf ihrem Weg zu mehr Nachhaltigkeit. Dabei konzentriere ich mich auf drei Bereiche.

1. Garten

Im Bereich **«Garten»** kommen Menschen zu mir, die einen lebendigen Garten möchten. Sie möchten Lebensräume zur Verfügung stellen oder mehr Gemüse und Obst selber anbauen. Manche wollen ihren Balkon bienenfreundlich gestalten, andere auf der Terrasse einen Naschgarten anlegen oder auf der Fensterbank Pflanzen anbauen, die sie gerne beim Kochen verwenden.

2. Zuhause

Für den Bereich **«Zuhause»** kommen Menschen zu mir, die einfach nachhaltiger leben möchten. Das kann im Haushalt sein, bei der Kleidung oder der Mobilität. Oft wissen sie das nicht so genau und wir finden erst einmal heraus, welchen Bereich sie angehen möchten. Wir erarbeiten eine Basis, von der aus sie sicher und komfortabel ihre nächsten Schritte machen können.

3. Unternehmen

Im Bereich **«Unternehmen»** kommen Inhaberinnen und Inhaber von Kleinunternehmen zu mir. Da geht es oft darum, gute Ansatzpunkte zu finden, um nachhaltiger zu werden, ohne dass der Betriebsablauf gestört wird. Manche möchten auch eine Standortbestimmung machen und ihre Potenziale herausfinden. Ihnen geht es darum, eine wertebasierte Organisationsentwicklung über einen längeren Zeitraum zu starten. In einigen Fällen kommen auch Unternehmer:innen, um auf ihrem Firmengelände die Biodiversität zu fördern oder Erholungsräume mit Mehrwert für die Mitarbeitenden zu schaffen.

Allen gemeinsam ist oft eine Art Unbehagen, die sie gar nicht so genau ausdrücken können. Sie haben den Wunsch, etwas zum Guten zu verändern.

Kannst du uns ein paar Beispiele geben, was Einzelunternehmerinnen konkret in ihrer Arbeit umsetzen können, ohne ihr finanzielles und zeitliches Budget belasten zu müssen?

So individuell Unternehmerinnen sind, sind auch ihre Ansatzpunkte. In vielen Fällen reicht schon ein kritisches Betrachten und Hinterfragen, um erste Massnahmen zu identifizieren. Oft finde ich mit diesen Fragen nachhaltige Alternativen, die schnell und einfach umgesetzt werden können:

- Ist es wirklich notwendig, die Rechnung in Papierform zu versenden?
- Kann ich meinen Kunden auch einen guten Kaffee ohne Plastik- oder Alukapsel anbieten?



«Es ist wichtig, einmal loszugehen. Dranbleiben tun dann die meisten», sagt Christine Abbühl.

- Macht es Sinn, immer neue Kugelschreiber zu kaufen?
- Brauche ich wirklich einen Flyer?
- Bietet mein Kundengeschenk einen Mehrwert?

Oft entdecken wir bei einer Nachhaltigkeitsberatung sogar Sparpotenzial. Das können ganz klassische erste Schritte Richtung papierloses Büro sein oder eine andere Form von Kundentreffen, wie zum Beispiel eine Picknick-Besprechung.

Wie gehst du mit Vorbehalten gegenüber diesem Thema um? Ich beobachte immer wieder Menschen, die beim Stichwort Nachhaltigkeit in eine Abwehrhaltung geraten.

Mir gegenüber ist noch nie jemand in Abwehrhaltung gegangen. Vielleicht liegt es daran, dass ich jeden Menschen möglichst so nehme, wie er ist. Da ich auch nicht immer nachhaltig war, gestehe ich auch jedem anderen Menschen zu, es nicht zu sein. Ich hole die Menschen möglichst dort ab, wo sie zu dem Zeitpunkt stehen. Dort haben sie einen sicheren Boden

unter den Füßen und nur von dort aus ist ihnen eine nachhaltige Veränderung auch möglich.

Ich finde es spannend, mit einem Menschen zusammen den Bereich herauszufinden, wo es ihn <gluschtet>, etwas zu verändern. Ob die angestrebte Veränderung gross oder klein ist, finde ich nicht so wichtig. Das ist für jeden Menschen unterschiedlich und das muss jede:r für sich entscheiden. Ich freue mich über jede Veränderung, die ein Mensch anstrebt, und versuche, das auch zum Ausdruck zu bringen.

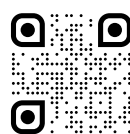
Über welchen Erfolg einer Kundin hast du dich am meisten gefreut?

Sehr gefreut habe ich mich für eine Kundin, die im Bereich Ernährung nachhaltiger werden wollte. Sie hat beim Nachhaltigkeits-Coaching ganz viele Lösungsansätze gefunden, die sie ohne Mehraufwand umsetzen kann. Vom Einkaufen über die Vorratshaltung bis zum Kochen.

Später hat sie mir geschrieben, dass sie immer noch begeistert ist und jetzt den Bereich Kleidung angeht. Das hat mir gezeigt, dass es wichtig ist, einmal loszugehen. Dranbleiben tun dann die meisten.

Herzlichen Dank für dieses Gespräch, liebe Christine, und viel Erfolg auf deinem Weg für das Einfache und Natürliche! ♦

Interview geführt von Kerstin Heine



Christine Abbühl

begleitet Menschen zu Hause, bei der Arbeit und im Garten zu mehr Nachhaltigkeit.
www.urpunkt.ch