

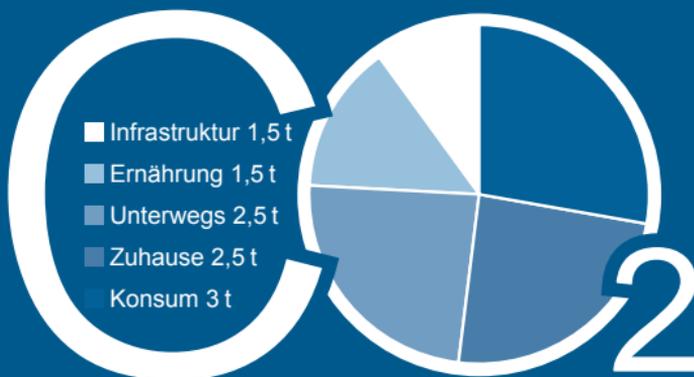
**WAS WIR FÜR EIN
BESSERES KLIMA
TUN KÖNNEN**

KLIMA-TATGEBER

“

Jeder Deutsche verursacht durchschnittlich etwa 10 Tonnen CO₂ pro Jahr. Laut Weltklimarat dürfen die Pro-Kopf-Emissionen jedes Erdenbürgers aber nicht mehr als zwei Tonnen pro Jahr betragen. Jeder von uns wird seine Lebensgewohnheiten ein wenig ändern müssen, um einen Beitrag zur CO₂-Vermeidung und somit zum Klimaschutz zu leisten.

”



Jeder Deutsche verursacht jährlich 10,6 Tonnen CO₂
(Quelle: WWF).

Hallo, ich bin Karl Klima und ich zeige Ihnen, was wir alle gemeinsam für ein besseres Klima tun können. Denn das Klima ändert sich, und verantwortlich dafür sind wir.

Wie wir täglich leben, hat Einfluss auf unser Klima. Konkret, wie viele Treibhausgase wir in die Atmosphäre abgeben. Die Folge: Unser Planet heizt sich auf. Der Klimawandel wird unser Leben beeinflussen. Wetterextreme, Dürren, der Anstieg der Meeresspiegel, Flüchtlingsströme, Artensterben... Die Auswirkungen des weltweiten Temperaturanstiegs sind vielfältig und heute in Gänze noch gar nicht absehbar. Es wird auch davon abhängen, wie wir – im Wissen um mögliche Folgen des

Klimawandels – reagieren, also wie wir heute und künftig leben. Jeder einzelne ist gefragt. Es geht um viel, und es gibt so vieles, was wir tun können. Es müssen nicht immer große Dinge sein. Mit vielen kleinen Taten lässt sich Gutes bewirken. Gemeinsam können wir so Großes erreichen. In dieser Broschüre wurden solche vielen kleinen Klima-Taten zusammengetragen.

UNSER KLIMA-TATGEBER

Dieser Ratgeber ist anders, weil die hier beschriebenen Klima-Tipps nicht von Experten stammen, sondern von Menschen aus ganz Deutschland. Es sind in der Praxis erprobte Klima-Tipps für den Alltag und für Jedermann zum Nachmachen. Die Idee für diesen speziellen Ratgeber hatte die naturwind GmbH. So wurde ich, Karl Klima, als Kampagnenfigur geboren. 800 Menschen haben mir geschrieben und ihre Klima-Tipps abgegeben. Auf diesem Wege ein großes Dankeschön an alle Tipp-Geber.

Herausgekommen ist nun ein Klima-Tatgeber, in dem ganz sicher jeder etwas findet, um mit kleinen Dingen, zuhause oder unterwegs, beim Einkaufen oder in der Freizeit, das Klima zu

schützen. Das ist oft einfacher als gedacht. Wir müssen nicht auf alles Liebgewonnene verzichten. Aber wir sollten manches kritisch hinterfragen. Dem Klima ist schon geholfen, wenn wir nur das konsumieren, was wir wirklich brauchen. Klimaschutz kann auch zufriedener machen, wenn wir uns gesünder fühlen, weil wir mit dem Rad statt mit dem Auto zur Arbeit fahren, weil wir uns mit Freunden verabreden statt Fernsehen zu schauen, weil wir mehr Geld im Portmonee haben, weil wir sparsamer leben... Schauen Sie selbst, lassen Sie sich von den Tipps in unserem Klima-Tatgeber inspirieren! Und treffen Sie Entscheidungen für unsere Zukunft!

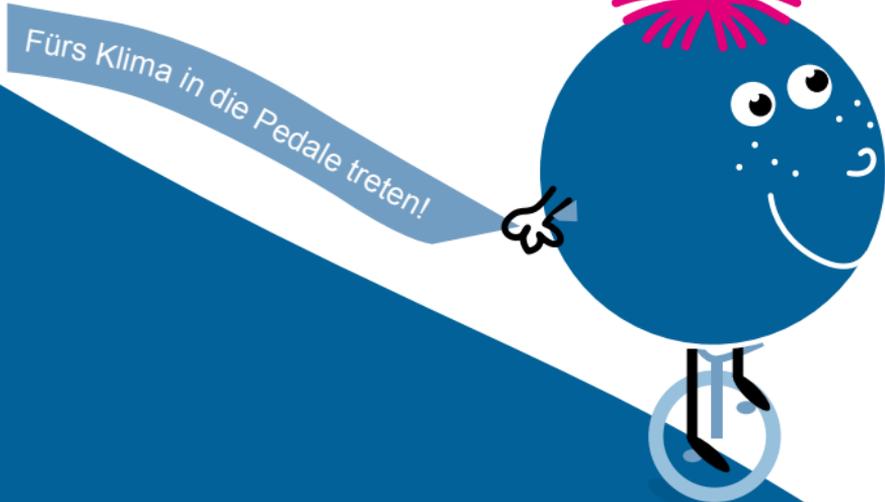
Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim
Klima schützen, herzlichst
Ihr Karl Klima



INHALTSVERZEICHNIS

Unterwegs	8
Mobilität im Alltag	11
Mobilität im Urlaub	14
Effizienz & Technik	16
Politik & Wirtschaft	18
Zuhause	22
Beleuchtung	25
Küche	26
Geräte	31
Waschen & Putzen	33
Heizung	38
Bad	44
Haus, Hof & Garten	50
Energiegewinnung	64

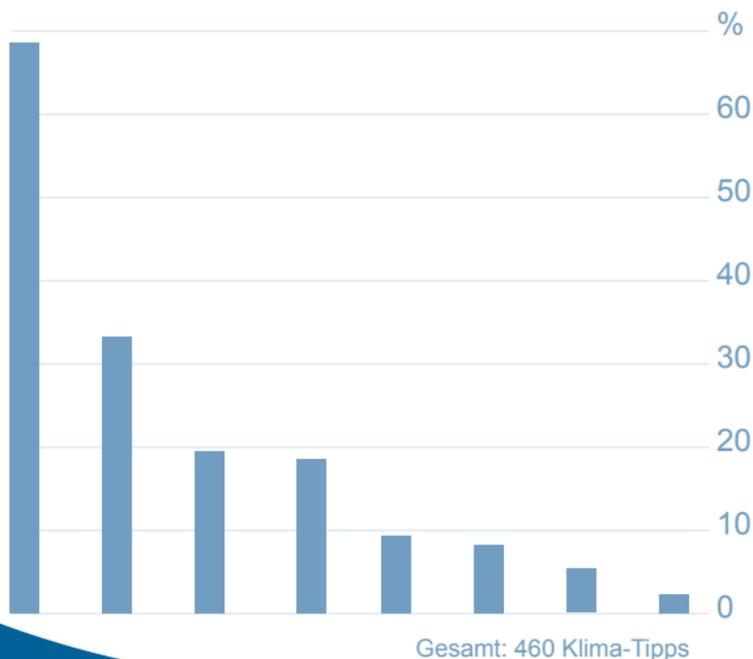
Ernährung	70
Auf den Teller	73
Lebensmittel retten	80
Essen & Umwelt	82
Konsum	86
Einkaufen	87
Abfall & Recycling	98
Dienstleistungen	108
Büro, Schule & Studium	110
Infrastruktur	112
Klima-Tipps für Politik und Wirtschaft	114
Die Autoren	116



UNTERWEGS

Wir sind unterwegs und verursachen dabei fast immer Emissionen. Wir schicken Güter auf Reisen, und wir wollen Urlaub fernab vom Alltagsleben machen. Wir belasten dabei immer unsere Luft und unser Klima, ob nun mit dem Auto, Bus oder Bahn, per Schiff oder Flugzeug. Der Verkehrssektor verursacht weltweit fast ein Viertel aller CO₂-Emissionen. Aber gerade in der alltäglichen Mobilität steckt ein großes CO₂-Einsparpotenzial.

Die häufigsten Klima-Tipps zum Thema Mobilität



Mehr Fahrrad fahren

Weniger Auto fahren

Öfter zu Fuß gehen

Öffentliche Verkehrsmittel nutzen

Fahrgemeinschaften/
Autos teilen

Elektroauto fahren

Auf lange Urlaubsreisen/
Flugreisen verzichten

Sparsamer Auto fahren

“

Mehr als 80 Prozent der CO₂-Emissionen des deutschen Verkehrssektors stammen direkt aus den Auspuffen von Autos, Lastwagen und Motorrädern. Diese Emissionen lassen sich nicht nur mit der Umrüstung von Autos auf emissionsärmere Antriebe verringern, sondern insbesondere auch durch ein verändertes Mobilitätsverhalten, indem wir uns immer fragen, ob es auch andere Alternativen zum Auto oder zum Flugzeug gibt.

”

MOBILITÄT IM ALLTAG

„In der Stadt kann man ganz auf ein Auto verzichten. Zu Fuß, per Fahrrad und mit öffentlichen Verkehrsmitteln kommt man überall hin. Beim Wochenendeinkauf oder weiteren Fahrten ist ein Autopool ganz toll.“ *Denise Bella, Düsseldorf*

„Wenn mit dem Auto, dann Fahrten verbinden.“
Anina Schafnitzel, München

„Mit dem Rad zur Arbeit fahren. Die Firmen sollten alle Anreize schaffen, sodass man die Autos gerne stehen lässt.“ *Jakob Michalsky, Scharbeutz*

„Wenn man auf dem Dorf wohnt wie ich, mit anderen zusammen einkaufen fahren. Ich frage immer andere, kann ich dir was mitbringen, brauchst Du noch was? Ich verbinde alle Fahrten mit anderen Terminen.“

„Wenn man schon nicht aufs Auto verzichten kann, dann wenigstens Fahrgemeinschaften bilden.“ *Rebecca Fuchs, Berlin*

„Sich trauen, sich endlich ein gutes E-Bike anzuschaffen, jeden möglichen Kilometer damit mit Freude und umweltschonend radeln, und das eigene Auto so oft wie möglich in der Garage stehen lassen, oder noch besser: gleich verkaufen.“
Josef Hauser, Kolbermoors



Am saubersten sind
Sie natürlich mit einem
E-Bike unterwegs, das mit
Ökostrom „getankt“ wurde.

„Ein einfacher Tipp, für den man nur den inneren Schweinehund überwinden muss: Das Auto bei einem Arbeitsweg von unter fünf Kilometern stehen lassen und das Rad nehmen!“

„Wir haben eine Fahrgemeinschaft für den Arbeitsweg gegründet, was nicht nur dem Klima zugute kommt, sondern auch den eigenen Geldbeutel schont.“ *Thomas Scholz, Schwangau*

„Spontan-Fahrgemeinschaften aus kleinen Ortschaften zu Orten mit besseren ÖPNV-Verbindungen.“

„Sonntags kein Auto, sondern Fahrrad fahren.“

„Einen Großteil des Jobs remote bzw. vom Homeoffice aus erledigen, um Fahrtwege zu reduzieren.“ *Kai Dorsch, Wittmund*

MOBILITÄT IM URLAUB

„In der Nähe erholen und verreisen, ist oft erholsamer als lange Anfahrtswege.“ *Robin-Louis Rehbein, Dresden*

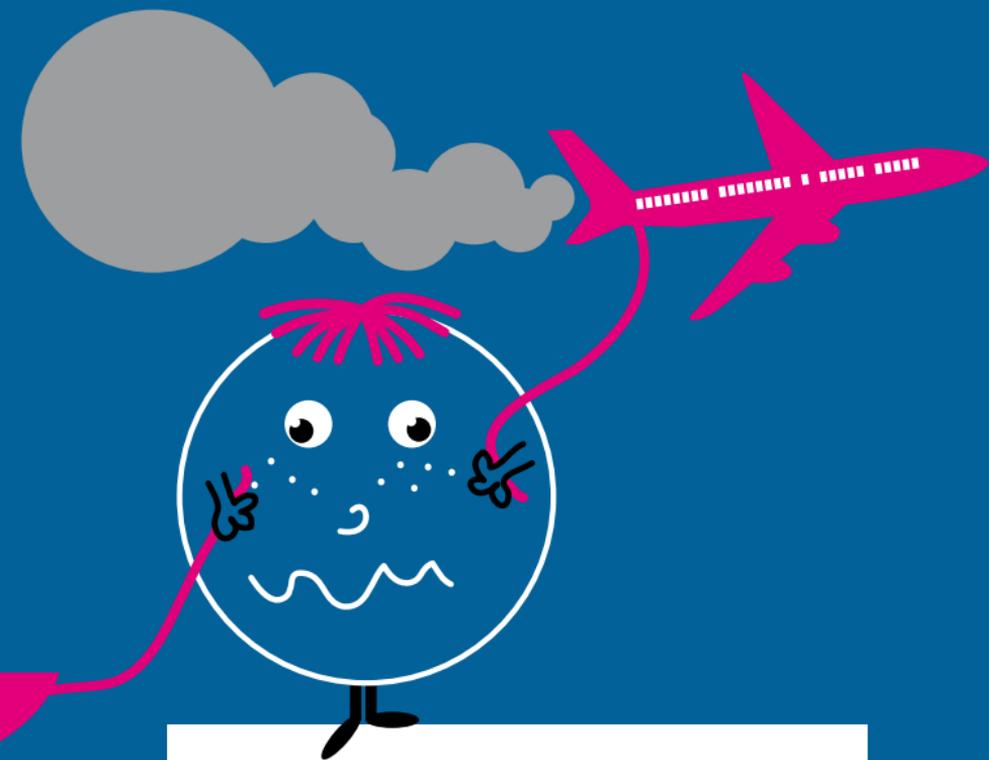
„Mehr lokalen Urlaub machen als durch die Welt fliegen.“ *Sven Finkenauer-Ganz, Gau-Odernheim*

„Kreuzfahrten boykottieren.“ *Sabine Löper, Wacken*



„Wanderurlaub oder Fahrradurlaub machen.“

„Wer auf Flugreisen nicht verzichten möchte, kann die dabei entstehenden Emissionen durch den Kauf von CO₂-Zertifikaten kompensieren. Damit werden weltweit Klimaschutzprojekte unterstützt.“
Janna Jeske, Schwerin



Klimakiller Luftverkehr: Mit einem **Flug** nach Mallorca und zurück verursacht ein Passagier etwa 0,75 Tonnen CO_2 . Um diese Menge CO_2 aufzunehmen, müsste eine Buche 60 Jahre wachsen.

Der Naturschutzbund Deutschland hat errechnet, dass ein **Kreuzfahrtschiff** an einem Tag so viel CO_2 verursacht wie 80.000 Pkw. Neben Treibhausgasen belasten auch Stickoxide und Feinstaub die Umwelt.

