

#KlimaMachen

Düsseldorf
Nähe trifft Freiheit

Klima Sparbuch 2020/21



42
Gutscheine

Grafikatlas für das Jahrhundertthema



Esther Gonstalla

Das Klimabuch

**Alles, was man wissen muss,
in 50 Grafiken**



oekom verlag, München
128 Seiten, Hardcover,
zweifarbig, 24,- Euro
ISBN: 978-3-96238-124-0
Erscheinungstermin:
05.08.2019
Auch als E-Book erhältlich

Steigender Meeresspiegel, zunehmende Dürren, immer häufigere Extremwetterereignisse und dazu »Fake News«-Vorwürfe: Das Klima ist komplex und Ziel von Desinformation. »Das Klimabuch« schafft Abhilfe und erklärt in 50 Grafiken, was Sie wirklich wissen müssen.

Klima Sparbuch

Düsseldorf 2020/21

Klima schützen & Geld sparen



Herausgegeben von der Landeshauptstadt Düsseldorf
und dem oekom e.V.

Inhalt

| | |
|---|----|
| Grußworte | 3 |
| Mach's! Für dich und Düsseldorf | 5 |
| Und das macht die Stadt für dich und Düsseldorf | 7 |
| Der ökologische Fußabdruck | 10 |

Klimatipps

| | |
|--|----|
|  Gesünder essen und genießen | 12 |
|  Bewusster leben und konsumieren | 30 |
|  Nachhaltig unterwegs sein | 50 |
|  Grüner wohnen und bauen | 66 |
| Klimagutscheine | 80 |

Grußwort



Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

bereits bis zum Jahr 2035 will die Stadt Düsseldorf Klimaneutralität erreichen. Dazu können wir alle beitragen. Jeden Tag, bei vielen Gelegenheiten, meist ohne großen Aufwand. Und das Beste daran ist, dass wir gleichzeitig uns selber etwas Gutes tun. Indem wir frische Kräuter und Gemüse auf der Fenster-

bank oder dem Balkon anbauen. Indem wir genussvoll auf ruhigen Routen durch unsere schöne Stadt radeln, statt im Stau zu stehen.

Wenn nur jede und jeder Zehnte in Düsseldorf pro Tag einen einzigen Kilometer weniger mit dem Auto fährt, ersparen wir unserer Stadt den CO₂- und Schadstoff-Ausstoß einer ganzen Erdumrundung mit dem Auto – jeden Tag!

Also Klimaschutz kann jede und jeder von uns. Deswegen bitte nicht länger über »sollte«, »könnte«, »müsste« nachdenken – sondern einfach machen!

Herzlichst, Ihr



Thomas Geisel
Oberbürgermeister

Grußwort



Sehr geehrte Damen und Herren,

alleine durch den Stand-by-Betrieb von Elektrogeräten verbrauchen Haushalte durchschnittlich 440 Kilowattstunden Strom im Jahr. Das macht bei 355.000 Düsseldorfer Haushalten insgesamt 156.200.000 Kilowattstunden oder 156,2 Gigawattstunden im Jahr. Nur in Düs-

seldorf! Mit schaltbaren Steckerleisten lässt sich der Stand-by-Modus mühelos abstellen und hierdurch nicht nur das Klima schützen, sondern auch Geld sparen. Sie sehen: Klimaschutz ist ganz simpel und für wirklich jede und jeden von uns machbar.

Mit dem neuen Klimaspargbuch 2020/21 möchte die Stadt Düsseldorf Ihnen Anregungen geben für überwiegend einfache, aber zum Teil auch ambitioniertere klimaschonende Alltagsroutinen. Mit den interessanten Gutscheinen am Ende des Buches sind Sie eingeladen, das Gelesene gleich auszuprobieren.

Machen Sie mit und helfen Sie dabei, unsere Stadt bis zum Jahr 2035 klimaneutral zu machen.

Helga Stulgies
Umweltdezernentin

Mach's! Für dich und Düsseldorf

Wir alle machen Klima: auf dem Weg zum Sport, zum Bäcker oder zur Arbeit. In der Freizeit, beim Einkaufen oder mit der Art, wie wir wohnen. Jeden Tag. Mal gelingt es uns besser, mal etwas schlechter. Wir möchten mit dem Klimaspargbuch und mit unserer Klimakampagne zeigen, dass schon die Änderung von Kleinigkeiten unser Klima schonen kann, und ganz nebenbei unsere Lebensqualität erhöht:

Wer regelmäßiger mit dem Fahrrad fährt, gewinnt Fitness und Entspannung. Auf kurzen Wegen innerhalb der Stadt kommen noch Zeit und bessere Planbarkeit dazu, weil zum Beispiel die Parkplatzsuche entfällt. Gemeinsam mit Freunden zu gärtnern ist entspannender, als im überfüllten Freizeitpark Schlange zu stehen.



Es gibt viele Wege, das Klima zu schützen und sich selber Gutes zu tun. Und jeder noch so kleine Schritt ist wichtig. Wenn alle 640.000 Düsseldorferinnen und Düsseldorfer sich in dem Rahmen beteiligen, in dem es für sie ganz individuell komfortabel und sinnvoll ist, werden die Effekte in unserer Stadt spürbar sein.

Neben den Beispielen hier im Klimaschutzbuch gibt es weitere Anregungen auf der Internetseite duesseldorf.de/KlimaMachen.

Mach, was du willst – aber mach's!

Und das macht die Stadt für dich und Düsseldorf

Seit der Ratssitzung vom 04. Juli 2019 unterstützt die Stadt Düsseldorf die Resolution zum sogenannten Climate Emergency oder Klimanotstand. Gleichzeitig hat der Rat beschlossen, die Klimaneutralität mit einem CO₂-pro-Kopf-Ausstoß von maximal 2 Tonnen pro Jahr bereits in 2035 zu erreichen und nicht, wie geplant, in 2050.

Dieses äußerst ambitionierte Ziel möchte die Stadt insbesondere in den Handlungsfeldern Mobilität, Erneuerbare Energien, Sanierung von Gebäuden sowie mit intensiven Kooperationen mit der Düsseldorfer Wirtschaft erreichen.





Bereits jetzt investiert Düsseldorf viel Geld in den Ausbau des Radwegenetzes und in sichere Fahrradabstellanlagen. Gemeinsam mit den Stadtwerken und der Kreishandwerkerschaft befördert sie intensiv die Elektromobilität. Diese Aktivitäten dienen nicht nur dem Klimaschutz. Langfristig wird die Luftqualität in Düsseldorf verbessert und der Verkehrslärm gemindert.

Mit dem Förderprogramm »Klimafreundliches Wohnen und Arbeiten in Düsseldorf« unterstützt die Stadt bereits seit dem Jahr 2008 energetische Altbausanierungen.

