

Klimaschutz-Aktionsliste

» Level 1 «

Wichtig: Mache vor und nach Level 1 deinen CO₂-Check mit dem CO₂-Rechner vom Umweltbundesamt: uba.co2-rechner.de → Das hilft dir ein Gefühl für deine Emissionen zu bekommen und die Tipps dort können dir weiterhelfen. Regelmäßig dranbleiben verschafft dir den Lebensstil, den du dir wünschst. Vorher: _____ t CO₂ → Nachher: _____ t CO₂

Schnelle Gewinne:

- Dusche mit Eimer testen und bei mehr als 9L pro min Spar-Duschkopf nutzen (kann man einfach selbst einschrauben) → bis zu 50% Ersparnis!
- Dusch-Timer auf dem Handy nutzen und 3 statt 5 Minuten duschen → 40% Ersparnis!
- Spülmaschine bei niedriger Temperatur betreiben (von 60 auf 50 Grad) → 30 % Ersparnis!
- LED-Leuchten verwenden statt Halogen- oder Glühbirnen → 80% Ersparnis!
- Gefrierfach abtauen → 5% Ersparnis
- Auf Vorheizen des Backofen verzichten → 20% Ersparnis!
- Topfdeckel beim Kochen verwenden → spart unfassbare 60 % Energie!
- Kühlschrank-Temperatur richtig einstellen (7°C im mittleren Fach) → Dafür Thermometer im Makerspace ausleihen
- Luftschlitze an Fenstern und Türen mit Dichtklebeband oder Zugluftstopper verschließen

Ernährung

- Regionale Händler für Obst & Gemüse raussuchen und überlegen wie du den Einkauf dort einplanen kannst.
- Ersetze ein Gericht mit Fleisch gegen ein fleischloses Gericht pro Woche. Es muss dir aber schmecken, probiere solange bis du etwas findest, das du genauso gerne magst.
- Drucke dir einen Saisonkalender für Obst & Gemüse aus und hänge ihn an den Kühlschrank. Du findest eine Vorlage auf unserer Webseite.
- Überlege bei welchen Lebensmitteln du immer Reste über hast, die du wegschmeißt. Wie kannst du diese Reste für immer vermeiden?

Heizung

- Heizkörper freiräumen → Schlechte Luftzirkulation durch Vorhänge, Möbel oder anderes beseitigen! Wärme geht so nicht durch Heizkörpernische verloren.
- Heizkörper entstauben → Verbessert ebenso die Luftzirkulation und die Wärme verbleibt nicht ungenutzt im Heizkörper und kriecht durch die Wand nach draußen
- Heizung um einen Strich bzw. 1 °C runterdrehen und einen dickeren Pulli + Wollsocken anziehen → 6% Ersparnis!
- Teppiche sorgen für ein wärmeres Raumgefühl → Möglichkeit prüfen, ob ein Teppich sich an deinem Lieblingsplatz gut machen würde
- Heizungen um einen weiteren Strich runterdrehen bei Verlassen des Hauses oder programmierbare Thermostate