EFFIZIENZ & TECHNIK

„Wenn man schon mit dem Auto fahren will oder muss, dann immer vorausschauend fahren, früh Gas wegnehmen und moderat beschleunigen und max. 130 km/h fahren. Spart je nach Fahrzeug 2 bis 3 Liter Kraftstoff auf 100 km.“
Gerold Buß-Lissek, Diepholz

„Die Klimaanlage im Auto nicht ständig laufen lassen, sondern einfach mal das Fenster auf.“
Paul Zellmer, Berlin

„Beim Auto spritsparend und umweltbewusst fahren - bei 2000 Umdrehungen wird geschaltet.“
Nicole Winkler, Brettin

„Gelassenheit ist mein Tipp. Ich habe gelernt, dass beim Autofahren die Eile so gut wie gar nichts Positives bringt. Lediglich einen minimalen Zeitvorsprung, dafür wird der Verbrauch unverhältnismäßig erhöht und somit der Schadstoffausstoß. Gefahren steigen, die Nerven liegen blank, der Stresspegel ist deutlich höher. Ich fahre ruhig und gemütlich, komme entspannter zu meinen Terminen und belaste deutlich weniger die Umwelt.“

Maßnahmen zur Minderung der CO₂-Bilanz beim Autofahren (Unterschied zur ursprünglichen Fahrweise)

Verbesserung durch	
Niedrigtourige Fahrweise	minus 20 %
Optimaler Reifendruck	minus 5 %
Regelmäßiges Motorwarten	minus 10 %
Sparsame Fahrweise	minus 25 %

Verschlechterung durch	
Heizung	plus 6 %
Klimaanlage	plus 13 %
Hektische Fahrweise (häufiges Schalten und Bremsen)	plus 34 %
100 kg Gepäck	plus 5 %

Quelle ADAC, Bezug auf Mittelklasse Benziner (8 Liter Verbrauch, durchschnittlicher CO₂-Ausstoß 20 kg pro 100 km)

POLITIK & WIRTSCHAFT

„Fahrradfreundlichere Städte schaffen und damit das Auto verzichtbarer machen.“

Hans Moll, Ludwigshafen

„Elektroinfrastruktur konsequent ausbauen.“

Inge Moll, Ludwigshafen

„Bis alternative Antriebe wirklich alltagstauglich sind, sollte der Trend zu immer größeren, schwereren und hochmotorisierten ‚Panzern‘ auf der Straße gestoppt werden. Der Erwerb von kleinen und sparsamen Benzin-Kfz müsste gefördert und große Autos verteuert werden.“

„Intelligente Verkehrsführung in belasteten Großstädten, um Leerlaufphasen der Fahrzeuge weitestmöglich zu verringern.“ *Thomas Duerr, Essen*

„Geschwindigkeitsbegrenzungen auf Autobahnen. Verbot von Verbrennungsmotoren. Motorsportveranstaltungen verbieten.“ *Roland Willken, Fulda*

„Kreuzfahrtschiffe mit Schweröl verbieten, mehr Anreize für E-Autos.“

„Den Güter-Fernverkehr auf die Schiene verlegen und von regionalen Verteilzentren mit elektrisch angetriebenen Lkw zum Empfänger liefern lassen.“ *Mark Glissmann, Bochum*

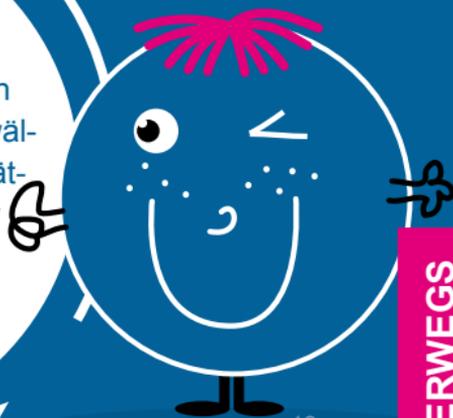
„Anreize schaffen für die Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln.“ *Pia Lehmann, Potsdam*

„Mehr Bahn-Verbindungen. Besser ausgebaute Radwege.“ *Rene Buntrock, Hannover*

„Mehr Kreisverkehre bauen anstelle von Ampeln, dann ist der Verkehrsfluss besser, und die Autos stehen nicht rum. Strom wird gespart, und der CO₂-Ausstoß an den roten Ampeln ist weg.“



Der Automobilclub ADAC sagt, **Kreisverkehre sind effizienter**. Sie könnten den Verkehr vielerorts besser bewältigen. Verkehrsexperten schätzen: Etwa 30 bis 50% aller Ampelkreuzungen ließen sich problemlos durch Kreisverkehre ersetzen.



„Gütertransporte zurück auf die Schiene.“

„Die Baustellenanzahl auf Straßen, insbesondere auf Autobahnen, sollte reduziert werden, indem die Arbeiten effektiv, zügig und intensiv durchgeführt und fertiggestellt werden. Die Stau- und somit Klimabelastung wäre dadurch für Autofahrer und die Umwelt um ein Vielfaches reduziert. Leider sorgen die teilweise kilometerlangen Baustellen oft auf der gesamten Strecke für erhebliche Behinderungen, ohne dass ein Baufahrzeug oder Bauarbeiter zu sehen sind.“

Wolfgang Farin, Düsseldorf

PLÄDOYER FÜRS FAHRRAD



„Fahrradfahren der Inbegriff von Nachhaltigkeit. In diesem Kontext wirkt das Fahrrad wie ein starkes Statement. Es hat das Zeug zum Paradebeispiel, zum Inbegriff der Nachhaltigkeit. Denn das menschliche Bedürfnis nach ständiger Mobilität ist eine der größten Belastungen für die Natur, die Erde und das Klima. Flugreisen gehören heute für viele Menschen fast schon zum Alltag, Güter und Lebensmittel werden erst um die halbe Welt ver-

schiff, um dann per Lkw ans Ziel ihrer Reise zu gelangen. Und die Autos verstopfen längst nicht mehr nur zu Ferienbeginn die Autobahnen. Nun wird das Fahrrad dem Flugzeug oder dem Lkw keine ernsthafte Konkurrenz machen. Aber dem Auto als urbanem Verkehrsmittel ist das Fahrrad durchaus gewachsen – und in vielen Belangen sogar überlegen. Zum Beispiel, wenn es mitten in der Hauptverkehrszeit einfach auf dem Radweg am Stau vorbeisaut. Wenn es die zeitraubende und nervtötende Parkplatzsuche in der überfüllten Innenstadt überflüssig macht. Vor allem aber, weil es weder fossile Treibstoffe verbraucht noch klimaschädliche und giftige Abgase und Feinstaub ausstößt. Dazu steigert es noch die Fitness des Fahrers und wirkt sich positiv auf die Figur aus. Ganz nebenbei entlastet es auch den Geldbeutel ganz erheblich. Denn sowohl in Anschaffung als auch in Wartung und Unterhalt ist das Fahrrad um Klassen günstiger als ein Auto, ganz gleich welcher Bauart. Längst ist das Fahrrad ein Statussymbol geworden und Ausdruck von Individualität. Kurzum: Das Fahrrad erlaubt in einem gewissen Radius die praktisch emissionsfreie, aber dennoch relativ zügige Fortbewegung des individuellen Menschen.“ *Annika Schramm, Dortmund*



ZUHAUSE

Klimaschutz fängt zuhause an: Einen nennenswerten Anteil an den Treibhausgasemissionen hat, wie wir zuhause leben. Rund ein Viertel der durchschnittlichen CO₂-Emissionen – 2,5 Tonnen pro Kopf – gehen auf das Konto von Haushalt, Garten & Co. Duschen, Zähneputzen, Kaffee kochen, Mittagessen zubereiten, Wäsche waschen, Fernsehen... Fast alles, was wir täglich zuhause tun, verursacht CO₂. Wie viel, darauf können wir Einfluss nehmen – z.B. beim Stromverbrauch.



Die häufigsten Klima-Tipps zum Thema Strom

Gesamt: 235 Klima-Tipps



“

Sieben Prozent der Pro-Kopf-CO₂-Emissionen werden durch unseren Stromverbrauch verursacht. Die Einsparmöglichkeiten sind erheblich. Um bis zu 30 Prozent lässt sich der Stromverbrauch privater Haushalte senken. Das ist nicht nur gut fürs Klima, sondern auch fürs Portmonee.

”

BELEUCHTUNG

„Wir haben tagsüber so oft und lange es geht das Licht aus.“ *Kathleen Göhricke, Mücheln*

„Licht aus in allen Räumen, wo sich niemand drin aufhält.“ *Daniel Lewandowski, Weddel*

„Ich habe in meinem KNX-System einen Knopf, um beim Verlassen des Hauses alle Lichter auszuschalten.“
Tobias Zebisch, Sindelfingen



Fragen Sie sich jetzt auch: Aber das Licht geht doch mit dem Lichtschalter an und aus? Richtig, aber auch unsere Gebäude werden zunehmend digital. Mit **Smart Home Systemen** können Heizung, Beleuchtung und elektrische Geräte beispielsweise per Smartphone gesteuert werden – die bequeme Variante, um den Energieverbrauch zuhause zu optimieren.

ZUHAUSE

„Bewegungsmelder nutzen.“

„Jalousien hoch anstatt Licht an.“

„Öfter mal mit den Hühnern ins Bett,
spart Energie und hält gesund.“

KÜCHE

„Beim Kochen Deckel drauf, verbraucht weniger Energie. Statt Herdplatte den Wasserkocher nutzen.“ *Veronica Passanante, Groß Gerau*

„Vor Ende der Kochzeit schon den Herd abstellen. Die Restwärme ist für den ‚Finishing Touch‘ vollkommen ausreichend.“ *Ina Büll, Contwig*

„Nur so viel Kaffee- oder Teewasser im Wasserkocher aufsetzen, wie wirklich zum Aufbrühen benötigt wird.“ *Claudia Röhr, Parchim*

„Schnellkochtopf verwenden.“

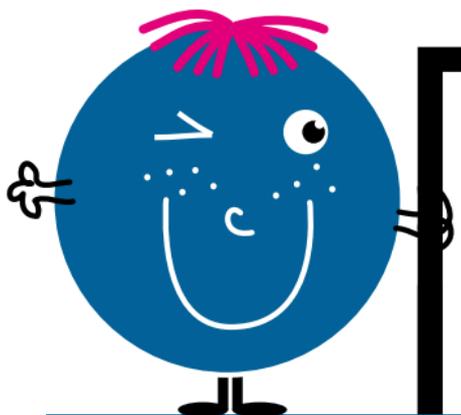


Bei einem **Schnellkochtopf** ist die Kochzeit viel kürzer, und es geht weniger Wärme verloren. Damit wird nur halb so viel Energie benötigt. Ein wahrer Wundertopf also.

„Gekochte Speisen kommen in den Kühlschrank, erst nachdem sie abgekühlt sind.“
Silvia Blesch, Heidelberg

„Kochtopf für den Abwasch nutzen, spart Warmwasser.“

„Kühl- und Gefrierschränke optimal einstellen.“



8°C

Türfach:
Butter, Eier,
Getränke

Experten sagen: Sieben Grad Celsius ist die optimale Kühlschranktemperatur.

Für die meisten Lebensmittel reicht dies völlig aus. Haben Sie keine Temperaturanzeige, dann Stufe 1 oder 2 wählen.

In einem Kühlschrank ist es allerdings nie überall gleich kalt. Oben zum Beispiel ist es wärmer als unten. Darum hier ein paar Tipps zur Aufteilung der Lebensmittel im Kühlschrank. Die ideale Temperatur im Gefrierschrank liegt bei minus 18 Grad.

8°C

Oberes Fach: Käse, Geräuchertes,
Selbstgekochtes, roher Schinken

5°C

Mittleres Fach: Milchprodukte

2°C

Unteres Fach: Fleisch, Fisch, Wurst

8°C

Obst- und Gemüsefach

„Kühlschrank bei längeren Urlauben
(2 Wochen und mehr) leeren und ausschalten.“

„Im Kühlschrank/Gefrierfach alles einen festen
Platz geben, sodass man nur schnell die Tür
öffnen, die Sachen greifen und die Tür wieder
schließen muss. Ich sehe immer wieder, wie eine
gute Minute gesucht wird.“ *Lena Linck, Berlin*

„Ich verzichte auf einen Gefrierschrank.“
Francine, Kehl

„Weniger Tiefkühlware kaufen.“
Regina Mundt, Wisch

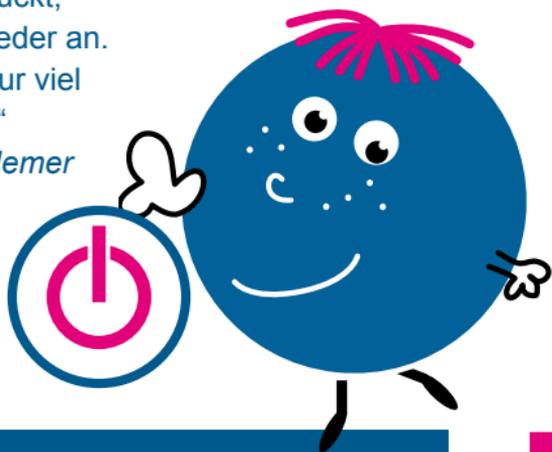
„Den Gefrierschrank regelmäßig abtauen.
Das geht besonders im Winter ganz gut, da man
die eingefrorenen Lebensmittel bei Frost nach
draußen auslagern kann.“ *Jochen Hein, Kiel*

„Bienenwachspapier zum Aufbewahren von
Lebensmitteln verwenden anstatt Frischhaltefolie.“
Thomas Behrendt, Rostock

GERÄTE

„Ich habe meine Elektronikgeräte im Haus mit einem Adapter ausgestattet, der erkennt, wenn die Geräte im Stand-by-Modus sind und diese dann abschaltet. Sobald man die entsprechende Fernbedienung drückt, geht das Gerät wieder an. Ist wie Stand-by nur viel energieeffizienter.“

Christoph Klein, Hemer



Die meisten Elektronikgeräte werden nur ein paar Minuten oder Stunden am Tag benutzt. In der restlichen Zeit verbrauchen sie im Stand-by-Modus aber ebenfalls Energie. Wenn auch nicht viel, übers Jahr kommt was zusammen. Beim Fernseher bis zu 60 kWh, Mehrkosten ca. 18 Euro, Mikrowelle 40 kWh, 12 Euro.

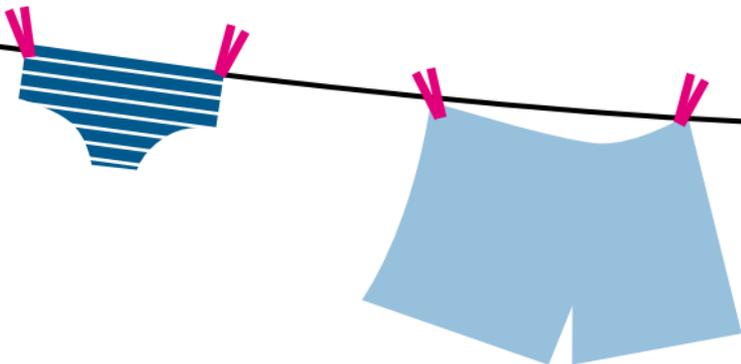


„Stecker ziehen, meine Geräte bekommen nur Strom, wenn ich sie benutze.“

Petra Dreyer, Weyhe

„Draußen spielen statt drinnen Konsole zocken.“

Anna-Lena Soicke, Lüssow



„Öfter mal ein Buch lesen statt fernsehen.“

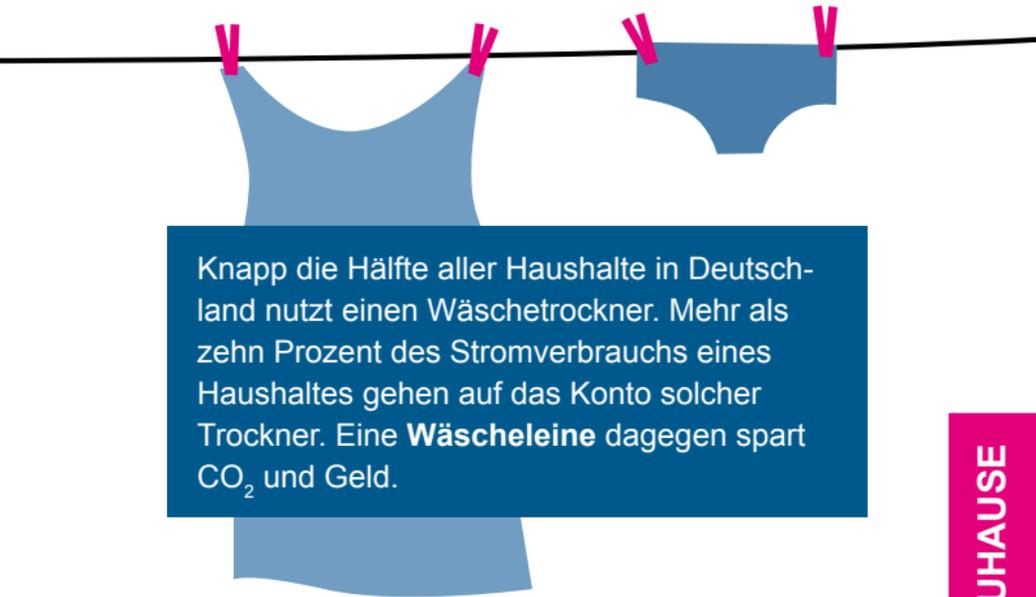
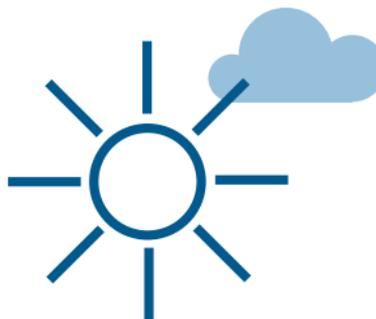
„Spielen, ohne Strom zu verschwenden.“

„Solarladegeräte für Handy und Co. zum Aufladen benutzen, funktioniert super.“

Robin-Louis Rehbein, Dresden

„Geräte mit Solarmodulen verwenden.“

WASCHEN & PUTZEN

A black clothesline with two pieces of blue laundry hanging from it, secured by pink clothespins. The larger piece is on the left, and the smaller piece is on the right.

Knapp die Hälfte aller Haushalte in Deutschland nutzt einen Wäschetrockner. Mehr als zehn Prozent des Stromverbrauchs eines Haushaltes gehen auf das Konto solcher Trockner. Eine **Wäscheleine** dagegen spart CO₂ und Geld.