Im Klimaschutzbuch finden sich weitere Beispiele für städtische Aktivitäten und Angebote. Diese können allerdings nur wirken, wenn sie rege genutzt werden. Nur als vereinte Stadtgesellschaft kann es uns unter geeigneten rechtlichen Rahmenbedingungen gelingen, das ehrgeizige Ziel der Klimaneutralität bereits 2035 zu erreichen.

Der ökologische Fußabdruck

Lebensstile messbar machen

Unser Bedarf an Ressourcen wird auf verschiedenen Flächen der Erde gedeckt – dazu gehören unter anderem Äcker, Weideland, Wälder oder Gewässer, Siedlungsflächen und Energieland sowie Flächen für Abfälle. Alle Flächen haben eine unterschiedliche biologische Produktivität. Wie viel von dieser biologischen Produktivität durch die Menschen insgesamt genutzt wird, lässt sich als »ökologischer Fußabdruck« in globalen Hektar (gha) darstellen. Der persönliche ökologische Fußabdruck ist somit die Fläche auf der Erde, die notwendig ist, um den eigenen Lebensstil oder Lebensstandard dauerhaft zu ermöglichen. Würden alle so leben wie wir Deutschen, bräuchten wir 2,5 Planeten.

Der Earth Overshoot Day

Stellt man das natürliche Angebot der Ökosysteme und die Nachfrage durch den Konsum der Menschen in Bezug, so lässt sich ermitteln, wie sehr die heutige Gesellschaft über ihre Verhältnisse lebt. Jedes Jahr rückt der Tag, ab dem die Menschheit so viel verbraucht hat, wie die Erde im ganzen Jahr erneuern kann, im Kalender weiter nach vorn. Im Jahr 2019 war dieser Tag, der auch »Erdüberlastungstag« genannt wird, für Deutschland am 3. Mai erreicht. [overshootday.org](https://www.overshootday.org)



Über den ökologischen Fußabdruck

Ob Kleidung, Lebensmittel, Energie und Baumaterial – unser Wohlstand, ja unser gesamtes Leben hängt davon ab, was die Natur uns zur Verfügung stellt. Das geht so lange gut, wie die Ökosysteme als Quelle von Rohstoffen und als Aufnahmeort von Schadstoffen nicht übernutzt werden.

Die Frage an uns als Gesellschaft lautet: Was müssen wir tun, damit alle Menschen auf dieser Erde gut leben können? Die Frage, die sich jede und jeder selbst stellen kann: Wie viele Ressourcen nutze ich durch meinen Lebensstil? Bei der Beantwortung dieser Fragen hilft der »ökologische Fußabdruck«.



Berechne deinen persönlichen ökologischen Fußabdruck unter [fussabdruck.de](https://www.fussabdruck.de).



Gesünder essen und genießen

Ein Burger beim Imbiss, ein Coffee-to-go vom Bäcker nebenan: Essen ist für uns immer und überall verfügbar. Doch viel zu selten machen wir uns darüber Gedanken, was wir da eigentlich zu uns nehmen, wo es herkommt und welche Auswirkungen Produktion und Transport auf die Umwelt haben. In diesem Kapitel geben wir dir jede Menge Tipps, wie du dich klimafreundlich und gesund ernähren kannst.



Tipps für Einsteiger und Profis

Am Anfang jeden Kapitels gibt es einen kleinen Überblick über die Tipps. Einige Tipps lassen sich direkt ohne große Mühe umsetzen (Level 1). Du möchtest einen Schritt weiter gehen und deinen Alltag bewusst klimafreundlicher gestalten? Dann halte dich an die Tipps von Level 2. Alle (angehenden) Klimaschutz-Profis können sich von den Tipps von Level 3 inspirieren lassen.

Suche dir die Tipps, die zu dir passen, und los geht's!

Level 1:

- Kaufe saisonales und regionales Obst und Gemüse (**Seite 15, Seite 17**)
- Trinke Wasser aus der Leitung anstatt aus der Flasche (**Seite 25**)
- Pflücke kostenfrei Obst anstatt es zu kaufen (**Seite 29**)

Level 2:

- Iss weniger und bewusster tierische Produkte (**Seite 19, Seite 20, Seite 21**)
- Baue selbst Gemüse und Obst an (**Seite 27, Seite 28**)

Level 3:

- Werde Lebensmittelretter (**Seite 22**)
- Achte auf den CO₂-Verbrauch deiner Lebensmittel (**Seite 18**)
- Mach Lebensmittel haltbar und verwerte sie komplett (**Seite 23, Seite 24**)



Beispiel:
Spargel aus Deutschland
essen statt Spargel
aus Chile spart:
16 kg CO₂

Hole dir heimisches Obst und Gemüse!

Saisonales und regionales Obst und Gemüse kommt erntefrisch – ohne lange Transportwege – auf den Teller. Das schont nicht nur das Klima, sondern auch deinen Geldbeutel! Probier es doch direkt mal aus, zum Beispiel auf den Rheinischen Bauernmärkten oder in einem Bio-Laden in deiner Nähe.

Bauernmärkte

- **Heerd**, Hanns-Heuer-Platz, Fr. 9 bis 13 Uhr
- **Oberbilk**, Lessingplatz, Do. 8 bis 13.30 Uhr
- **Pempelfort**, Kolpingplatz, Mi. 9 bis 13 Uhr + Sa. 8.30 bis 13.30 Uhr
- **Unterbilk**, Friedensplätzchen, Di. 8 bis 13 Uhr + Fr. 10 bis 18 Uhr

Unabhängige Bio-Läden

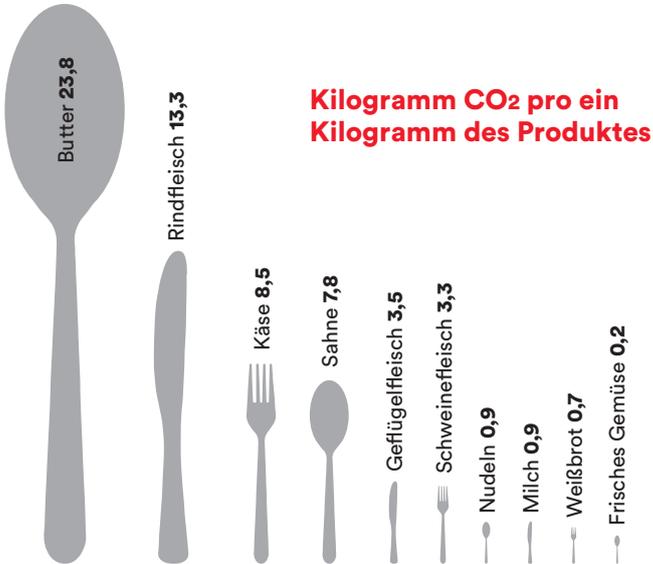
- **Annes Bioladen**, Benrodestraße 29, Benrath
- **Purabio – verpackungsfreier Bioladen**, Benrodestraße 39, Benrath
- **möhre**, Itterstraße 34, Holthausen
- **Ökologische Marktwirtschaft**, Heerstraße 19, Oberbilk
- **Frucht & Genuss**, Stresemannstraße 49, Unterbilk