„Wann immer es möglich ist, die Wäsche draußen trocknen statt im Trockner. Die Wäsche riecht dann auch noch frischer.“
Gerold Buß-Lissek, Diepholz

„Waschmaschine, Trockner und Spülmaschine immer voll laufen lassen, Geschirr etwas einweichen lassen, dann reicht immer der ECO-Modus. Dabei Kochwasser nutzen.“

„Mit niedrigen Temperaturen waschen.“

Isolde Schanz, München

„Spül- und Waschmaschine im Kurzprogramm laufen lassen.“

„Kein Staubsauger, lieber Handfeger und Kehrschaufel. Kleidung mal auslüften, anstatt täglich in die Waschtrommel schmeißen (falls nicht verschwitzt).“ *Silvia Sager, Regen*

„Natürliche Reinigungsmittel und Waschmittel aus Kastanien oder Efeu.“

„Selbstgemachtes Waschmittel spart unnötige Plastikverpackung und Transportkosten und ist deshalb klimafreundlich. Ich habe das Rezept mit Natriumhydrogencarbonat probiert und war mit dem Waschmittel zufrieden, es wurde allerdings eher zähflüssig als flüssig. Funktioniert aber gut und ist recht geruchsneutral.“ *Iris Czaja, Bad Zwischenahn*

Hier das Rezept zur Herstellung von Waschmittel aus Kernseife von Iris Czaja:

- 4 Esslöffel Waschsoda
- 30 g Kernseife, am besten Bio :)
- 2 Liter Wasser
- leere Flaschen o.ä. (zur Aufbewahrung)

1. Kernseife mit einer Küchenreibe klein raspeln. Wasser in einen Topf geben, dann Soda und geriebene Kernseife dazugeben, mit dem Schneebesen unterrühren und kurz aufkochen, bis sich alles aufgelöst hat. Soda ist nahe verwandt mit Natron (Natriumhydrogencarbonat = Backpulver). Mein Tipp: hohen Topf verwenden wegen der Schaumbildung.

2. Eine Stunde stehen lassen und dann erneut unter Rühren kurz aufkochen.

3. Weitere 6-24 Stunden stehen lassen, die Masse wird dicker, evtl. sogar fest. Umrühren und nochmal erhitzen, bis alles wieder flüssig ist. Abkühlen lassen und das fertige Waschmittel in geeignete Behälter füllen.



Herkömmliche Wasch- und Reinigungsmittel belasten das Abwasser mit Chemikalien. Die Abwasserreinigung ist energieintensiv. Die in chemischen Reinigungsmitteln enthaltenen Tenside sind inzwischen zwar vollständig biologisch abbaubar, andere Inhaltsstoffe, wie Duft- und Farbstoffe, können dagegen schwer oder nicht vollständig abgebaut werden und belasten so die Umwelt. Darum am besten auf aggressive Reinigungsmittel verzichten und **biologisch abbaubare Produkte nutzen.**

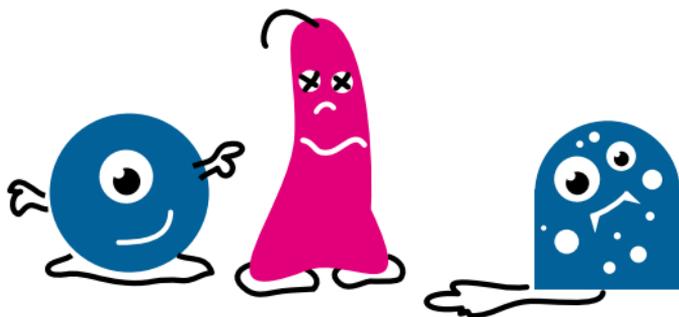
„Haushalt entgiften. Badreiniger, Duftbäume, Entkalker, Backofenreiniger... braucht man alles nicht. Essig, Zitronensäure, Natron und ein guter Scheuerschwamm tun es auch. Waschmittel und Spülmittel von nachhaltigen Marken verwenden (Bioladen, Reformhaus...).“
Robin-Louis Rehbein, Dresden



„Backofen-Nachwärme fürs Abwaschwasser nutzen: Topf mit kaltem Wasser hinein stellen und etwa 30 Minuten drin lassen.“

„Wasch- und Reinigungsmittel sparsam dosieren.“

Bei Reinigungsmitteln kommt es immer auch auf die Dosierung an. Viel hilft viel, gilt beim Putzen nicht. Hier ist weniger manchmal sogar mehr. **Desinfizierende und antibakterielle Putzmittel können sogar der Gesundheit schaden und Allergien auslösen.** Kinder sollten keinesfalls in einer keimfreien Umgebung aufwachsen. Sie brauchen Keime, um ihr Immunsystem zu stärken.





Mehr als die Hälfte des gesamten Energieverbrauchs privater Haushalte wird für Heizung und Warmwasser benötigt. Rund ein Drittel der deutschen Treibhausgasemissionen gehen auf das Konto von Wärme- und Kälteerzeugungsanlagen, denn etwa 90 Prozent der Energie dafür wird noch immer aus fossilen Rohstoffen gewonnen. Für den Klimaschutz liegt ein immenses Potenzial im Wärmemarkt. Auch hier gilt: Jede noch so kleine Maßnahme, Wärmeenergie zu sparen, schont das Klima.



HEIZUNG

Die häufigsten Klima-Tipps zum Thema Heizung

%

30
25
20
15
10
5
0

Warmwasser sparen
(z.B. Duschen statt Baden)

Sparsamer heizen
(weniger Raumwärme)

Richtig lüften

Mit erneuerbaren
Energien heizen

Heizungssteuerung
optimieren

Gebäude dämmen

Gesamt: 144 Klima-Tipps

ZUHAUSE

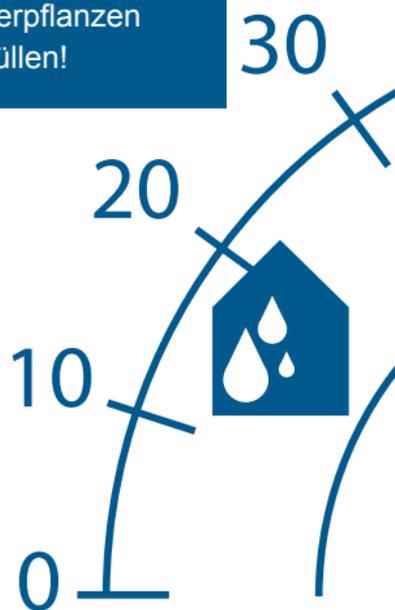
„Raumklima auf 20 Grad senken. Man muss im Winter nicht in Hemd und Bluse sitzen.“

Rudolf Bohlens, Reinbek

„Mit Sonnenenergie die Wohnung aufheizen. Rollläden/Jalousie hoch, und wenn man von der Arbeit zurückkommt, ist die Wohnung angenehm warm.“ *Georg Teichmann, Zeitz*

Die gefühlte Temperatur im Raum ist auch abhängig von der Luftfeuchtigkeit. Feuchte Luft fühlt sich wärmer an als trockene. **Ideal ist eine Luftfeuchtigkeit von 40 bis 60 Prozent.** Doch gerade in der Heizperiode ist die Luft trocken. Also im Winter notfalls Luftbefeuchter aufstellen, Zimmerpflanzen können diese Funktion auch erfüllen!

Heizung



„Rollläden runter statt Klimaanlage.“

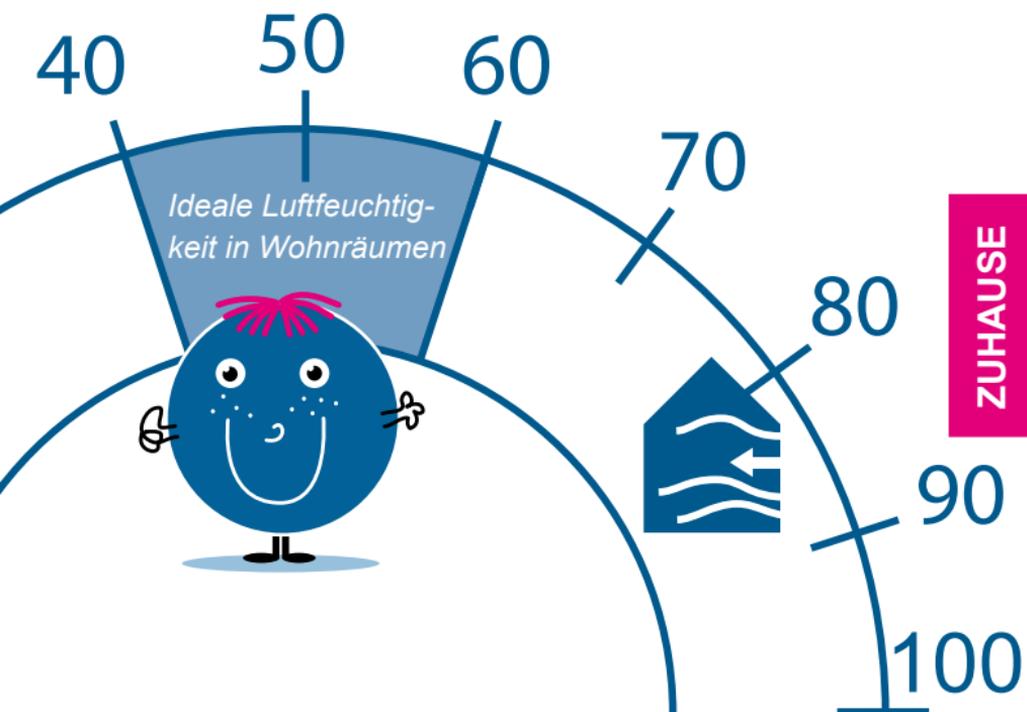
Heike Krömer, Bassenheim

„Fenster und Türen abdichten und moderne Thermostatventile einbauen. Diese können genauer regeln.“

„Wohnfläche verkleinern.“

„Smart-Home zur Heizkostenregulierung.“

Felix Weinitschke, Greifswald





Stoßlüften ist am effektivsten. Mehrmals täglich Fenster komplett öffnen und kräftig – ca. 5 Minuten – durchlüften. Ein sicheres Zeichen dafür, dass Sie genug gelüftet haben, ist, dass die nach außen gerichtete Seite der Fensterscheibe nicht mehr beschlagen ist. Im Winter auf keinen Fall das Fenster auf „Kipp“.

„Heizkörper nicht zustellen.“

Elfie Jahnke, Schwerin

„Im Winter soll man die Rollos nach unten machen, wenn es dunkel wird. Es reduziert die Heizkosten und man vermeidet Energieverlust.“

„Richtig heizen.“

Wie heizt man denn nun richtig?

Umstritten ist zum Beispiel, ob es richtig ist, die Temperatur in der Nacht oder bei längerer Abwesenheit am Tag abzusenken. Die Frage, ob das Aufheizen einer erkalteten Wohnung mehr Energie verbraucht als die Heizung durchlaufen zu lassen, hängt von vielen Faktoren ab und kann im Zweifel nur durch einen Experten beantwortet werden. Generell gilt, dass bei schlechter gedämmten Gebäuden eine Absenkung der Heizung durchaus Energie einspart. Gut gedämmte Gebäude dagegen haben einen geringeren Wärmeverlust. Dann ist eine Absenkung weniger sinnvoll. Bei mehrtägiger Abwesenheit macht es fast immer Sinn, die Heizung runterzuregeln.

BAD

„Anstatt immer zu baden, duschen gehen und das Wasser während des Einseifens ausmachen.“

Saskia Hasenbank, Maxhütte-Haidhof

„Beim Baden sollte die ganze Familie das Wasser nutzen (wenn es nicht zu dreckig ist), z.B. erst die Kinder dann die Mutti und dann der Vati ;-).“



Wer Wasser spart, spart Energie – selbst bei kaltem Wasser. Denn dann wird weniger Energie benötigt, um Wasser in Wasserwerken aufzubereiten und durch Leitungen zu pumpen und in Klärwerken wieder aufwändig zu reinigen. Besonders viel Energie wird gespart, wenn weniger Wasser erhitzt werden muss. Immerhin: Knapp 20% unserer Heizenergie wird für Warmwasser benötigt.

„Wir vergeuden zu viel heißes Wasser.
Händewaschen mit kaltem Wasser
säubert, spart Energie und schont
die Umwelt.“



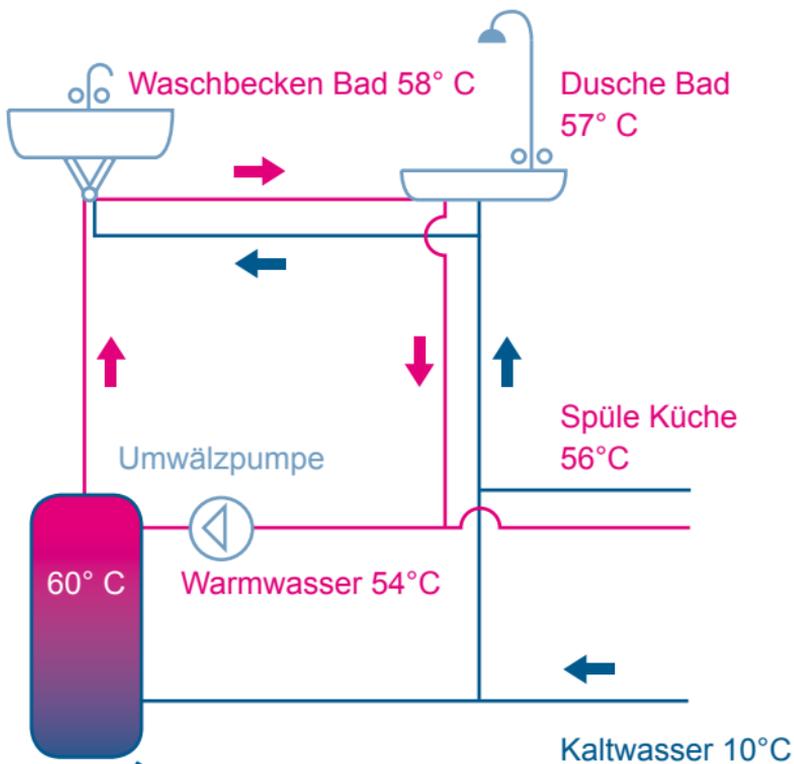
Hände warm oder kalt waschen?
Darüber streiten selbst Forscher.
Fest steht: Viel entscheidender für
die Händehygiene ist, diese gründlich
einzuseifen. Dann werden auch
mit kaltem Wasser die meisten Keime
zur Strecke gebracht.

„Kalt duschen.“ *Joachim Stieler, Lörrach*

„Schließen Sie den Wasserhahn, wenn Sie sich rasieren oder Zähne putzen.“ *Adam Boldizar, Herzogenrath*

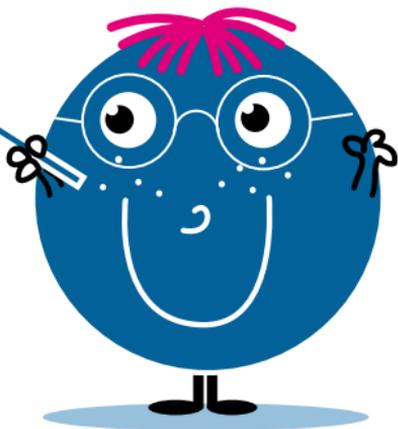
„Warmwasser zeitnah morgens aufheizen und abends rechtzeitig das erneute Aufheizen vermeiden. Die Umwälzpumpe auf die tatsächlich benötigte Zeit reduzieren.“

Effiziente Umwälz- oder auch Zirkulationspumpen verbrauchen heute zwar deutlich weniger Strom, aber wenn sie ständig eingeschaltet sind, zirkuliert auch ständig Warmwasser durch die Leitungen. Durch Leitungsverluste geht so Wärmeenergie verloren. Über eine **Zeitschaltuhr** der Umwälzpumpe kann eine unnötige Zirkulation, beispielsweise nachts, vermieden werden.



Temperaturverhältnisse einer zentralen Warmwasserversorgung mit Umwälzpumpe.

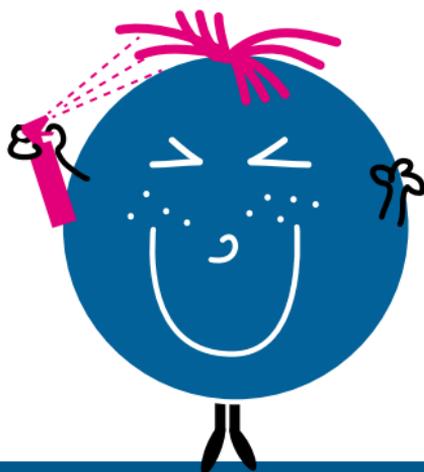
(Die Wärmeverluste sind abhängig von der Leitungslänge und der Dämmung der Rohre.)



„Haare nach dem Waschen an der Luft trocknen lassen statt föhnen.“

„Auf Haarspray verzichten.“

Birgit Breidenbach, Marienheide



Spraydosen enthalten heute zwar keine Fluor-Chlor-Kohlenwasserstoffe (FCKW) mehr, diese trugen erheblich zum Treibhauseffekt bei. Heute wird stattdessen Isobutan, Propan oder Butan verwendet. Deren Treibhauseffekt ist zwar deutlich geringer, aber es fallen weiterhin klimaschädliche Stoffe an. Warum also nicht ganz auf Treibgase verzichten und **Pumpsprays** kaufen?

„Alle Wasserhähne im Haus auf wassersparende Hähne umstellen. Diese speisen dem Wasser Luft zu, ohne dass man etwas merkt. Eine tolle Investition, um reichlich Wasser einzusparen!“

Mit dem Einbau von so genannten **Spar-Strahlreglern** oder auch **Durchflussbegrenzern** in den Wasserhahn wird der Durchfluss von im Schnitt 15 Litern Wasser pro Minute auf etwa acht Liter reduziert. Eine spezielle Luftansaugfunktion sorgt dafür, dass der Wasserstrahl sich trotzdem nicht zu dünn anfühlt.