Saisonalcalendar

| | Jan. | Feb. | März | April | Mai | Juni | Juli | Aug. | Sep. | Okt. | Nov. | Dez. |
|------------------|------|------|------|-------|-----|------|------|------|------|------|------|------|
| Gemüse | | | | | | | | | | | | |
| Blumenkohl | | | | | | ● | ● | ● | ● | ● | | |
| Brokkoli | | | | | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | |
| Erbsen | | | | | | ● | ● | ● | | | | |
| Kartoffeln | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Kürbis | ● | ● | ● | | | | | | ● | ● | ● | ● |
| Radieschen | | | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | | |
| Rhabarber | | | | | ● | ● | | | | | | |
| Rote Bete | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Salat (Eisberg-) | | | | | | ● | ● | ● | ● | | | |
| Salat (Feld-) | ● | ● | | ● | ● | | | | | ● | ● | ● |
| Salatgurken | | | | | ● | ● | ● | ● | ● | ● | | |
| Spargel | | | ● | ● | ● | ● | | | | | | |
| Spinat | ● | ● | ● | ● | ● | | | | ● | ● | ● | ● |
| Tomaten | | | | | ● | ● | ● | ● | ● | ● | | |
| Zucchini | | | | | | ● | ● | ● | ● | ● | | |
| Zwiebeln | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| Obst | | | | | | | | | | | | |
| Äpfel | ● | ● | ● | | | | | ● | ● | ● | ● | ● |
| Erdbeeren | | | | | ● | ● | ● | | | | | |
| Pfirsiche | | | | | | | | ● | ● | | | |
| Süßkirschen | | | | | | | ● | ● | | | | |
| Zwetschgen | | | | | | | | ● | ● | | | |

● aus Freiland-Anbau (erste Wahl) ● aus Lagerung (zweite Wahl)
 ● aus dem Gewächshaus (dritte Wahl)



Zu Tisch, bitte!

Nicht nur wo wir unsere Lebensmittel kaufen, sondern auch was wir essen, beeinflusst, wie viel wir an Treibhausgasen einsparen können. Durch unsere Nahrung entstehen für Anbau, Verarbeitung, Verpackungen und Transport unterschiedlich große Mengen CO₂. In unserer Grafik siehst du Beispiele verschiedener Nahrungsmittel aus dem konventionellen Anbau. Regionale Bio-Produkte verursachen 10 bis 30 Prozent weniger CO₂!

Lust auf Fleisch und Fisch?

Fleisch war früher etwas Besonderes. Heute essen wir es fast täglich – dabei ist die Wertschätzung für das Tier und die Arbeit der Landwirtinnen und Landwirte verloren gegangen. Das Motto müsste »Klasse statt Masse« lauten, also weniger und hochwertigeres Fleisch aus artgerechter Haltung. Verzichte also auf Billigfleisch aus dem Discounter und kaufe stattdessen nur hin und wieder Fleisch- und Wurstwaren, und zwar aus der Region – am besten mit Bio-Siegel.

Auch beim Fisch gilt: weniger und bewusster konsumieren! Denn die Weltmeere sind überfischt und bei der Zucht in Aquakulturen kommt es zu Missständen wie Überdüngung der Gewässer und Einsatz von Antibiotika. Der Einkaufsratgeber von Greenpeace (greenpeace.de > [Fischratgeber](#)) gibt dir einen Überblick, welche Fische gefährdet sind.





Nachhaltiges Sonntagsfrühstück

Ein leckeres Sonntagsfrühstück mit Ei – darauf möchtest du nicht verzichten? Dann wähle beim Eierkauf einen Bio-Anbieter, der die sogenannte Bruderhahninitiative unterstützt (bruderhahn.de). Denn so kannst du sichergehen, dass die männlichen Küken, die für die Eier-Produktion nutzlos sind, nicht direkt nach dem Schlüpfen getötet werden. Stattdessen werden sie nach höchsten Bio-Standards aufgezogen, und später ihr Fleisch verkauft.

Und für alle mit »süßem Zahn«: Wähle heimischen Honig aus schonender Bienenhaltung – zum Beispiel den Stadthonig (honig-duesseldorf.de)! Wenn du gerade keinen regionalen Honig bekommst, ist auch einer aus Fairem Handel eine gute Wahl.

Vegane Vielfalt

Veganes Essen liegt im Trend! Das ist auch gut so, denn eine pflanzenbasierte Ernährung kann einen erheblichen Beitrag zum Klimaschutz leisten. Warum? Ganz einfach: Tierhaltung benötigt enorm viel Agrarland und setzt Massen an Treibhausgasen frei. Eine vegane Ernährung ist somit ein sehr großer Hebel, um den eigenen ökologischen Fußabdruck zu verringern.

Und das Beste: Vegan essen bedeutet nicht Verzicht – sondern Vielfalt! Probiere es einfach einmal aus und entdecke kreative, neue Rezepte! Es muss auch nicht immer gleich eine radikale Ernährungsumstellung sein – starte doch einfach mal mit ein oder zwei Tagen veganem Essen pro Woche.



Beispiel:
Vegane Ernährung
spart pro Person
im Jahr:
670 kg CO₂

Rette Lebensmittel!

Eine gute Möglichkeit, Lebensmittel vor der Tonne zu retten, bieten die Initiativen »Foodsharing« und »Enjoy the Food«.

Bei »Foodsharing« kannst du an mehreren Standorten im Stadtgebiet – den sogenannten Fair-Teilern – kostenfrei Lebensmittel mit anderen teilen. Weitere Infos findest du unter foodsharing.de. Bei der Foodstation von »Enjoy the Food« (enjoy-the-food.de) können jeden zweiten und vierten Mittwoch von 10 bis 11.30 Uhr Lebensmittel abgegeben oder abgeholt werden (SP-Saal, ASTA, Universitätsstraße 1). Außerdem gibt es Food-Räder mit Kisten, in die du Lebensmittel hineinlegen oder herausnehmen kannst (zum Beispiel in Bernath – S-Bahnhof gegenüber dem Taxistand; Eller – Vennhauser Allee 10, bei den überdachten Radständen und an vielen weiteren Stellen. Diese findest du unter enjoy-the-food.de/aktuelles/fair-teiler-standorte/).



Mach haltbar!

Du möchtest auch im Winter nicht auf bestimmte Lebensmittel verzichten? Kein Problem – mit ein bisschen Übung kannst du sie haltbar und noch schmackhafter machen.

- 1. Einkochen:** Ist vor allem für frisches Obst und Gemüse sowie fertig gekochte Gerichte geeignet. Im Idealfall halten sich die so eingemachten Lebensmittel mehrere Jahre.
- 2. Fermentieren:** Frisches Gemüse wird mithilfe von Milchsäurebakterien haltbar gemacht. Das bringt gesundheitliche Vorteile und eröffnet neue Geschmackswelten.
- 3. Einlegen:** Früchte, Kräuter und Gemüsearten wie Paprika, Auberginen, Blumenkohl oder Bohnen lassen sich gut in Flüssigkeit (Essig oder Öl) einlegen.
- 4. Trocknen:** Im Sommer kann die Sonne beim Konservieren helfen. Apfel- oder Birnenscheiben auf ein großes Tuch gelegt und mehrmals gewendet, werden zum leckeren Snack für die Winterzeit.



Verwerte alles!

Für unsere Großeltern Alltag, für uns ein angesagter Trend: Laut dem »Leaf to Root«-Prinzip (auf deutsch: Vom Blatt bis zur Wurzel) werden alle Teile der Pflanze verwertet. So gelingt beispielsweise aus Zwiebel- oder Kartoffelschalen und Gemüseresten eine leckere Brühe oder aus Karotten- oder Radieschengrün ein Pesto. Die Blätter der Roten Bete kannst du ebenfalls im Salat verspeisen. Wichtig bei »Leaf to Root« ist es, Lebensmittel in Bio-Qualität zu verwenden. Rezepte gibt es zum Beispiel auf waskochen.ch.

Spare dir das Kistenschleppen!

Köstlich, kalorienfrei, (fast) kostenlos – Trinkwasser aus dem Hahn hat viele Vorteile. Das am besten untersuchte Lebensmittel ist nicht nur der ideale Durstlöscher, sondern auch etwa 100 Mal preiswerter als Mineralwasser aus der Flasche. Wer Leitungswasser trinkt und auf Wasser aus der Plastikflasche verzichtet, tut außerdem etwas für den Umweltschutz. Auch unterwegs kannst du an immer mehr Orten deine mitgebrachte Wasserflasche kostenfrei mit Trinkwasser auffüllen lassen (refill-deutschland.de/duesseldorf) – zum Beispiel in der Beratungsstelle der Verbraucherzentrale.

Die Verbraucherzentrale ist übrigens nicht nur wegen der Refill-Station einen Besuch wert. Mehr Infos zu den vielfältigen Beratungsangeboten findest du hier: verbraucherzentrale.nrw > Düsseldorf.





Essbare Stadt – was ist das?

Bei der »Essbaren Stadt« geht es um die Erzeugung von Lebensmitteln für Mensch und Tier von und mit Menschen aus und in der Stadt und im städtischen Umfeld. Durch den Anbau von Lebensmitteln in der Nähe werden Transportwege gespart und Verpackungen vermieden. Zudem können die Wertschätzung von Lebensmitteln und soziales Miteinander gefördert werden. Zusätzliche begrünte Flächen erzeugen außerdem eine kühlende Wirkung für ihr Umfeld, sie sind Versickerungsflächen für Regenwasser.

Mache mit! Auf den nächsten Seiten und unter duesseldorf.de/essbare-stadt findest du ausführliche Informationen über die zahlreichen Möglichkeiten in Düsseldorf.

Werde zum Gärtner ...

... im Garten und Vorgarten: Baue dein eigenes Gemüse und Obst an! So kannst du sicher sein, was drin und drauf ist. Das ist gesund, spart Geld und sieht auch noch schön aus! In Düsseldorf gibt es 72 Kleingartenanlagen, in denen du dir auch deine eigene Parzelle zum Bepflanzen mieten kannst.

... auf dem Balkon: Verwandle deinen Balkon in eine grüne Oase! Viele Obst- und Gemüsesorten werden mittlerweile in passenden Größen gezüchtet, kübelgeeignet und trotzdem ertragreich.

... auf der Fensterbank: Du hast weder Garten noch Balkon? Mit ein bisschen Kreativität kannst du Kräuter und Gemüse auch in der Wohnung anbauen.

Übrigens: Mit einer Wurmbox können Küchenabfälle zu Hause, auf dem Balkon oder der Terrasse in fruchtbare Erde verwandelt werden.

Zahlreiche weitere Tipps, Anleitungen und Kontakte findest du unter duesseldorf.de/essbare-stadt.



Gemeinsam Gärtnern

Du hast keine Lust, alleine zu gärtnern und möchtest neue Leute kennenlernen? Dann sind die Urban Gardening-Projekte in Düsseldorf genau das Richtige für dich. Und keine Sorge, dafür musst du kein Gartenprofi sein. Einfach mitmachen!

Gemeinschaftsgärten in Düsseldorf sind der »Gemeinschaftsgarten Ellerstraße« (anstiftung.de > Ellerstraße), Düsseldorfgrün (duesselgruen.de) und die Solidarische Landwirtschaft (solawi-duesseldorf.de).

Stöbere doch auch mal im Kursprogramm des VHS-Biogartens im Südpark. Hier wirst du fit gemacht für nachhaltiges Gärtnern.



Pflücken erlaubt!

Die Stadt ist eine essbare Landschaft, man muss nur wissen wo. Die Initiative Mundraub (mundraub.org) macht es vor: Auf einer interaktiven Karte können Bürgerinnen und Bürger wilde Obst- und Nussbäume verorten, von denen alle frei ernten dürfen. Auch Wild- und Heilkräuter sind überall in Düsseldorf zu finden.

Auf vielen Kinderspielplätzen hat das Gartenamt außerdem Gruppen von Johannisbeersträuchern gepflanzt. Die ersten Standorte waren der Spielplatz Auf'm Rott in Wersten, die Freizeitanlage Heerd, die Freizeitanlage Ulenbergstraße in Billk, der Spielplatz Kaiserpark in Pempelfort, der Spielplatz Klemensplatz in Kaiserswerth sowie der Wasserspielplatz Tannenhof in Vennhausen. Schilder weisen darauf hin, dass Naschen erlaubt ist!



Bewusster leben und konsumieren

Um unbeschwert und trotzdem klimabewusst zu konsumieren, muss man kein ausgefuchstes Organisationstalent sein und Tabellen von CO₂-Emissionswerten im Kopf haben. Klimafreundlicher Konsum ist ganz leicht: Frage dich einfach öfter, welche Auswirkungen dein Einkauf auf Umwelt und Natur hat. Und schau doch erst mal auf dem Flohmarkt, bevor du etwas Neues kaufst.