„Seife statt Flüssigseife nutzen, verursacht weniger Verpackungsmüll.“

„Spartaste bei der Toilettenspülung nutzen.“



“

Haus- und Gartenbesitzer haben viele weitere Möglichkeiten, um zuhause einen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten. Sei es, indem sie ihr eigenes Obst und Gemüse anbauen, indem sie klimafreundlich bauen und sanieren oder indem sie Rückzugs- und Lebensräume für heimische Tierarten im Garten schaffen.

”



HAUS, HOF & GARTEN

Die häufigsten Klima-Tipps zum Thema

Haus, Hof & Garten Gesamt: 63 Klima-Tipps

0 5 10 15 20 25 30 35 40 %



HAUS & HOF

„Zum Renovieren von Haus und Wohnung umweltfreundliche Farben und Lacke verwenden. Am besten statt Lacken nur Öle für die Holzpflege.“ *Robin-Louis Rehbein, Dresden*

„Heizung erneuern und Fassade dämmen.“

Es gibt einen großen **Modernisierungstau** in deutschen Heizungskellern, zwei von drei Heizungen sind überaltert und entsprechen nicht dem Stand der Technik. Geschätzt wird, dass allein durch den Austausch alter, ineffizienter Heizungen und durch Dämmmaßnahmen bis zu 50% Energie eingespart werden könnte.

„Heizungen für Garten und Außenanlagen abschaffen, geheizt gehört innen und nicht außen in die Luft.“

„Solarlampen im Wintergarten.“
Gisela Scheinert, Rerik

„Außenbeleuchtung gering halten.
Es müssen keine Flugzeuge landen.“
Sabine Paetz, Pritzwalk



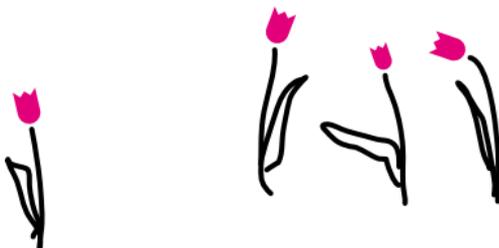
„Ich habe mir eine neue Heizungsanlage mit Brennwerttechnik einbauen lassen und dazu eine Warmwasserunterstützung per Solarpanels.“

Markus Worm, Salzgitter

„Brauchwassererwärmung mittels Solarthermie auf dem Dach – 4 qm Kollektoren für einen 4-Personen-Haushalt (Erwärmung reicht bis in den Winter hinein). Strom über das eigene Solar-kraftwerk erzeugen – 5 KwP (18 aktuelle Module) reichen bei kluger Nutzung aus, um 70% des eigenen Strombedarfs im Jahr zu decken.

Waschen, Kochen und sonstige stromverbrauchende Tätigkeiten einfach in den sonnenreichen Zeitraum legen. Machbar auch für Berufstätige mittels intelligenter Schaltsteckdosen und einer entsprechenden Smartphone App.“

Christian Traeger, Kammlach



„Geräte mit Solarmodulen verwenden.“

„Regenwasserspeicher zur Gartenbewässerung und Toilettenspülung. Regenwasserspeicher als kleiner Puffer für Wetterereignisse (Abdämpfen von Trockenphasen, Aufnahme von Starkregen). Ein Puffer bringt wenig, wenn viele mitpuffern, dann bringt es viel.“

Viel Grün bedeutet viel CO₂-Abbau.
Deshalb möglichst wenig versiegeln und stattdessen Sträucher, Büsche und Blumen pflanzen.

„Versiegelung des Bodens vermeiden, lieber Bäume pflanzen.“



GARTEN

„Wenn man einen Garten hat, kann man vieles, was man sonst im Supermarkt kauft, dort anbauen. Es bedarf auch da Dünger, den die meisten Leute einfach im Baumarkt kaufen würden. Wenn man aber die Bioabfälle, die in einem Haushalt anfallen, kompostiert, hat man meist viel besseren Boden und man weiß, was drinnen ist.“

„Wir verarbeiten Früchte aus dem Garten für Saft und Marmelade.“

„Ich halte mir im Garten Hühner, um so selbst Eier zu erhalten, und die Hühner freuen sich über alle Essensreste, die so anfallen. Somit wird nichts weggeworfen.“ *Markus Worm, Salzgitter*

„Wir bauen unser eigenes Obst und Gemüse an. Gemüse konservieren wir über den Winter in einem Erdloch, z.B. Möhren und Rüben, das funktioniert echt super. Das Gemüse schmeckt auch noch nach Wochen lecker.“ *Sonja Oehme, Falkenberg/Elster*

„Im Sommer züchte ich mein Gemüse und Salate alles im Garten. Zum Gießen nutze ich das Regenwasser oder meine Pumpe und brauche im Winter bis Februar kein Obst zu kaufen. Auch mache ich mit Milchsäure Sauerkraut und Rote Bete.“ *Jörg Glinzner, Preetz*



Die Aufbereitung von Trinkwasser verbraucht Energie und ist viel zu schade zum Gießen im Garten. **Regenwasser** hat außerdem für die Pflanzen eine angenehmere Temperatur.

Eigenversorgung ist gut fürs Klima.

Jeder eingesparte Transportkilometer für

Lebensmittel reduziert den CO₂-Ausstoß.

Düngen mit Kompost anstelle von käuflichen

Düngern spart ebenfalls CO₂ ein.

ZUHAUSE

„Im Garten versuche ich, wenig Wasser zu verbrauchen, indem ich meine Beete mulche.“

Karin Welke, Schwabach

„Autark leben als Insel. Selbst Strom erzeugen, selbst Wasser aufbereiten, selbst Obst und Gemüse anbauen und mit dem eigenen Brunnen- und Regenwasser wirtschaften.“

Daniel Henze, Lutherstadt Wittenberg

„Unsere Moore können große Mengen Kohlenstoffdioxid speichern. Ich verzichte deshalb bewusst auf Torfprodukte, damit die Moore erhalten bleiben.“

Willy Dirks, Quakenbrück

„Benzinrasenmäher durch Akku-Mäher ersetzen.“

Christoph Frink, Bannberscheid

„Ich mähe den Rasen mit dem Handmäher statt mit einem elektrischen Rasenmäher.“

Auch im Garten lässt sich der **Energieverbrauch reduzieren**, indem wir uns fragen, ob wir Laubsauger, elektrische Heckenschere etc. wirklich brauchen.

„Genutztes Kaffeemehl sammeln und im Garten oder in die Blumenkästen auf die Erde als Blumendünger geben – spart Abfall und fördert wunderbare Blüten und Früchte.“

Elisabeth Köhler, Moers

„Zur Verbesserung unserer Gartenerde verwenden wir Reste von geschorener und ungesponnener Schafwolle. Und zwar füllen wir diese Schafwollreste als Schicht in zum Beispiel Blumenkästen (erst etwas Erde, dann die Schafwolle, dann wieder Erde). Diese Schafwolle ist ein wunderbarer Bodenverbesserer und gleichzeitig auch eine feine Drainageschicht.“

„Pflanzenableger tauschen und kultivieren: gesunde Luft und Tauschfreude.“

Warum eine Pflanze kaufen, die möglicherweise noch weit transportiert wurde, wenn man sich in Nachbars Garten einen Trieb abschneiden kann? **Tauschen statt kaufen**, ist immer besser für die Ökobilanz. Das gilt auch bei Pflanzen und Saatgut.



ZUHAUSE



Der Klimawandel gefährdet die biologische Vielfalt. Umso wichtiger ist es, dass wir unsere Ökosysteme schützen, auch im heimischen Garten. Die Anpassung an veränderte Klimabedingungen gelingt umso besser, je höher die biologische Vielfalt ist.



BIOLOGISCHE VIelfALT

„Grünen Rasen in Blumenwiese umwandeln.“
Bernd Dohle, Freiburg

„Insektenhäuser aufhängen.“

„Ruhig einige Beikräuter wachsen lassen anstatt einen abgeleckten Garten, zieht ´ne Menge

Kleinstlebewesen an, z.B. Bienenweide aussähen.“ *Cassy Wilbert, Adenbüttel*

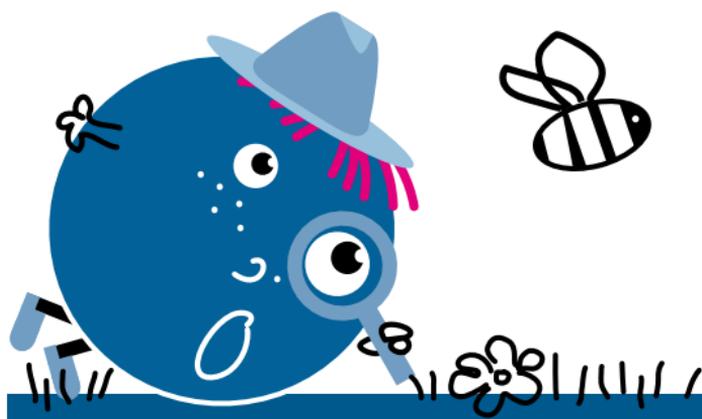
„Mehr bienenfreundliche Blumen im Garten pflanzen und nicht die überzüchteten Blumen, nur weil sie hübsch ausschauen.“ *Marie Joos, Lehrte*

„Ich habe alle immergrünen Gehölze von unserem Grundstück entfernt und gegen Laubgehölze getauscht (Obstbäume, Ziersträucher, Buchsbaumhecken), auch für Vögel geeignete Nistgelegenheiten.“ *Eberhard Merz, Hohenahr*

In vielen Haus- und Vorgärten haben in den letzten Jahrzehnten immer mehr exotische Gehölze Einzug gehalten, zum Beispiel Koniferen. Sie sind scheinbar pflegeleicht, aber für den Naturschutz – vor allem für unsere heimische Vogelwelt – meist völlig wertlos. **Heimische Gehölze** dagegen, zum Beispiel Haselnuss, Hartriegel und Weißdorn, fördern die Artenvielfalt.

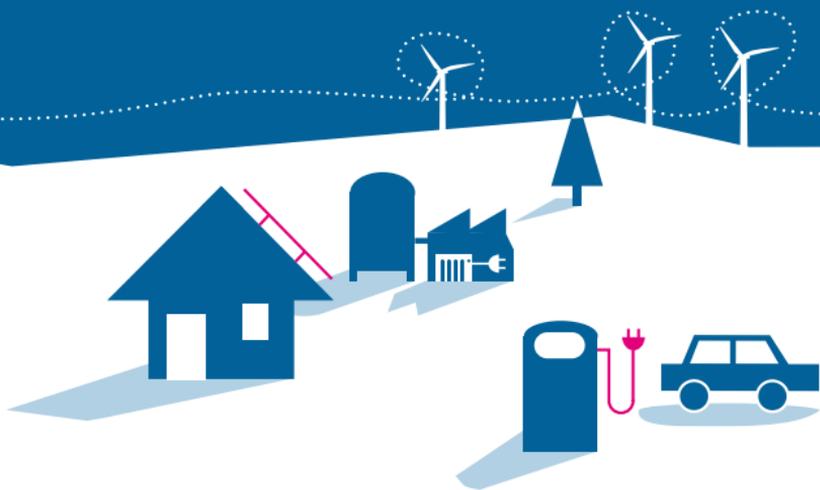
„Keine Laubsauger oder Gebläse verwenden, die richten mehr Schaden als Nutzen im Mikrokosmos des Bodenbereiches an.“ *Frank Frei, Rieps*

„Schädlinge im Garten können auch auf natürliche Weise vertrieben werden (z.B. mit Knoblauchpflanzen zwischen befallenen Pflanzen), sodass auf die Chemiekeule verzichtet werden kann.“
Svenja Knoop, Wietmarschen



Muss es denn wirklich ein englischer Rasen sein? Eine blühende Wiese ist auch hübsch und lockt Insekten an. Warum nicht wieder etwas mehr Natur und **Wildheit im Garten** zulassen? Und gegen Schädlinge helfen auch einige alte Regeln aus dem Bauerngarten.

Natürliche Mittel gegen Schädlinge	Hilft gegen
Brennnessel-Sud	Blattläuse
Pfefferminze (Zwischenpflanzung)	Kohlweißling
Zwiebel oder Knoblauch (Zwischenpflanzung)	Pilzkrankungen/ Mehltau, Knoblauch hilft auch gegen Wühlmäuse
Lavendel, Salbei (Zwischenpflanzung)	Blattläuse
Thymian und Rosmarin (Pflanzung am Beetrand)	Schnecken
Meerrettich (Zwischenpflanzung)	Kartoffelkäfer
Schachtelhalm-Sud	Pilzbefall
Leimringe	Raupen und Span- ner an Obstbäumen



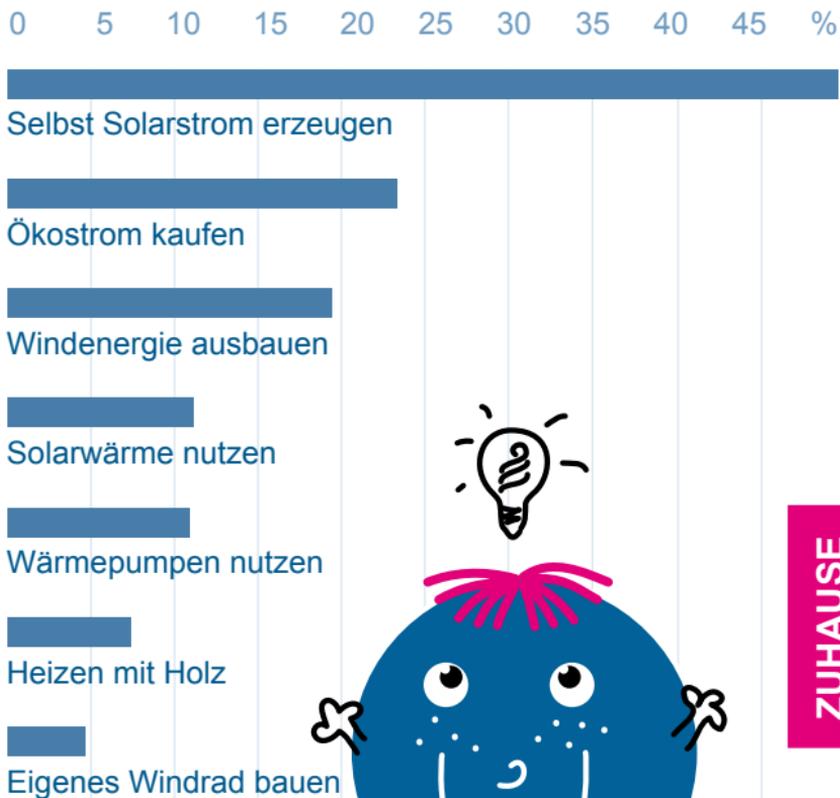
Der Großteil unserer Energieversorgung basiert nach wie vor auf fossilen Energiequellen. Bei der Verbrennung von Erdöl, Kohle und Gas entstehen große Mengen Kohlendioxid. Um den Ausstoß zu reduzieren und damit den Klimawandel zu bremsen, reicht es nicht aus, allein den Energiebedarf durch Einsparmaßnahmen und eine verbesserte Effizienz zu reduzieren. Fossile Energieträger müssen durch erneuerbare Energiequellen abgelöst werden. Diese Dekarbonisierung beginnt zuhause mit der Frage, welche Energie wir künftig nutzen wollen.





ENERGIEGEWINNUNG

Die häufigsten Klima-Tipps zum Thema Energiegewinnung



Gesamt: 108 Klima-Tipps



Wer Ökostrom bezieht, leistet einen Beitrag zur Energiewende und zum Klimaschutz. Denn durch die steigende Nachfrage nach Ökostrom werden zusätzliche Investitionen in erneuerbare Energien ausgelöst, auch wenn physisch an der Steckdose jede Kilowattstunde gleich ist, ob nun Ökostromtarif oder nicht. Wichtig ist, beim Ökostromtarif auf **vertrauenswürdige Siegel bzw. Zertifikate** zu achten. Diese garantieren, dass auch wirklich in erneuerbare Energien investiert wird.

Was ist wirklich öko?