Tipps für Einsteiger und Profis

Suche dir die Tipps, die zu dir passen, und los geht's!

Level 1:

- Hinterfrage dein Konsumverhalten (**Seite 33**)
- Achte beim Einkauf auf Labels und Siegel (**Seite 34, Seite 36, Seite 37**)
- Reduziere Einwegverpackungen (**Seite 44, Seite 45**)
- Nutze Recyclingpapier (**Seite 46**)
- Nutze »grüne« Online-Dienstleister und Apps (**Seite 48, Seite 49**)

Level 2:

- Informiere dich vor dem Einkauf über die Herkunft der Produkte (**Seite 36**)
- Kaufe secondhand, tausche oder spende (**Seite 38, Seite 39, Seite 40**)
- Repariere anstatt wegzuwerfen (**Seite 41**)
- Kaufe weniger online (**Seite 47**)

Level 3:

- Bedenke bei deinem Konsum auch den virtuellen Wasserverbrauch (**Seite 35**)
- Lebe plastik- und verpackungsfrei (**Seite 44, Seite 45**)



Der Konsum-Check

Wir alle konsumieren, verbrauchen und kaufen Tag für Tag: Lebensmittel, Kleidung, Dienstleistungen, Luxusartikel und vieles mehr. Oft ist es gar nicht so leicht, schnell zu entscheiden, ob wir diese Dinge wirklich brauchen und vor allem, welche Folgen unser Kauf für die Umwelt hat. Diese Fragen können dir Konsumententscheidungen erleichtern:

- **Brauche ich es wirklich?**
- **Kann ich es auch leihen, mieten oder gebraucht kaufen?**
- **Kann ich, was ich nicht mehr brauche ...**
 - ... neu nutzen?
 - ... weitergeben?
 - ... upcyclen?



Nachhaltiger Warenkorb

Du weißt oft gar nicht, welche Produkte du mit gutem Gewissen kaufen kannst? Orientierung und Überblick in der Welt des nachhaltigen Konsums bietet der »Nachhaltige Warenkorb« des Rats für Nachhaltige Entwicklung. Der umfangreiche Ratgeber informiert über Label und Produkte und hilft dir, bei großen und kleinen Anschaffungen eine ökologisch sinnvolle Kaufentscheidung zu treffen. Entdecke deine Macht als Konsumentin oder Konsument für eine bessere Welt! Mehr dazu auf nachhaltiger-warenkorb.de

Virtuelles Wasser

Wusstest du, dass wir täglich sehr viel mehr Wasser verbrauchen als nur durch Duschen, Baden und Trinken? Auch der Konsum von Gütern des täglichen Bedarfs verbraucht Wasser – und zwar ohne dass wir dafür den Wasserhahn aufdrehen. Dieses indirekt verbrauchte, sogenannte Virtuelle Wasser entsteht bei der Produktion, Lagerung und dem Transport der jeweiligen Produkte. Für eine Tasse Kaffee werden zum Beispiel durchschnittlich 140 Liter Wasser benötigt. Wer das weiß, kann noch bewusstere Konsumententscheidungen treffen.

Mehr dazu unter virtuelles-wasser.de





Echt fair!

Kaffee, Kakao, Bananen und viele andere Produkte werden oft unter ausbeuterischen und gefährlichen Arbeitsbedingungen angebaut. Kaufe deshalb importierte Waren aus Fairem Handel, denn damit setzt du dich für die Menschen ein, die diese Dinge produzieren. Fachgeschäfte für Fairen Handel sind die Weltläden. Die Fair-Unternehmen GEPA, dwp und El Puente bieten ausschließlich faire Produkte an. Das Fairtrade-Siegel, das Naturland-Fair-Siegel und das Label fair-for-life garantieren im Lebensmittelbereich durch regelmäßige, unabhängige Kontrollen menschenwürdige Produktionsstandards. Bei Kleidung achte zum Beispiel auf die Siegel der Fair Wear Foundation, bluesign Standard oder das GOTS-Zertifikat.

Wo du in Düsseldorf fair einkaufen kannst, siehst du auf dem Fairtrade Stadtplan der Stadt unter duesseldorf.de > [Fairtrade Stadtplan](#).

Blumenfreuden

Ein Strauß bunter Schnittblumen schenkt Freude! Doch auch hier gilt: auf Regionalität, Saisonalität und – idealerweise – Bio-Qualität achten!

Regionale Blumen, die nach den strengen Maßstäben des ökologischen Landbaues angebaut werden, gibt es überwiegend in den Sommermonaten auf Wochenmärkten und in Hofläden. Außerhalb der Stadt laden außerdem häufig Blumenbeete zum Selberpflücken ein.

Bei importierten Blumen bitte Produkte mit Fairtrade-Siegel wählen, da es gute Arbeitsbedingungen und bessere Löhne auf den Plantagen sowie eine umweltverträglichere Produktion garantiert.





Des einen Last, des anderen Freud

Flohmärkte und Secondhand-Läden sind voller Schätze, günstig und obendrein gut fürs Klima. Denn für gebrauchte Waren müssen weder Rohstoffe noch Energie eingesetzt werden. Auch deinen eigenen ungenutzten Krimskrams kannst du zu Geld machen.

Flohmärkte in Düsseldorf:

- **Bilk**, Aachener Platz und im Dahlack 70, Flohmarkthalle
- **Derendorf**, Radschläger-Flohmarkt am Großmarkt
- **Stockum**, Messe-Parkplatz

Beispiele für Secondhand-Läden in Düsseldorf:

- **Elementarteilchen**, Ackerstraße 125, Flingern
- **Lieblingsstücke**, Bruchstraße 1, Flingern
- **Klamotte**, Aachener Straße 10, Bilk und Münsterstraße 147, Derendorf
- **SecondLuck**, Wickrather Straße 4, Lörick

Weitere Secondhand-Läden findest du unter duesseldorf.de > Nachhaltiger Konsum – Initiativen.

Eine gute Gelegenheit, direkt mit den neuen Nachbarn warm zu werden und dein Viertel zu entdecken sind die Hof-flohmärkte (hofflohmaerkte.de > Düsseldorf). Also melde dich an fürs nachbarschaftliche Trödeln!

Konsum mal anders!

Knapp bei Kasse? Sogenannte **Umsonstläden** bieten eine große Auswahl an Elektrogeräten, Spielen, Kleidung und vielem mehr. Bring mit, was du nicht mehr brauchst, und nimm mit, was dir gefällt – ganz ohne Geld, zum Beispiel bei »Niemandland« (Heerstr. 19, Oberbilk). Nach dem gleichen Prinzip funktionieren auch die **Give-Boxen** in der Stadt. Jeden Donnerstagabend wird außerdem bei »Leben findet Stadt« (Uedesheimer Str. 2, Bilk) fröhlich geteilt und getauscht.

Leseratten können hier ausgelesene Bücher abgeben und neue mitnehmen: in Angermund (Angermunder Straße/Im Großen Winkel), in Carlstadt (Rheinuferpromenade, neben dem KIT), in Derendorf (Kreuzung Roßstraße/Klever Straße) in Düsseldorf (Schillerplatz), in Gerresheim (Gerricusplatz) und in Unterbilk (Friedensplätzchen).

Du suchst jemanden, der mit dem Hund Gassi geht und könntest im Gegenzug eine Lampe aufhängen? Mach mit beim Tauschring Düsseldorf. Angenehmer Nebeneffekt: Du knüpfst neue Kontakte! (tauschring-duesseldorf.de)



Beispiel:

Der Kauf von 1 kg
Secondhand-Kleidung
anstatt neuer Kleidung
spart circa:

3,5 kg CO₂

Bereite Freude

Altes aussortieren und gleichzeitig Gutes tun – das kannst du mit einer Spende an ein örtliches Sozialkaufhaus.

Zum Beispiel bei

- **Fairhaus**, sieben Standorte (fairhaus-duesseldorf.de)
- **Cash&Raus**, vier Standorte (skmd.de/cash-raus)
- **Oxfam**, zwei Standorte (shops.oxfam.de)
- **Kindershop**, Deutsches Rotes Kreuz, Kölner Landstraße 404, Holthausen
- **Kaufhaus Wertvoll**, Völklinger Straße 24–36, Bilk

Tipps, welche Spende wo am besten aufgehoben ist, findest du unter wohindamit.org.



Beispiel:
Toaster reparieren
statt einen neuen
kaufen spart:
7 kg CO₂
30 €

Schon mal mit Reparieren versucht?

Wir werfen Unmengen weg. Auch Gegenstände, an denen nicht viel kaputt ist und die nach einer einfachen Reparatur problemlos wieder verwendet werden könnten. Der Grund: Die meisten Menschen wissen einfach nicht mehr, wie Dinge repariert werden. In sogenannten Repair-Cafés versuchen ehrenamtliche Fachleute das zu reparieren, was sonst auf dem Müll landet.

Hilfe und Kaffee gibt's hier:

- **Repair-Café im GarageLab e.V.**, Rather Straße 25, Derendorf
- **Repair-Café im Zentrum Plus Benrath**, Calvinstraße 14, jeden 3. Donnerstag im Monat von 15 bis 17 Uhr
- **Repair-Café im Zentrum Plus Holthausen**, Henkelstraße 15, jeden 1. Mittwoch im Monat von 15 bis 17 Uhr
- **Repair-Café St. Margareta**, Gericcusstraße 12, Gerresheim
- **Repair-Café für Fahrradfreunde**, Langenberger Straße 30, Flingern, Infos auf Facebook oder unter 0157 83849441
- **DRK-Fahrradwerkstatt**, Leichlinger Straße 65, Wersten, donnerstags 10 bis 13 Uhr



Lass dich beraten!

Woran erkenne ich sicheres Spielzeug? Woran schadstoffarme Produkte? Auf welche Umweltzeichen soll ich achten, wenn ich nachhaltig einkaufen möchte?

Wir, die Umweltberatung der Verbraucherzentrale NRW, beraten unabhängig von Anbieterinteressen, wissenschaftlich fundiert und praxisnah – per Telefon, Mail oder persönlich in der Beratungsstelle.

Im Übrigen bieten wir auch zahlreiche Bildungsangebote für Gruppen an, um ein Bewusstsein für umweltgerechten und fairen Konsum zu vermitteln. Mehr Informationen findest du unter [verbraucherzentrale.nrw](https://www.verbraucherzentrale.nrw) > [Bildungsangebote Düsseldorf](#).

Auch bei Fragen rund um Umwelt- und Gesundheitsschutz sowie Abfallvermeidung stehen wir dir zur Seite. Wir beraten unter anderem zu folgenden Themen:

- Schadstoffe und Wohngifte in Innenräumen, Möbeln und Baustoffen vermeiden
- Ökologisch renovieren, sanieren und heimwerken
- Abfallarm einkaufen und Müll trennen
- Schadstoffe und Sondermüll richtig entsorgen
- Wertstoffe recyceln, zum Beispiel in Elektroschrott, Altlampen, Batterien

verbraucherzentrale
Nordrhein-Westfalen

Verbraucherzentrale NRW

Tel: 0211 71064940

duesseldorf@verbraucherzentrale.nrw

[verbraucherzentrale.nrw](https://www.verbraucherzentrale.nrw)



Ein Beitrag der Verbraucherzentrale

Plastikfrei leben

Plastik ist allgegenwärtig. Ob die eingeschweißte Gurke im Supermarkt oder die Duschgel-Flasche in der Drogerie – wir nehmen tagtäglich massenweise Plastik- und Verpackungsmüll mit nach Hause. Die Produktion von Plastikverpackungen verbraucht Rohstoffe und Energie und wenn der Abfall am Ende in die Umwelt gelangt, sind die Auswirkungen oft dramatisch: Plastikmüll zerfällt in winzige Teilchen, die sich im Boden, im Trinkwasser oder in riesigen Plastikstrudeln in den Meeren anreichern. So gelangen sie in die Mägen von Vögeln und Meeresbewohnern, aber auch in unsere Nahrung. Höchste Zeit, die Reißleine zu ziehen und aktiv zu werden!



Deshalb wähle ...

- ... unverpackte Waren (sowohl bei Lebensmitteln als auch für den vielen Krimskrams)
- ... Seife statt Duschgel
- ... Stofftasche statt Plastiktüte
- ... Mehrwegbehälter statt Einwegverpackung
- ... Bienenwachstücher statt Frischhaltefolie
- ... Trinkflaschen aus Glas oder Edelstahl und vermeide Einwegflaschen aus Plastik

Die AG Nachhaltiger Konsum der Lokalen Agenda 21 in der Stadt Düsseldorf hat die verschiedensten nachhaltigen Angebote – wie beispielsweise Unverpacktläden – online zusammengetragen.

Schau mal vorbei unter duesseldorf.de > Nachhaltiger Konsum – Initiativen.



Online-Shopping versus klein & regional

In der Theorie ist der Online-Einkauf ökologischer als die Shoppingtour im ausgeleuchteten Einkaufszentrum. Pro Paket kann man mit einem CO₂-Ausstoß von 500 Gramm rechnen – das ist um ein Vielfaches weniger, als der motorisierte Weg zum Einkauf verursacht. Wenn da nur nicht die zahlreichen Retouren wären. Die Hose, die man im Internet nicht ausprobieren konnte, passt nicht und die Qualität des bestellten Regals war enttäuschend. Und diese Rücksendungen landen dann meistens nicht mal bei einem anderen Kunden, sondern im Müll. Wenn du also genau weißt, was du brauchst, macht Online-Shopping Sinn. Ansonsten lohnt sich der Weg ins nächste Geschäft!