Diesen Siegeln können Sie vertrauen:



Energiegewinnung

„Eine Solaranlage aufs Dach montieren und einen Batteriespeicher verwenden, dieser lädt dann mein Elektroauto und speichert den Strom, wenn ich ihn gerade nicht brauche. Erdwärme heizt im Winter meinen Fußboden und erwärmt permanent mein Wasser. So kann jeder energieautark werden und die Klimakiller Heizung und Verkehr reduzieren.“ *Ursula, Overath*

„Man könnte auch im städtischen Raum vermehrt Windkraftanlagen zur Energiegewinnung errichten. Wie z.B. die vertikalachsige Anlage auf dem Schornstein des Bremer Schlachthofes.“

„Eine Solaranlage auf jedes Dach.“

„Ich fahre Elektroauto und habe eine Solaranlage mit Speicher. So bin ich autark, verbrauche kein Gas und kein Öl.“

„Jedes neu gebaute Haus sollte nicht nur Photovoltaik, sondern z.B. auch günstigere kleine Windgeneratoren aufstellen.“ *Tobias Müller, Hepberg*

„In Solarparks investieren.“ *Stefan Sirch, Buchloe*

„Ich lade alle meine mobilen Geräte
(Handy, Tablet, usw.) über ein Solarladegerät.“

Lars Sinemus, Wuppertal

„Wir haben unsere Heizung auf Holz umgestellt
und sie ist erweiterbar für Sonnenkollektoren.“

Isabel Vogel, Landau

„Mit Pellets heizen.“

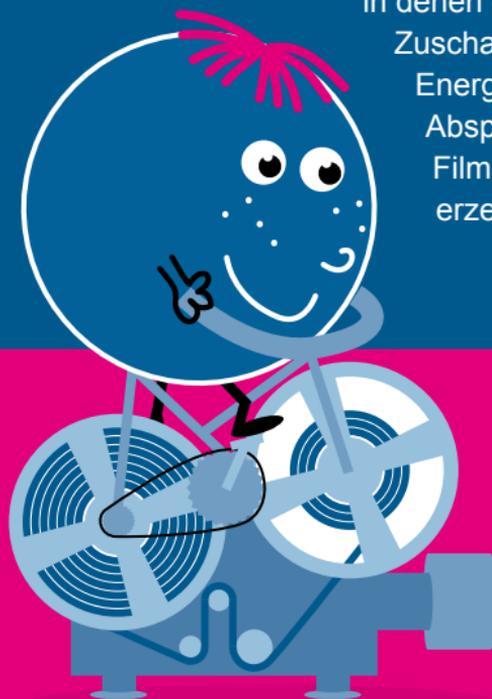
„Wärmepumpe statt Ölheizung.“

„Mit dem Fahrrad Strom erzeugen.“

Leon Drews, Stralsund

Warum im Fitnessstudio nur für die Figur in die Pedale treten? Einige Hersteller bieten bereits Trainingsgeräte an, die die Energie der Muskeln nicht nur in Schweiß umwandeln, sondern auch Strom erzeugen. In einigen Großstädten gibt es bereits **Fahrradkinos**,

in denen die Zuschauer die Energie zum Abspielen des Films selbst erzeugen.



ZUHAUSE

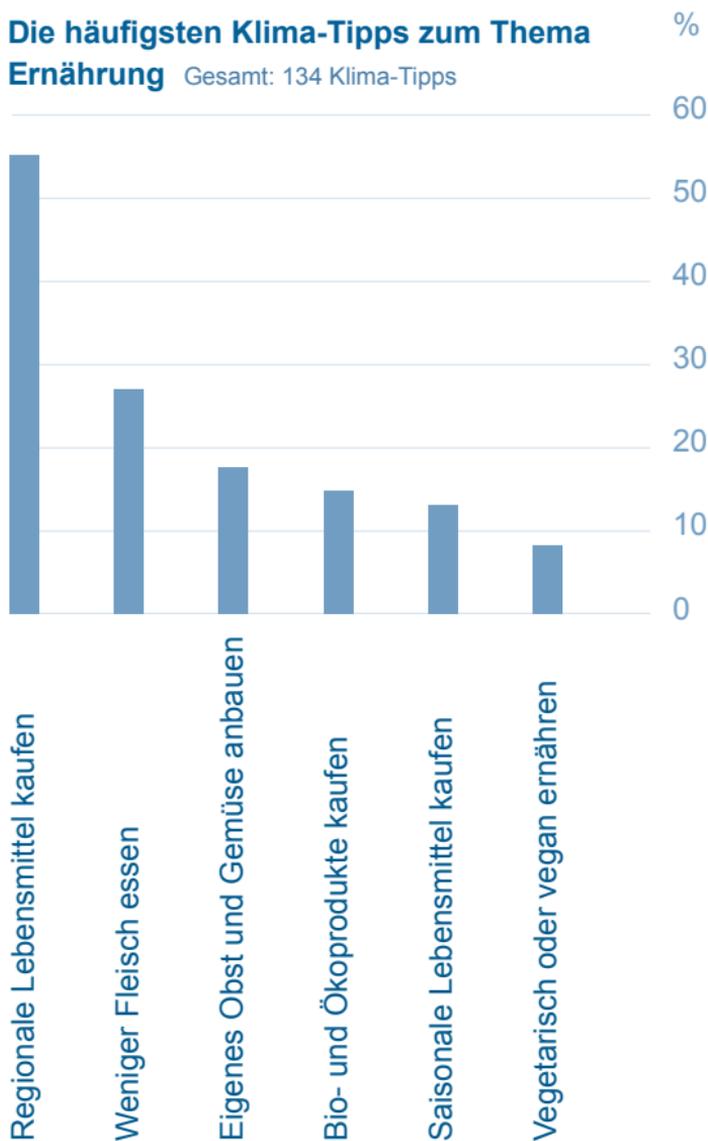
ERNÄHRUNG

Mehr als ein Zehntel unserer jährlichen CO₂-Emissionen werden durch unsere Ernährung verursacht. Pro Kopf und Jahr sind das im Durchschnitt etwa 1,5 Tonnen Kohlendioxid. Bei den Emissionen spielen die Herstellung und der Transport der Lebensmittel eine Rolle, aber auch die Art der Ernährung. Wer zum Beispiel viel Fleisch isst und viel Milch trinkt, verursacht mehr Treibhausgase als jemand, der weniger tierische Produkte konsumiert.



Die häufigsten Klima-Tipps zum Thema Ernährung

Gesamt: 134 Klima-Tipps



ERNÄHRUNG

“

Knapp 90 Kilogramm Fleisch isst jeder Deutsche im Jahr. Der Fleischkonsum hat erhebliche Auswirkungen auf unser Klima. Zum einen direkt durch die Emissionen aus der Viehhaltung, vor allem Methan und Lachgas aus der Rinderhaltung. Zum anderen trägt der Fleischkonsum aufgrund des hohen Soja-Bedarfs als Futtermittel zum Klimaeffekt bei. Hinzu kommt: Die Weiterverarbeitung von tierischen Produkten zu Wurst, Käse oder Butter ist energieaufwändiger als die Erzeugung von Obst und Gemüse. Trotzdem müssen wir nicht gleich alle Vegetarier oder Veganer werden. Aber mit ein bisschen weniger Fleisch lässt sich das Klima bereits schützen.

”

P f l a n z l i c h s t a t t
t i e r i s c h

AUF DEN TELLER

„Nicht jeden Tag Fleisch essen.“

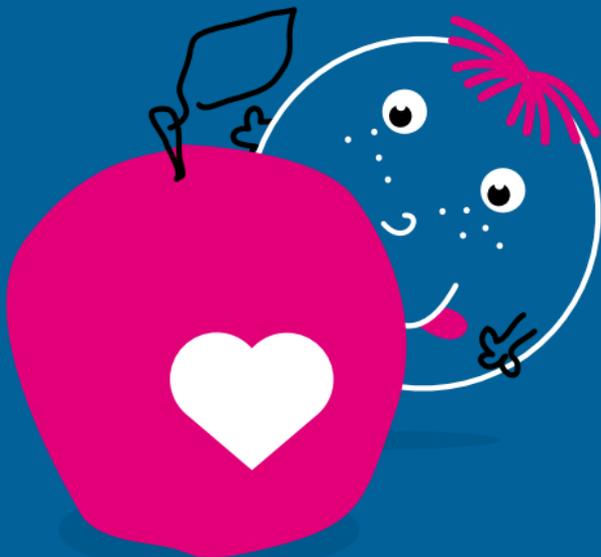
Markus Welzel, Darmstadt

„Man muss kein Vegetarier sein, aber einmal im Monat eine Woche ohne Fleisch hilft dem Klima und der Gesundheit.“ *Frank Frei, Rieps*

„Wir essen zum Beispiel einmal die Woche Fleisch und einmal die Woche Fisch in Bioqualität.“

Alicia Stein, Kaiserslautern

„Mehr Gemüse statt Fleisch auf den Tisch.“



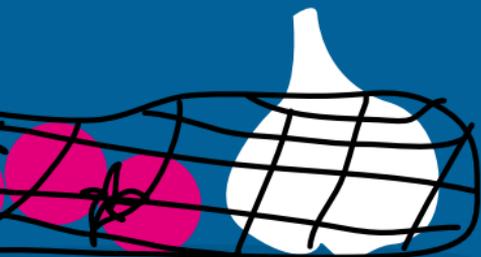


Saisonal & regional:

Spargel zu Weihnachten, ganzjährig Tomaten, Erdbeeren im Februar – beim Einkaufen gibt es scheinbar keine Jahreszeiten mehr. Damit wir ganzjährig alles kaufen können, müssen Gemüse und Obst entweder von weit her transportiert, oder unter großem Energieaufwand in beheizten Gewächshäusern gezogen werden.

Wer dagegen **alles zu seiner Zeit** kauft, schützt nicht nur das Klima, sondern wird meist auch noch mit besserem Geschmack belohnt.

„Fleisch wieder bewusst essen und nicht jeden Tag, sondern bspw. am Familiensamstag. Dann aber vom Bauern um die Ecke mit ökologischer Aufzucht und artgerechter Haltung bis zur Schlachtung.“ *Ursula, Overath*



„Ich bevorzuge saisonale Lebensmittel aus der Region und verzichte bewusst auf Fleisch und Wurst.“ *Karin Kilg, Blaustein*

„Regionale Produkte kaufen, die nur einen kurzen Transportweg haben. Keine Äpfel aus Neuseeland. Milch beim Bauern nebenan von der Milch-Tankstelle.“ *Volker Trebesch, Aurich*

„Auf dem Wochenmarkt einkaufen statt beim Discounter.“ *Frank Köhler, Bingen*

„Regionale Angebote findet man inzwischen auch in den großen Supermärkten. Das ist klasse.“
Michael Karl, Berlin

Saisonkalender für heimisches Obst und Gemüse

Obst	Früh- ling	Som- mer	Herbst	Winter
Äpfel	Lager	Frisch	Frisch	Lager
Birnen			Frisch	Lager
Blau- beeren		Frisch	Frisch	
Erdbeeren		Frisch		
Kirschen		Frisch		
Rhabarber	Frisch			
Melonen			Frisch	
Trauben			Frisch	

Im Sommer gibt es Obst in Hülle und Fülle. Im Winter sieht es dagegen mau aus. Einzig regionale Äpfel und Birnen sind als Lagerware erhältlich. Wer in der kalten Jahreszeit nicht ausschließlich Äpfel essen möchte, sollte **beim Kauf von Südfrüchten auf das Fair-Trade-Siegel achten.**

Sich ganzjährig mit heimischem Gemüse zu versorgen, ist kein Problem.

Viele Gemüsesorten können problemlos über einen längeren Zeitraum gelagert werden. Außerdem werden im Winter mehr Gemüsesorten geerntet als vielfach angenommen.

Gemüse	Frühling	Sommer	Herbst	Winter
Blumenkohl		Frisch	Frisch	
Bohnen		Frisch	Frisch	
Champignons	Frisch	Frisch	Frisch	Frisch
Grünkohl				Frisch
Salatgurke		Frisch	Frisch	
Möhren	Lager	Frisch	Frisch	Lager
Rosenkohl			Frisch	Frisch
Pastinaken	Lager		Frisch	Frisch

Quelle: www.regional-saisonal.de



Frisch & Bio:

Für die Herstellung von Lebensmitteln werden Energie und Ressourcen benötigt. Wie klimafreundlich unsere Ernährung ist, hängt von der Art der Lebensmittel ab. Tierische Produkte zum Beispiel verursachen mehr CO₂ als pflanzliche. Auch der **Aufwand zur Weiterverarbeitung von Lebensmitteln beeinflusst die Klimabilanz**. So verursacht zum Beispiel tiefgekühltes Gemüse dreimal mehr CO₂ als frisches Gemüse, oder Pommes frites im Vergleich zu frischen Kartoffeln etwa 25-mal mehr CO₂. Entscheidend ist auch, ob die Lebensmittel aus konventioneller oder ökologischer Landwirtschaft stammen.

Klimabilanz tierischer Produkte im Vergleich zu Gemüse
in g CO₂/kg Produkt (Einkauf im Handel, Quelle: GEMIS 4.4):

Rind 13.311

Hartkäse 8.512

Rohwurst 8.000

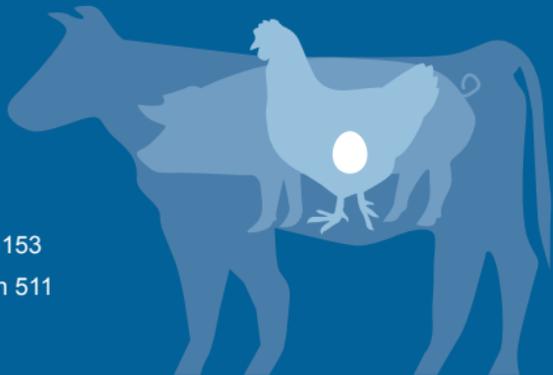
Geflügel 3.508

Schwein 3.252

Eier 1.931

Frisches Gemüse 153

Gemüsekonserven 511



Auf den Teller

„Selber kochen statt Tiefkühlprodukte.“

„Ich kaufe lieber frische, regionale Produkte statt Tiefkühlkost.“ *Silvia Blesch, Heidelberg*

„Brot vom Bäcker statt vom Discounter, ohne zusätzliche Tiefkühlung der Teigwaren. Das kostet unnötig Energie.“ *Claudia Röhr, Parchim*

„Biologische und Fair-Trade-Produkte bevorzugen.“
Daniela Westerhove, Essen

Tiefkühlprodukte gelten häufig als klimaschädlich, u.a. weil für Frostung und Kühlung viel Energie benötigt wird. Das ist richtig. Aber Tiefkühlkost hat nicht per se eine schlechte Klimabilanz. Wie so oft kommt es auf das Maß und das Verhältnis an. So ist **Tiefkühlware immer noch besser als der Transport von Frischware aus Übersee**. Auch im Vergleich zur Haltbarmachung von Obst und Gemüse in Dosen schneidet Tiefkühlware nicht unbedingt schlechter ab. Wo es Sinn macht, und es keine Alternativen gibt, darf Tiefkühlkost durchaus in den Einkaufskorb.

LEBENSMITTEL RETTEN

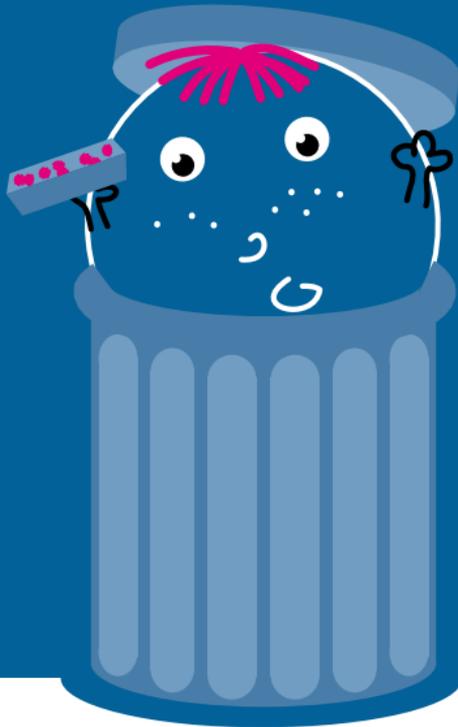
„Möglichst alle Teile von Lebensmitteln verwenden und nicht wegwerfen. Lebensmittel nicht gleich wegwerfen, nur weil sie schon abgelaufen sind.“

„Ich versuche, keine Nahrungsmittel wegzwerfen, auch aus Resten kann man so viel zubereiten.“ *Karin Welke, Schwabach*

„Zu Beginn der Woche einen Plan machen, was es zu essen gibt. Man muss so nicht so oft zum Einkaufen fahren und kauft nicht zu viel ein, sodass man nichts wegwerfen muss.“

„Nur das kaufen, was auch gegessen wird. Wer im Laden mal darauf achtet, was alles entsorgt/weggeschmissen wird, weil das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten ist. Wir haben einfach zu viel, was nicht verwertet wird.“

„Nach Einkaufszettel einkaufen. Dann kommt man nicht in die Versuchung, zu viel einzukaufen.“
Claudia Voß, Kollmar



In Deutschland landen pro Person jährlich etwa 80 Kilogramm Nahrungsmittel im Müll. Wer sich klimabewusst ernähren möchte, kauft vorausschauend ein und verwertet auch Lebensmittel-Reste.

ESSEN & UMWELT



Die Ernährung ist einer der größten Hebel im Umweltschutz. Mit dem, was wir essen, entscheiden wir weltweit über das Schicksal von Menschen und vieler Tierarten. Statt den Raubbau an der Natur weiter voranzutreiben, müssen wir unsere Ernährung deutlich ökologischer ausrichten.



„Keine Avocados essen.“
Anina Schafnitzel, München

„Keine Eier aus Käfighaltung.“
Oliver Kahnert, Vorbeck



Nicht nur, weil es ein Übersee-Gemüse ist, ist die Avocado in die Kritik geraten. Um die große Nachfrage zu bedienen, werden in den Anbauländern, u.a. Mexiko, Südafrika und Chile, immer mehr Wälder gerodet. Außerdem gilt **die Avocado als „Trinkerin“**. Ein Kilogramm Avocado (2-3 Früchte) benötigt 1.000 Liter Wasser für die Aufzucht. Aufwändige Bewässerungsanlagen versorgen die Plantagen mit Wasser, das dann an anderer Stelle fehlt.

„Keine Produkte aus Massentierhaltung.
Für deren Futtermittelproduktion werden
Regenwälder in Südamerika abgeholzt.“

„Fisch aus gesunden Beständen kaufen,
der mit schonenden Methoden gefangen
wurde, oder aus nachhaltigen Aquakulturen.“

„Wassersprudler anschaffen.“

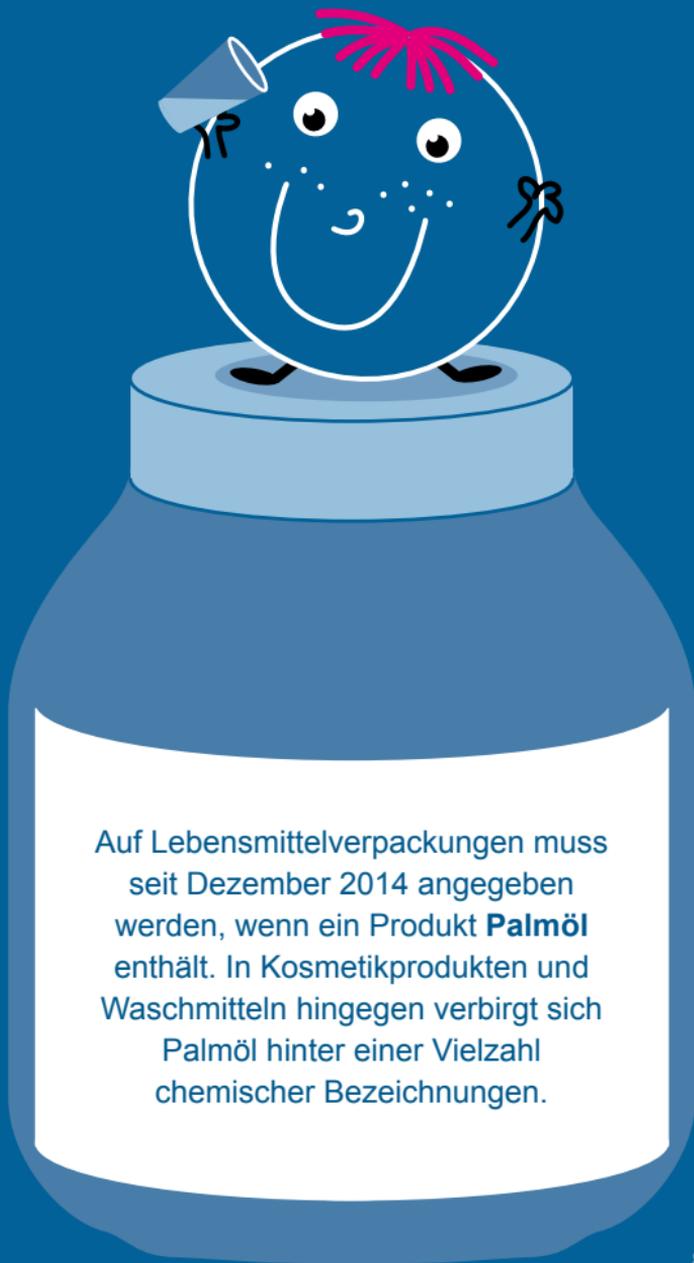
„Leitungswasser trinken anstatt Wasser
aus Flaschen oder Plastikbehältern.“

Silvia Sager, Regen

Die Richtlinien der deutschen Trinkwasser-
verordnung sind strenger als die für Mineral-
wasser. **Leitungswasser** zu trinken, schont
den Geldbeutel, Klima und Umwelt.

„Keinen Kaffee aus Kapseln trinken.“

„Palmölprodukte vermeiden.“



Auf Lebensmittelverpackungen muss seit Dezember 2014 angegeben werden, wenn ein Produkt **Palmöl** enthält. In Kosmetikprodukten und Waschmitteln hingegen verbirgt sich Palmöl hinter einer Vielzahl chemischer Bezeichnungen.

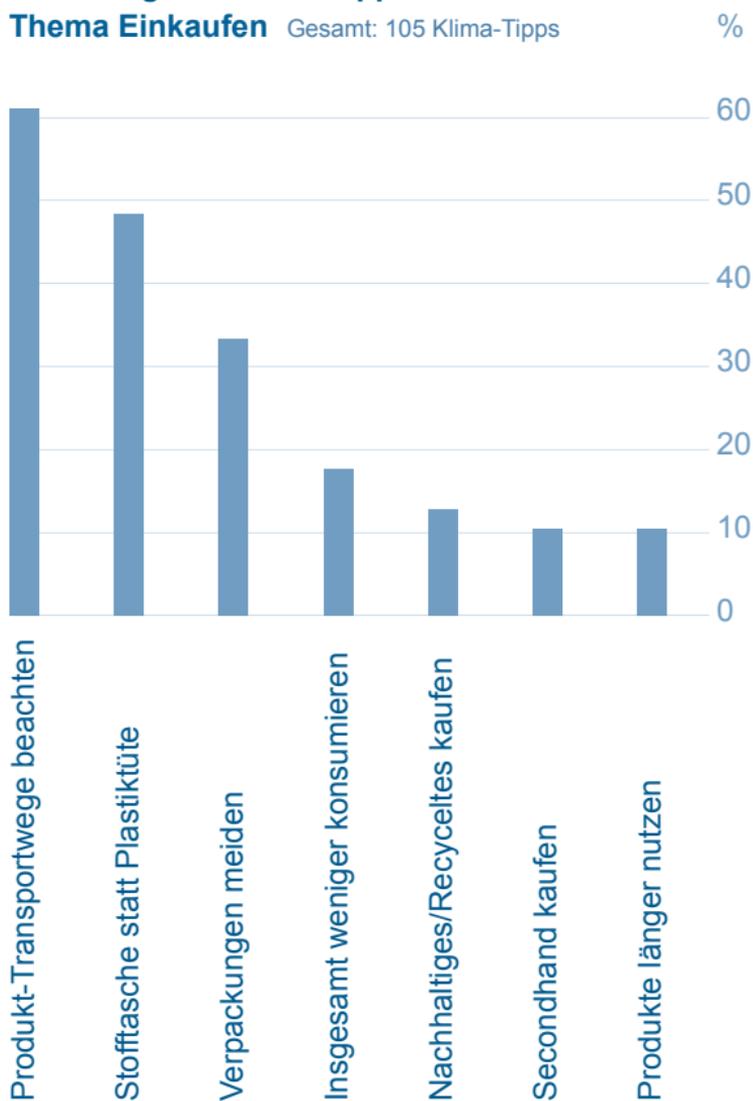


KONSUM

Konsum nach westlichem Muster ist der Klimakiller Nummer eins. Rund 30 Prozent unserer Pro-Kopf-CO₂-Emissionen gehen auf das Konto unserer Konsumkultur, auf Waren, die wir kaufen, und auf Dienstleistungen, wie Sauna, Schwimmbad oder Fitnesscenter, die wir in Anspruch nehmen. Umweltfreundliche Technologien alleine werden nicht reichen, um unseren Konsum klimafreundlicher zu gestalten. Experten gehen davon aus, dass wir unser Verhalten grundlegend verändern müssen, um insbesondere den Raubbau an unseren Ressourcen zu stoppen.

Die häufigsten Klima-Tipps zum Thema Einkaufen

Gesamt: 105 Klima-Tipps



KONSUM



Schon beim Einkaufen können wir einen wirkungsvollen Beitrag zum Klimaschutz leisten, indem wir zum Beispiel regionale Produkte kaufen und dadurch lange Transportwege vermeiden, indem wir unseren Einkauf in Stoff- o.a. Mehrwegtaschen nach Hause tragen statt in Plastik- oder Papiertüten. Auch unverpackt einkaufen und Secondhand-Läden nutzen, ist längst keine Modeerscheinung mehr.



EINKAUFEN

„Weniger Sachen kaufen, dafür auf die Qualität achten.“ *Markus Ihde, Rostock*

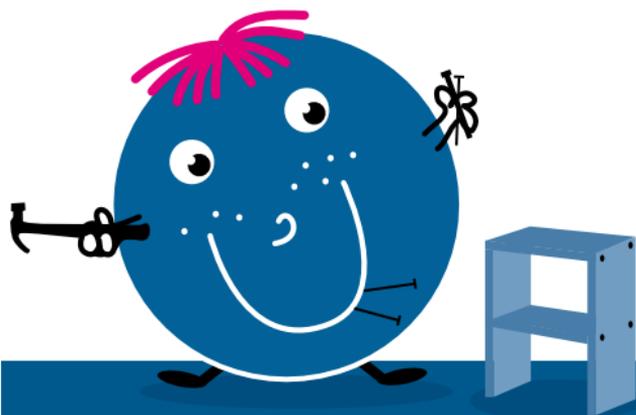
„Kleidung länger tragen, nicht nur mit der Mode gehen.“ *Carla Beck, Güstrow*

„Weniger Konsum! Sich mit weniger, oft sinnfreiem ‚Zeug‘ zu umgeben, schont den Geldbeutel, das Klima und die Nerven. Qualität statt Quantität. Lieber langlebige Dinge aus natürlichen Materialien kaufen, die einem mehr als nur einen Moment lang Freude bereiten.“

„Sich ‚Shopping‘ als Hobby abgewöhnen! ... Ich habe mir Hobbys gesucht, die mich unter Menschen bringen. So komme ich weniger in Gefahr, aus Frust einfach in die Einkaufsstraße zu gehen!“ *Heide Awe, Marlow*

„Bei Käufen von Waren aller Art (TV, Rasierapparat, Möbel etc.) auf Nachhaltigkeit, Reparierbarkeit und Langlebigkeit achten. Reparieren statt wegwerfen. Es gibt auch Reparaturläden/Nachbarschaftsläden für sowas. Kleidung verschenken,

tauschen, umnähen/aufmotzen. Altes umfunktionieren, falls nicht mehr gebraucht in der alten Form (z.B. eine Lampe aus einem Gepäckträger basteln.“ *Robin-Louis Rehbein, Dresden*



Wer billig kauft, kauft zweimal. Das ist keine Binsenweisheit. Tatsächlich führt laut Konsumforschern eine Kombination aus schlechter Qualität und niedrigen Preisen zu kürzeren Nutzungsdauern und fördert damit die Wegwerfmentalität. Schlecht fürs Klima. Denn wer weniger neu kauft, spart Ressourcen und Energie. Beispiel Kleidung: Um ein Baumwoll-T-Shirt herzustellen, werden bis zu 3.000 Liter Wasser benötigt. Das sind etwa 20 Badewannen voll.

„Viele Dinge kann man auch gebraucht in einem guten Zustand kaufen. Ob es Möbel, Spielzeug oder andere Sachen sind. Flohmarkt oder ebay machen es möglich! Auch seine eigenen Sachen muss man nicht wegschmeißen. Für einen selbst sind sie vielleicht nicht mehr gut genug, für andere mit einem kleineren Budget genau richtig!“

„Elektro-Geräte bis zum Ende benutzen.“
Cassia Damasenco, Hamburg

„Kaum Sperrmüll durch langlebige und wert-haltige Möbel.“ *Ulrich Hartmann, Lübesse*

„Lieber reparierbare Geräte als Einweg-Schrott kaufen – gerne auch gebraucht.“
Kai Dorsch, Wittmund

„Möbel einfach selber umgestalten, statt immer neu zu kaufen, z.B. das Sofa neu beziehen lassen. Haben schon unsere Großeltern gemacht.“
Kerstin Kuhlmann, Warendorf

„Die Verschwendung ist der größte Klimakiller, deshalb stelle ich mir immer die Frage: Brauche ich das wirklich?“
Beate Ostrowski, Bad Wurzach

„Technische Geräte teilen und nicht immer stets und ständig alles allein erwerben.“

Anja-D. Ferdenus, Berlin

„Mittlerweile gibt es einige Dienste, bei denen man Kleidung, Möbel, Elektrogeräte oder Autos mieten kann. So konzentriert man sich auf den Konsum, den man wirklich benötigt.“

„Eine Freundin erzählte mir vom Kauf eines kleinen Backofens. Sie meinte, durch den geringeren Strombedarf des kleineren Gerätes wesentlich Energie zu sparen. ... Leider hat sie vergessen, welch enormer Energiebedarf für die Herstellung des Gerätes notwendig war.“

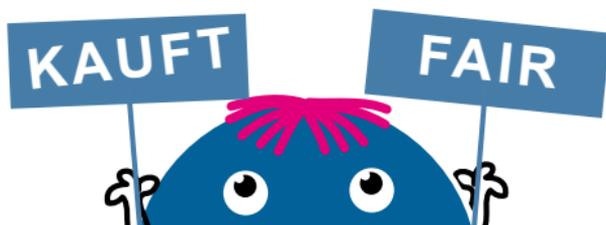
Martina Dassow, Rostock

„Tannenbäume stehen lassen und nicht abholzen für Weihnachten. Es werden zu viele abgeholzt, die dann nicht benötigt werden, lasst sie im Wald stehen und leben, da haben wir mehr von.“

„Nachhaltige Kleidung tragen.
BIO-verifizierte Produkte kaufen.“

„Auf den OEKO-TEX-Standard bei Kleidung achten.“ *Thomas Behrendt, Rostock*

„Secondhand-Mode kaufen, oder Mode aus Bio&Fair angebauten Stoffen (Hanf, Bambus, Bio-Baumwolle).“ *Robin-Louis Rehbein*



Immer mehr Verbraucher achten beim Einkauf auf nachhaltige Produkte. Es gibt allein in Deutschland mehr als 100 verschiedene Zertifikate und Siegel, die Ökologie und Fairness versprechen. Jedes hat eigene Standards und Kriterien. Verbraucher sollten sich vor dem Kauf informieren, was dahintersteckt. Grundsätzlich gelten Siegel und Zertifikate, die von unabhängigen Stellen entwickelt und vergeben werden und deren Vergabe überprüfbar und transparent ist, als vertrauenswürdig. Ebenso Produkte, die mit „Öko“ oder „Bio“ gekennzeichnet sind. Denn diese Begriffe sind durch die EG-Öko-Verordnung geschützt.

„Keine Alufolie kaufen.“ *Sven Finkenauer-Ganz,
Gau-Odernheim*



Aluminium ist ein praktisches und beliebtes Verpackungsmaterial für Lebensmittel, allerdings mit einer miesen Klimabilanz. Für die Herstellung wird extrem viel Energie benötigt. Zudem entstehen beim Bauxitabbau, woraus später Aluminium gewonnen wird, umweltgefährdende Stoffe. Alternativ zu Alufolie gibt es wiederverwertbare Bio-Folien, oder schlicht Mehrweg-Dosen bzw. -Gläser.

„Beim Einkaufen Stofftaschen, Trolley oder Korb nehmen. Das spart jede Menge Plastik.“
Nicole Mathy, Altstadt

„Alte Kassenzettel als Einkaufszettel benutzen.“

Ilona Markus, Zwickau

„Zu Silvester auf Pyrotechnik verzichten.“

Frank Krückeberg, Halle

„Recyclingpapier benutzen.“

Hanna Conrad, Pastow

„Wir achten beim Einkauf auf Recycling-Produkte,
auf Verpackung und auf Bioprodukte.“

Kathleen Göhricke, Mücheln

„Recycling-Toilettenpapier kaufen.“

„Nicht jede Kleinigkeit im Internet bestellen
mit irrsinnigen Transportwegen und Kosten.
Aufwendige Verpackungen vermeiden, Produkte
mit unverhältnismäßiger Verpackung gar
nicht erst kaufen.“

„In einem Unverpackt-Laden einkaufen.“

Larissa Gleich, Berlin

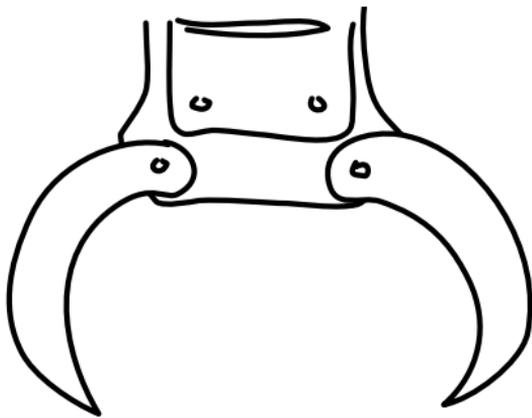
„Auf Plastiktüten verzichten, die man zuhause hat,
mehrmals benutzen, wenigstens als Müllbeutel.“

Eva Böhm, Wertheim

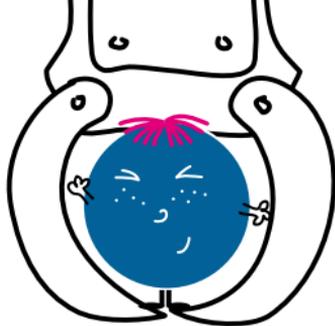
„Lebensmittel in Papier oder im Glas kaufen, was nicht immer einfach ist.“

Petra Engelbrecht, Wittenberg

„Nein zu Plastik – Plastik dort vermeiden, wo es möglich ist. In Autos, Elektrogeräten etc. haben Kunststoffe durchaus ihre Berechtigung. Ob wir aber eingeschweißte Gurken und Plastikbecher für unser Eis brauchen, sollten wir noch einmal überdenken.“



Mehr als 200 Kilogramm Verpackungsmüll produziert jeder Deutsche jährlich, zusammen fast 20 Mio. Tonnen. Auch wenn es immer wieder Berichte gibt, dass viel zu viele Wertstoffe noch in Verbrennungsanlagen landen, darf das niemanden abhalten, seinen Müll weiterhin zu trennen. Denn nur wenn getrennt wird, kann überhaupt recycelt werden. Oder Sie recyceln selbst, wie unsere Klima-Tatgeber es tun, und reduzieren dadurch die Müllberge.