Quelle: Einfach Öko, M. Franken/M. Götz, oekom verlag

Papier aus Papier



Wusstest du, dass ein einziger Baum im Laufe seines Lebens locker drei Tonnen CO₂ speichern kann? Doch wir in Deutschland haben einen enormen Holzbedarf und müssen deshalb sogar Holz – auch für die Papierherstellung

– importieren. Recyclingpapier ist also eine wirklich gute Sache. Denn statt aus neu gefällten Bäumen wird es aus Altpapier gewonnen. Achte beim Kauf von Druckerpapier, Schulheften, Taschentüchern und Toilettenpapier auf das Siegel »Der Blaue Engel«. Es steht für 100 Prozent Altpapier und für eine gute, drucker- und kopierertaugliche Qualität. Recyclingpapier verursacht zudem deutlich weniger Umweltbelastungen durch Bleichmittel und hilft, an den Produktionsstandorten Wasser und Energie einzusparen.





Am PC das Klima schützen

Die Suche im Internet verbraucht jede Menge Strom. Suche also nur, wenn du die Adresse wirklich nicht kennst. Suchmaschinen wie [ecosia.org](https://www.ecosia.org), [gexsi.com](https://www.gexsi.com) und [qwant.com](https://www.qwant.com) sind außerdem echte Alternativen zu Google. So spendet [ecosia.org](https://www.ecosia.org) 100 Prozent seines Gewinns an ein Regenwaldprojekt und arbeitet CO₂-neutral.

Selbst E-Mail-Postfächer, die mit Ökostrom arbeiten, gibt es schon: [posteo.de](https://www.posteo.de), [mailbox.org](https://www.mailbox.org) und [biomail.de](https://www.biomail.de). Wer eine eigene Website betreiben möchte, sollte auf mit Ökostrom betriebene Hosters achten, zum Beispiel [biohost.de](https://www.biohost.de), [greensta.de](https://www.greensta.de) und [space.net](https://www.space.net).

#Apps

Einfach nachhaltiger – diese Apps unterstützen dich im Alltag, ganz praktisch auf dem Smartphone.



#Rheinbahn

Diese App versorgt dich mit allem, was nötig ist, um ans Ziel zu kommen. In Düsseldorf, im VRR-Gebiet oder auch darüber hinaus.



#Naviki

Naviki bietet dir einfache Routenplanung für das Fahrrad und eine Dokumentation deiner Fahrradaktivitäten. Die App findet ideale Verbindungen, zeigt sie auf einer Karte und navigiert mit Sprachausgabe und Pfeilen zum Ziel.



#AWISTA

Mit dieser App kannst du unter anderem Termine zur Abfall- und Wertstoffabfuhr recherchieren, Sperrmüll anmelden und Informationen zu den Recyclinghöfen abrufen.



#Siegelklarheit

Du stehst im Laden und möchtest wissen, was genau ein bestimmtes Umwelt- und Sozialsiegel bedeutet? Dann einfach mit dieser App einscannen!





Nachhaltig unterwegs sein

Klimaschonend und trotzdem flexibel unterwegs sein ist für dich ein Gegensatz? Dann lass dich von unseren Tipps überraschen. Zu Fuß, mit dem Rad oder mit Bus und Bahn – in Düsseldorf ist ein Leben ohne Auto einfach und macht überraschend viel Spaß.



Tipps für Einsteiger und Profis

Suche dir die Tipps, die zu dir passen,
und los geht's!

Level 1:

- Lass das Auto bei kurzen Strecken stehen und nimm das Fahrrad oder geh zu Fuß (**Seite 54, Seite 55**)
- Nutze den ÖPNV (**Seite 58, Seite 59**)

Level 2:

- Nutze Carsharing-Angebote oder teile dein Auto mit anderen (**Seite 60**)

Level 3:

- Verzichte komplett auf ein Auto (**Seite 53**)
- Für Transporte nutze ein Lastenfahrrad (**Seite 56**)



Ohne Auto leben ...

- ... hält gesund
- ... steigert die Lebensqualität
- ... spart Geld
- ... ist gut für das Klima

Eine halbe Stunde Bewegung am Tag hält dich fit und stärkt die Abwehrkräfte. Weniger Autos in der Stadt bedeuten auch mehr Platz zum Spielen und Entspannen, frischere Luft und mehr Sicherheit. Und für deinen Geldbeutel ist der Verzicht auf ein Auto ohnehin gut.

Quelle: Besser Leben ohne Auto, autofrei leben! e.V. (Hrsg.), oekom verlag

So steigst du um!

Starte! Als ersten Schritt kannst du für einen überschaubaren Zeitraum »autofasten«. Oder du ersetzt alle kürzeren Strecken durch Zulußgehen oder Radfahren.

Mach es anders! Kaufe mehrmals und frisch in der Nähe zur Wohnung ein. Entdecke die Freizeitangebote in deinem Viertel. Wenn du Kinder hast, nutze ihren natürlichen Bewegungsdrang und spiele nicht den Chauffeur.

Bereite dich vor! Fahrpläne und Routen raussuchen, Fahrrad entstauben und richtige Kleidung besorgen.

Halte durch! Belohne dich von dem gesparten Geld und gönne dir ab und an ein Taxi.

Quelle: Besser Leben ohne Auto, autofrei leben! e.V. (Hrsg.), oekom verlag



Beispiel:

Mit dem Fahrrad statt dem Auto zur Arbeit spart jeden Tag (bei 10 km; Benzinverbrauch 7,8 Liter pro 100 km):

1,81 kg CO₂
3,60 €

Sattel den Drahtesel!

Ob in der Freizeit oder auf dem Weg zur Arbeit – mit dem Fahrrad kommst du in Düsseldorf ganz unkompliziert und schnell von A nach B – und das ohne Parkplatzsuche! In etwa die Hälfte der zurückgelegten Strecken in Düsseldorf sind kürzer als 5 Kilometer.



Hilfe bei der Suche nach den schönsten Touren, dem nächsten Fahrradhändler oder Leihrädern bietet RADschlag – Düsseldorfs Kampagne rund ums Fahrrad (duesseldorf.de/radschlag.html). Deren Radroutenpläne erhältst du zum Beispiel im Rathaus, an der Radstation am Hauptbahnhof oder bei den Touristeninformationen am Hauptbahnhof und in der Altstadt.