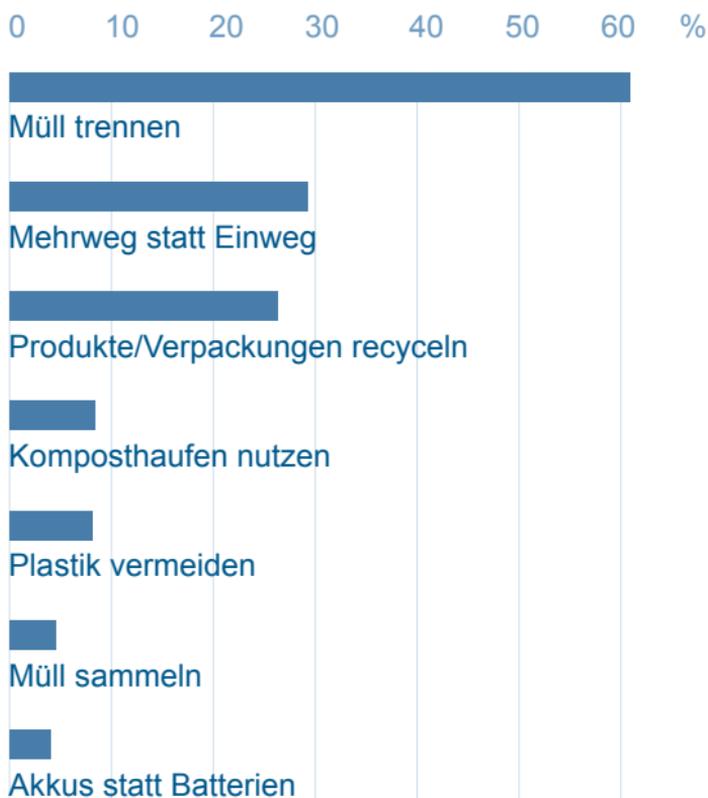
Egal, welcher Müll, ob Plastik, Glas, Papier oder Restmüll, für die Abfallbehandlung – vom Transport, über die Sortierung bis zur Verwertung – wird viel Energie benötigt. Auch deshalb ist der beste Müll der, der gar nicht erst entsteht. Die Vermeidung von Müll steht deshalb immer an erster Stelle. Unseren übrigen Müll sollten wir, so gut es geht, trennen, um ihn wieder einer stofflichen Verwertung zuzuführen. Dadurch werden Ressourcen geschont und Energie sowie Treibhausgase gespart. Jede Tonne Recyclingplastik zum Beispiel spart gegenüber einer Tonne Plastik, die aus Erdöl hergestellt wird, 1.000 Kilogramm CO₂ ein.



ABFALL & RECYCLING

Die häufigsten Klima-Tipps zum Thema Abfall

Gesamt: 117 Klima-Tipps



KONSUM

„Toilettenpapiertüten wiederverwenden als Mülltüte, oder oben abschneiden und als normale Tüte nutzen.“ *Johann Daiminger, Augsburg*

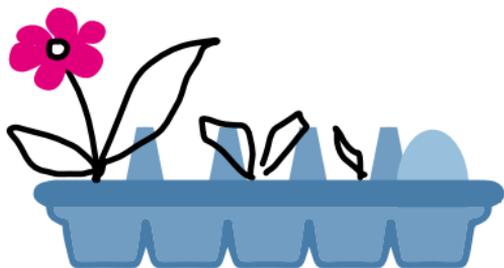
„Nutzt die vielen Obstverpackungen als Anzuchthäuschen für eigenes Obst und Gemüse auf der Fensterbank!“ *Christoph Klein, Hemer*

„Eierkartons eignen sich prima als Anzuchtschalen für Pflanzen. Lieferkartons aufbewahren und wieder benutzen – genauso gepolsterte Umschläge. Alte Post als Notizzettel nutzen.“

„Wenn mir meine Schuhe nicht mehr passen, dann schmeiße ich sie nicht weg, sondern schenke sie meinem Bruder oder Freunden.“
Andy Münser, Reimershagen

„Von Einweg-Produkten die Finger lassen.“
Felix Weinitschke, Greifswald

„Kunststoff-Verpackungen, wenn schon nicht vermeidbar, kann man wenigstens weiternutzen. Ich nehme sie zur Aufbewahrung von Krimskrams oder als Geschenkverpackungen.“



„Wir haben aus dem Holz alter Möbel neue Möbel gebaut/gestaltet. So verwerten wir Altes zu Neuem. Unsere Kleidung verschenken wir an Bedürftige. Endliebtet Spielzeug wird je nach Zustand auf Flohmärkten verkauft oder ebenfalls verschenkt.“
Monique Fröhlich, Schwerin

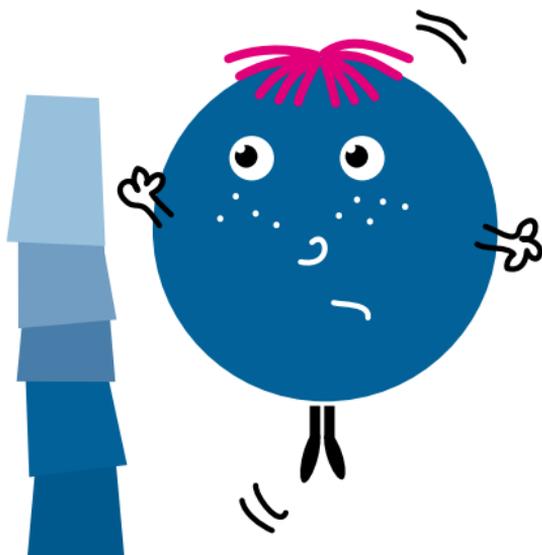
„Ich sammle altes Kerzenwachs und mache mit den Kindern Kerzenziehen.“
Peter Hardrath, Uelzen

„Nur wiederaufladbare Batterien verwenden.“
Sven Finkenauer-Ganz, Gau-Odernheim

„Wenn es schon eine Kaffeekapselmaschine sein muss, dann lohnt die Anschaffung einer wiederauffüllbaren Edelstahlkapsel. Die gibt es mittlerweile für jede Maschine. Macht weniger Abfall und der Kaffee schmeckt auch frischer.“

„Ich benutze auch für Feste und Feiern Mehrweggeschirr und -besteck.“ *Silvia Blesch, Heidelberg*

„Bei Großveranstaltungen, wo es möglich ist, eigene Becher (Thermo, Metall oder Mehrwegbecher) mitnehmen und beim Verkauf diese füllen lassen.“ *Anke Weise, Klüß*



Geschätzt wird, dass in Deutschland jährlich 6 Milliarden Coffee-to-Go-Becher genutzt werden. Aufeinander gestapelt würde so ein Becher-Turm weiter als zum Mond reichen.

„Bei Laufveranstaltungen werden Getränke oft in Wegwerfbechern gereicht. Einfach einen Mehrwegbecher mitnehmen und direkt einschenken lassen. Guten Lauf!“

„Zum Einfrieren von Gemüse und Fleisch nutze ich die besseren Gefrierbeutel mit Zippverschluss. Nach Gebrauch wasche ich diese von beiden Seiten gründlich, trockne sie und benutze sie weiter.“
Peter Hardrath, Uelzen

„Bis ein Kleinkind trocken ist, werden gut 5.000 - 6.000 Windeln je Kind verbraucht. Mit ca. 30 Mehrweg-Wollwindeln je Kind kann man diesen Müllberg deutlich verringern. Zudem kann man die Windeln auch für mehrere Kinder nutzen. Heute gibt es Systeme, die genauso einfach wie Pampers mit Klettverschlüssen umgelegt werden. Durch die Mehrfachnutzung ergibt sich trotz Waschen und elektrischem Trocknen im Winter neben dem geringeren Müllaufkommen auch eine deutlich bessere Umweltbilanz. Im Sommer kann man die Wäsche zudem schnell und umsonst an der Luft trocknen lassen. So lässt sich Studien zufolge der CO₂-Ausstoß gegenüber Wegwerfwindeln um bis zu 40 % reduzieren. Achtet man auf ökologisch hergestellte Baumwolle, erhöht sich

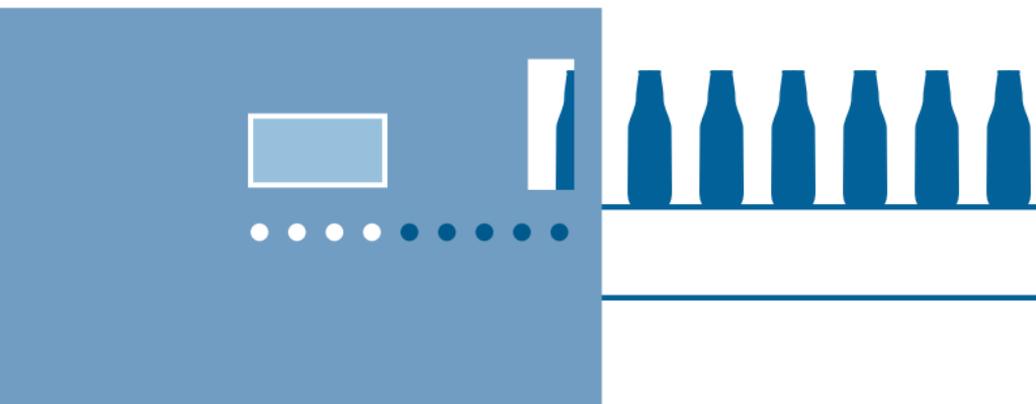
der Mehrwert zusätzlich. Und ganz nebenbei sind die Gesamtkosten bei Stoffwindeln deutlich geringer.“

„Papierwerbung im Briefkasten stoppen.“

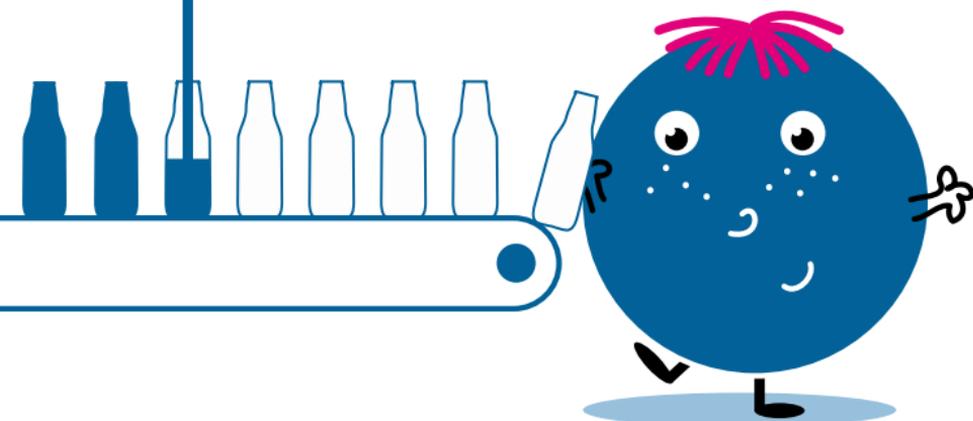
„Fastfoodketten vermeiden, denn die produzieren unglaublich viel Verpackungsmüll.“
Svenja Knoop, Wietmarschen

„Auf Plastik-Mineralwasserflaschen verzichten und Mineralwasser selbst mit Sprudelanlage herstellen.“

„Milch aus Glasflaschen statt Tetrapack.“



Am besten, Sie kaufen Getränke in Mehrwegflaschen aus Glas oder Plastik, gekennzeichnet mit einem Mehrweg-Siegel oder der Beschriftung „Mehrweg“. Ein Pfand ist noch kein Beleg für eine Mehrweg-Nutzung. Im Gegenteil: In Deutschland wird seit 2003 Pfand auf Einweg-Plastikflaschen und Dosen erhoben. Diese Verpackungen landen nach einmaliger Nutzung zwar in einer Recyclinganlage, aber für deren Aufbereitung ist zusätzliche Energie nötig. So können Mehrweg und Einweg ganz leicht unterschieden werden: Das Pfand für Mehrweg-Flaschen beträgt 8 bis 15 Cent, bei Einwegflaschen sind es 25 Cent.

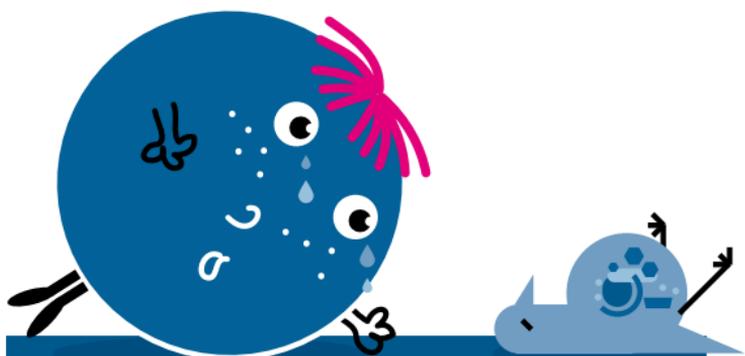


„Ich verwende eine Bambus-Zahnbürste, sie ist kompostierbar und kann rückstandslos verbrannt werden.“ *Rebecca Baumann, Ellwangen*

„Alles, was mit Plastik zu tun hat, wird größtenteils vermieden. Wenn man bedenkt, dass z.B. Microplastik in Zahnpasta und anderen Sachen enthalten ist, da gibt es eine Menge natürliche Alternativen.“ *Cassy Wilbert, Adenbüttel*

„Plastik in jeder Form ablehnen.“
Janine Bechtel, Freiburg

Schätzungen zufolge treiben mehr als 5 Billionen Plastikteile in unseren Weltmeeren. Besonders viel Plastikmüll sammelt sich in großen subtropischen Meereswirbeln – five gyres genannt. Der größte ist der „**Great Pacific Garbage Patch**“ im Nordpazifik. Er nimmt in etwa die Fläche Mitteleuropas ein.



Plastik ist ein Alleskönner: leicht und langlebig, beliebig formbar, wahlweise bruchfest oder elastisch. Wir können auf Plastik nicht verzichten. In langlebigen Produkten und bei vernünftigem Recycling ist deren Verwendung auch vertretbar. Die meisten Plastikprodukte jedoch sind extrem kurzlebig. Wer darauf verzichtet, hilft dem Klima und der Umwelt. Denn Plastik ist problematisch für viele Tiere, insbesondere in unseren Meeren. Gerade leichter Plastikmüll aus Tüten und Verpackungen verweht schnell, zersetzt sich nur langsam in Mikroplastik und wird von Tieren für Nahrung gehalten. Besonders grausam: Die Tiere sterben, weil sie sich in unserem Plastikmüll verfangen oder sie mit vollen „Plastikmägen“ verhungern.

DIENSTLEISTUNGEN

Klimaschutz im Alltag ist nicht nur beim Wohnen und Essen, beim Einkaufen und in der Mobilität möglich, sondern auch in der Freizeit. Energie steckt nicht nur in Produkten, die wir konsumieren, sondern auch in vielen Dienstleistungen, die wir nutzen und in Anspruch nehmen.

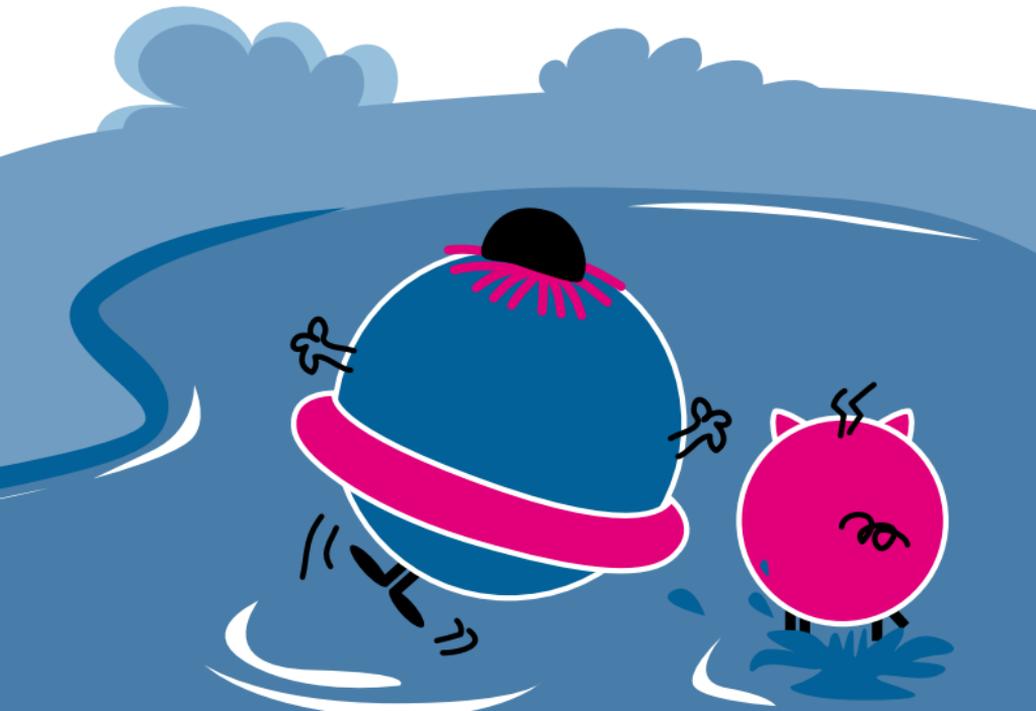
„Skihallen und Indoor-Spielplätze meiden.“

„Draußen joggen statt im Fitnesscenter auf dem Laufband.“

„Im Freibad baden statt in der Schwimmhalle.“

Oh, da würden mir noch so viele Dinge einfallen... Aber mal ehrlich, wir müssen nicht auf alles verzichten, was uns Spaß macht und was uns das Leben erleichtert. **Wer bewusst konsumiert, wer genauer hinschaut, hinterfragt und auch mal Verzicht übt, der leistet bereits einen Beitrag fürs Klima.**

KONSUM



BÜRO, SCHULE & STUDIUM

„Ich drucke meine Skripte für die Uni nie aus, sondern benutze nur meinen Laptop.“

Jana Stark, Kirchheim Teck

„Unser Büro arbeitet fast ausschließlich elektronisch, auf Papier und Druck wird weitestgehend verzichtet.“

„Wenn ich mich verschreibe, schmeiße ich das Papier nicht weg, sondern streiche das falsch Geschriebene durch.“

Tamino Kahrmann, Reimershagen

„Briefe, die versendet werden, sollten beidseitig bedruckt werden. Damit spart man Papier und Portokosten.“ *Michaela Farin, Düsseldorf*

„Klimaneutrales E-Mail-Postfach nutzen.“

Robin-Louis Rehbein

„Die Suchmaschine Ecosia.de schützt die Umwelt und spendet bei jeder Suche im Internet Geld für die Pflanzung neuer Bäume.“



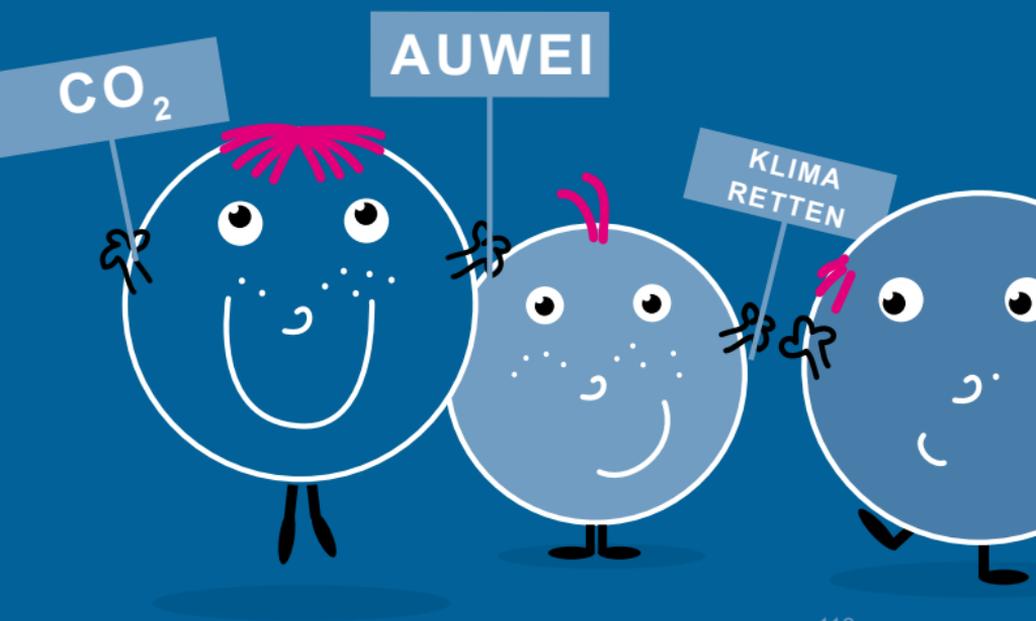
Bildschirmschoner für den PC sind wahre Stromfresser. Der Bildschirmschoner Aquarium zum Beispiel soll mehr Energie verbrauchen als ein echtes Aquarium. Besser ist, den Bildschirm bei Nichtnutzung auszuschalten. Dies kann auch in der Systemsteuerung eingestellt werden, sodass der Bildschirm bei Nichtnutzung automatisch in den Ruhemodus wechselt.

INFRASTRUKTUR

Für rund ein Zehntel unserer jährlichen CO₂-Emissionen (etwa 1,1 Tonnen pro Kopf) kann der Einzelne nichts. Hierbei handelt es sich um den deutschlandweiten Grundstock. Diese Emissionen werden durch den Staat verursacht. Man spricht auch von staatlichen Emissionen, die durch das Vorhalten der Infrastruktur, wie Straßen, Schulen, Museen etc., entstehen. Auch der Staat ist angehalten, CO₂-Emissionen deutlich und konsequent zu reduzieren. Unsere Klima-Tatgeber haben dafür auch einige Tipps, gleichfalls auch Forderungen an die Wirtschaft, um weitere Klimaschutzmaßnahmen einzuleiten, auf die der Einzelne keinen Einfluss hat.

Mehr Klimaschutz bitte





„Perlatoren in allen Wasserhähnen in öffentlichen und privaten Gebäuden in Deutschland verpflichtend einbauen.“

„In allen öffentlichen Gebäuden (Schulen, Rathäuser, Ämter usw.) muss die Temperatur auf 20 Grad gesenkt werden. Man muss nicht im Winter in Bluse/Hemd arbeiten.“ *Rudolf Bohlens, Reinbek*

„Erneuerbare Energien ausbauen und Speicherkapazitäten schaffen.“

„Solaranlagen und klimaneutrale Häuser vom Staat fördern und Diesel verbieten.“
Martin Weidemann, Bergisch Gladbach

„Atomreaktoren auch im Ausland schließen.“

„Geld in die Forschung der Energie und Wiederverwertung investieren.“
Felix Weinitschke, Greifswald

„Schaufensterbeleuchtungen außerhalb der Öffnungszeiten verbieten, um nicht unnötig Strom zu verschwenden.“ *Achim Senghaas, Karlsbad*

„Ich wünsche mir, dass die Regierung mehr Umweltauflagen herausgibt (für Flugzeuge, Schiffe und öffentliche Verkehrsmittel).“

„Abschaffung von Kohlebergbau und Aufforstung von bereits geschädigten Regenwäldern (einschließlich Rekultivierung), da sie für das Weltklima äußerst wichtig sind.“

„Die Plastiktüten in der Obst- und Gemüseabteilung abschaffen oder drastisch reduzieren.“
David Casselmann, Dietzenbach

„Umdenken der Industrie bei Verpackungen von Lebensmitteln, oft ist weniger mehr. Wiederverwendbare Verpackungen von Versandhäusern z.B. aus Kunststoff und mit Pfand.“

„Manche Verbund-Sachen bekomme ich leider so einfach nicht auseinander, das wäre mein Vorschlag für die Hersteller. Könnt ihr nicht einfach Verpackungen herstellen und verwenden, die man auch wieder ordentlich trennen und entsorgen kann?“ *Martina Vetter, Schweinfurt*

DANKE

Elina Schröder +++ Hanna Conrad +++ Martin Pforte +++ Josefine Pfeleiderer +++ Laura Schiweck +++ Mina Klammer +++ Ulrich Hartmann +++ Claudia Röhr +++ Anke Weise +++ Norbert Wild +++ Markus Dietz +++ Nils Nie-meier +++ Christoph Klein +++ Saskia Hasenbank +++ Frank Köhler +++ Denise Bella +++ Regina Eschrich +++ Oliver Wiegand +++ Bernd Dohle +++ Janine Bechtel +++ Andrea Patz +++ Daniela Westerhove +++ Karin Kilg +++ Marcel Wegner +++ Sabine Löper +++ Dietmar Stindt +++ Jörg Glinzner +++ Larissa Gleich +++ Mandy Kaue +++ Ulrich Frühlings +++ Anina Schafnitzel +++ Dana Rasin +++ Markus Kempter +++ Melanie Heintzer +++ Jakob Michalsky +++ Beate Ostrowski +++ Rudolf Bohlens +++ Stefan Doblinger +++ Iris Czaja +++ Jörg Emmerich +++ Leon Gratop +++ Gerold Buß-Lissek +++ Stefan Brandes +++ Arnold Heintzer +++ Volker Trebesch +++ Lutz Oehme +++ Sonja Oehme +++ Kathleen Göhricke +++ Jenny Kopp +++ Paul Zellmer +++ Maria Di Marco +++ Tamino Kahrmann +++ Abby Jonuscheit +++ Janna Jeske +++ Klaus Reinshagen

+++ Magdalena Forstner +++ Simon Forstner +++
Bodo Harfert +++ Josef Metschl +++ Ralf Wieder-
hold +++ Michele Treppe +++ Rebecca Fuchs +++
Manuela Förtschle +++ Julius Georg Birnbaum
+++ Martin Weidemann +++ Björn Wendel +++
Silvia Tekin +++ Birgit Breidenbach +++ Philipp
Frieder Jesch +++ Robin-Louis Rehbein +++
Roland Willken +++ Hans Moll +++ Thomas Duerr
+++ Sven Finkenauer-Ganz +++ Daniel Henze
+++ Reiner Flehr +++ Wolfgang Bucksch +++
Heike Dörr +++ Regina Lohner +++ Franz Lohmer
+++ Willi Reichelt +++ Julia Glathe +++ Svenja
Knoop +++ Simon Kaes +++ Isolde Schanz +++
Sissi Schanz +++ Inge Moll +++ Petra Dreyer +++
Veronica Passanante +++ Rolf Leopold +++ Judith
Klein +++ Katharina Blatt +++ Thomas Jakob +++
Joachim Stieler +++ Josef Hauser +++ Adam Bol-
dizar +++ Jörg Lindholz +++ Marco Neck +++ Jo-
hann Daiminger +++ Cassy Wilbert +++ Marlene
Koopmann +++ Winfried Köppl +++ Lichtenberger
+++ Isabel Vogel +++ Juergen Frank +++ Benja-
min Piel +++ Alex Haufe +++ Daniel Lewandowski
+++ H.-W. Schmitz +++ Sarah Buehler +++ Detlef
Gehrke +++ Thorsten Nippus +++ Michael Tjaden
+++ Alexander Stein +++ Karin Elschot +++ Ste-
fan Hesse +++ Heike Krömer +++ Markus Welzel
+++ Markus Cwielong-Jöhnk +++ Stefan Schild

+++ Lars Sinemus +++ Mark Glissmann +++ Carmen Büttner +++ Eva Böhm +++ Adelheid Goetz +++ Rainer Hoffschlag +++ Luitgard Müller +++ Karin Schneider +++ Marc Hansen +++ Sebastian Rößiger +++ Sigi Neumann +++ Peter Robinson +++ Esther Handfest +++ Ina Büll +++ Nicole Ma-
thy +++ Kai Niederkrome +++ Georg Teichmann +++ Mohamed Harb +++ Thomas Scholz +++ Andreas Worm +++ Reinhard Worm +++ Kerstin Moulriche +++ Brunhilde Worm +++ Markus Worm +++ Andy Münser +++ Christoph Frink +++ David Casselmann +++ Pabi +++ C. Neumann +++ Frank Frei +++ Rolf Viefhues +++ Thomas Beste +++ Karin Kohler +++ Pia Lehmann +++ Sven Scheibe +++ Franziska Linß +++ Christian Heims +++ Lena Linck +++ Isabell Schneider +++ Sepp Boeller +++ Petra Engelbrecht +++ Ursula +++ Claudia Voß +++ Martin Wenzel +++ Mario Boland +++ Monique Fröhlich +++ Sandra Grasmüller +++ Florian Wiest +++ Mira Krahl +++ Barbara Marahrens +++ Dominik Marahrens +++ Jennifer Marahrens +++ Christian Traeger +++ Heike Quenzer +++ Karin Welke +++ Peter Hardrath +++ Rene Buntrock +++ Annika Schramm +++ Monika Freier +++ Tobias Zebisch +++ Frank Krückeberg +++ Melanie Leefers +++ Kathrin Peschke +++ Mahmut Peker +++ Jutta Schückle

+++ Kurt Seifert +++ Otto Lemke +++ Heiko
Schenkel +++ Werner Guth +++ Alicia Stein +++
Sigurd Schmidt +++ Sylvia Kallies +++ Kerstin
Kuhlmann +++ Wolfgang Farin +++ Michaela
Farin +++ Jennifer Posch +++ Andreas Kalwak
+++ Michael Koch +++ Dan Humke +++ Martina
Dassow +++ Kristof Schuldt +++ Luca Wellmann
+++ Peter Wöllner +++ Leon Goldstein +++
Susanne Hopp +++ Jana Stark +++ Kathrin Hänig
+++ Stefan Berens +++ Rebecca Baumann +++
Elfie Jahnke +++ Florian Wachsmuth +++ Thomas
Behrendt +++ Sophia (Lina Annalena) Mückert +++
Angela Vogt +++ Gisela Scheinert +++ Roland
Kuller +++ Martin Koenig +++ Martin Linsel +++
Frank Linsel +++ Bernd Krieger +++ Angelika
Pigors +++ Michael Karl +++ Markus Ihde +++
Florian Ebert +++ Kathrin Paetz +++ Justin
Windolph +++ Constantin Krüger +++ Anna-Lena
Soicke +++ Mandy Lange +++ Morlen Klicks +++
Beate Schmidt +++ Liane Schmidt +++ Tom-Ole
Jarling +++ Andrea Luchs +++ Norbert Kopplin
+++ Florian Peter +++ Doreen Schumacher +++
Petra Draeger +++ Hendrik Mahnke +++ Carla
Beck +++ Birgit Schröder +++ Leon Drews +++
Sebastian Wilhelms +++ Haase +++ Holly Kraft
+++ Kati Delfs +++ Nicole Peters +++ Emil Koubin
+++ Robert Roschke +++ Jakob Brockmüller +++

Vanessa Stender +++ Franziska Köpnick +++
Edelgard Kölpin +++ Sabine Paetz +++ Rose-
marie Drews +++ Marika Bechhoff +++ Katja
Rosenburg +++ Monika Steen +++ Maja Leonie
Roheck +++ Oskar Töllner +++ Felix Weinitschke
+++ Joachim Krämer +++ Silvia Sager +++ Klaus
Messelhäußer +++ Kai Dorsch +++ Veronika
Strümper +++ Detlef Stefani +++ Georg Wintz +++
Tina Freund +++ Maike Marx +++ Ella Litvinov
+++ Georg Peters +++ Claire Ewert +++
Christian Wrobel +++ Dieter Hasselbacher +++
Ralf Erdstein +++ Ulrich Schröder +++ Oliver
Jeske +++ Felix Buck +++ Silvia Blesch +++
Leonore Thärigen +++ Peter Lieb +++
Francine +++ Achim Senghaas +++ Ralph
Kretschmer +++ Tobias Müller +++ Oliver
Kahnert +++ Willy Dirks +++ Anja Kroll +++
Anja-D. Ferdenus +++ Bianka Terno +++
Christopher Rath +++ Rolf Riffel +++ Heidi Awe
+++ Axel Fünfstück +++ Marie Joos +++ Nadine
Faßbender +++ Irmi Schwede +++ Susanne
Weinsanto +++ Cassia Damasenco +++
Edgar Rufino +++ Elisabeth Köhler +++
Charlotte Haberstig +++ Martina Freund +++
Branislav Krajcir +++ Kerstin Kühl +++ Stephan
Wittmaack +++ Andrea Knöpfle +++ Andrea
Herrmann +++ Friedrich Rehfeldt +++

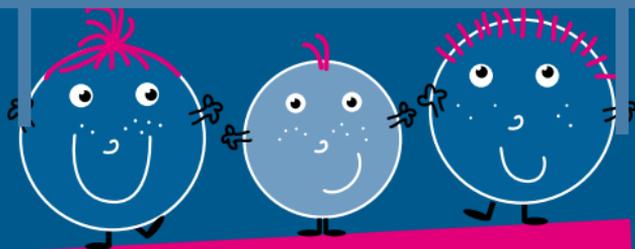
Ilona Markus +++ Eberhard Merz +++ Stefan
Gleser +++ Johannes Mundt +++ Michael
Reschke +++ Stefan Sirch +++ Mandy Wrobel
+++ Regina Mundt +++ Uwe Stadler +++ Markus
Rössle +++ Sabine Bleicher +++ Martina Vetter
+++ Lars Richter +++ Andreas Berend +++
Gerrit Krahn +++ Jochen Hein +++ Bernd Wollny
+++ Nicole Winkler +++ Christian Köbrich +++
Mike Nehiba +++ Karsten Lenz +++ Danny Kühn-
lein +++ Karsten Weiss +++ Bernhard Lamprecht
+++ Gabi Waber +++ Michael Hein +++ Oliver
Luley +++ M. Lehné +++ Michael Besche +++
Ingo Sieg +++ Hilde Hellwig +++ Heidi Mass
+++ Dieter Götz +++ Tabea Behrendt +++
Christa Behrendt +++ Dirk Behrendt +++ Alex-
ander Hüttel +++ Ulrich Lamprecht +++ Michael
Freund +++ Kerstin Stefani +++ Mathias
Andrae +++ John Frasz +++





Sie haben weitere Klima-Tipps, die in diesem Tatgeber noch fehlen? Dann schreiben Sie uns! Per E-Mail an pr@naturwind.de oder geben Sie online unter www.klima-tatgeber.de weitere Klima-Tipps ab. Wir werden diese in einer Neuauflage dieses Tatgebers berücksichtigen. Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht.

klima-tatgeber.de



EINE AKTION DER

natur  **wind**

Herausgeber: naturwind gmbh
Schelfstraße 35, 19055 Schwerin

Druck: Druckerei Lokay, Zertifizierter Umweltdruck mit
Nachhaltigkeitsgarantie, Design: ceedesign.de



klimaneutral
natureOffice.com | DE-344-107124
gedrukt