Motiviere doch auch deine Freunde oder Kollegen, öfter mal das Rad zu nehmen und meldet euch gemeinsam als Gruppe für das jährliche Stadtradeln an (stadtradeln.de > Düsseldorf). 21 Tage tretet ihr in die Pedale, sammelt Kilometer auf dem Rad und messt euch mit anderen Teams – das weckt den Sportsgeist!



Fahrrad mit Kofferraum

Aus großen Radfahrstädten wie Amsterdam und Kopenhagen schwappt ein Trend zu uns herüber: Immer häufiger sieht man Lastenräder auf den Straßen. An Bord sind Kinder, große Einkäufe oder Umzugskartons. Es braucht also nicht immer ein Auto, um sperrige Dinge zu transportieren. Gut zu wissen: Für die Anschaffung gibt es Zuschüsse vom Land NRW! Du brauchst ein Lastenrad nur mal für einen Tag? Leih dir eins – sogar kostenlos – unter lastenrad-duesseldorf.de.



Full-Service: Radstation am Hauptbahnhof

Die Radstation am Hauptbahnhof bietet alles, was dein Radler-Herz begehrt: Dank wind- und wetterfesten Parkplätzen ist dein Rad gut aufgehoben. In der Fahrradwerkstatt kannst du es reparieren und warten lassen. Im Frühjahr und Sommer hat bei gutem Wetter außerdem der Fahrradverleih am Rheinufer geöffnet. Optimale Bedingungen also für die kombinierte Nutzung von Bahn und Fahrrad. Mehr Informationen unter radstation-duesseldorf.de



Wir sind die Lösung

Rund 745.000 Fahrgäste nutzten 2018 täglich unser Angebot. Das entlastet nicht nur den Straßenverkehr: In unserem Bedienegebiet wurden so jährlich 300.000 Tonnen CO₂ eingespart. Und durch die nicht erfolgten Pkw-Fahrten konnten zusätzlich 300 Tonnen NO_x vermieden werden! Schon lange setzen wir auf umweltfreundliche Antriebe wie Hybrid- oder Euro 6-Dieselmotoren als auch auf gewichtsreduzierte Fahrzeuge. So konnten wir mit Leichtbaubussen bis heute schon 20 Prozent Kraftstoff einsparen. Zusätzlich statten wir gut 240 Busse mit Abgasnachbehandlungssystemen aus und ergänzen unsere Flotte um Elektrobusse. Mit unseren hohen Standards tragen wir zu einem sauberen Düsseldorf bei. Ohne Busse und Bahnen ist eine lebenswerte Mobilität in Städten undenkbar.

Die eigene Energiebilanz innerhalb des Unternehmens stellen wir ebenfalls regelmäßig auf den Prüfstand. Für erhebliche CO₂-Einsparungen sorgt die größte Photovoltaik-

Anlage der Region auf dem Betriebsbahnhof Lierenfeld mit 370 Tonnen CO₂ weniger im Jahr. Außerdem produziert die Photovoltaik-Anlage jährlich mehr als 640.000 Kilowattstunden (kWh) Strom, mit dem wir viele unserer Anlagen und Gebäude selbst versorgen können. Es sind also viele Stellschrauben, die wir für ein besseres Klima drehen – umso größer ist die Freude, wenn immer mehr Düsseldorfer auf den Zug aufspringen und mit uns unterwegs sind. Denn: Je mehr Menschen sich für den ÖPNV entscheiden, desto höher ist die Lebensqualität in der Stadt.

Werde Teil der Lösung und steig ein! Mehr Infos gibt es unter: rheinbahn.de



Ein Beitrag der Rheinbahn



Wenn es doch mal ein Auto sein muss ...

... fahr mit anderen. Ob für den nächsten Städtetrip oder die tägliche Pendlerfahrt zur Arbeit – auf Mitfahrportalen im Internet wie flinc.org findest du Gesellschaft für deine nächste Reise. Ab und an ist ein Pkw ganz für dich allein natürlich praktisch. Carsharing kann hier eine gute Lösung sein. Unter carsharingduesseldorf.com findest du alle Anbieter in Düsseldorf.

Oder du hast ein Auto, aber wenig Verwendung dafür? Teile es doch mit Menschen aus deiner Nachbarschaft! Das private Carsharing bringt zusätzliche Einnahmen und vielleicht sogar gute Gespräche. Musterverträge gibt es im Internet unter vcd.org. Oder stelle dein Angebot bei drivy.de oder snappcar.de ein.

Ist Biosprit wirklich Bio?

Die Idee, mit Biosprit zu fahren, klingt gut! Doch das Geschäft mit Soja, Ölpalmen und Raps geht häufig zu Lasten von Wäldern, Grün- und Torfland, Feuchtgebieten sowie anderen empfindlichen Ökosystemen. Das hat fatale Folgen: Die klimaschädigenden Treibhausgas-Emissionen nehmen zu, Nahrungssicherheit und Biodiversität sinken. Die Anbauflächen stehen insbesondere in ärmeren Ländern in direkter Konkurrenz zum Anbau von Lebensmitteln und Menschen werden von ihren Feldern vertrieben (Stichwort: Landgrabbing). Oft geht der Anbau mit einem massiven Einsatz von Spritz- und Düngemitteln einher.

Fazit: Biosprit ist keine Lösung.



Reise mit gutem (Ge-)Wissen!

Fliegen und Kreuzfahrten setzen gigantische Mengen an Treibhausgasen frei. Aber muss es unbedingt ein Trip nach Übersee sein? Rad- und Wanderreisen, aber auch Strandurlaub – Europa bietet die abwechslungsreichsten Urlaubsziele. Und meistens sind diese auch mit Bahn oder Mitfahrgelegenheit zu erreichen. Passe außerdem die Reisedauer der Entfernung an. Sprich: Je weiter weg, desto länger der Aufenthalt. Wer möchte, kann die dabei entstandenen CO₂-Emissionen kompensieren. Die Emissionen werden so zwar nicht rückgängig gemacht, aber über einen Geldbetrag für Klimaschutzprojekte wird ein Ausgleich geschaffen. Vertrauenswürdige Anbieter sind beispielsweise [arktik.de](https://www.arktik.de), [atmosfair.de](https://www.atmosfair.de), [klima-kollekte.de](https://www.klima-kollekte.de) oder [myclimate.org](https://www.myclimate.org).



Grünes Düsseldorf

Düsseldorf bietet viele grüne Oasen zum Entdecken und Entspannen. Naturerlebnisse in der Stadt findest du zum Beispiel hier:

Südpark

Der Südpark ist mit seinen 70 Hektar der größte Düsseldorfer Park. Er besteht aus drei sehr unterschiedlichen Teilen: Der romantische Volksgarten fasziniert mit Weiher, Alleen und geschwungenen Uferlinien. In den naturnahen Lebensräumen »Vor dem Deich« findest du Teiche mit Seerosen und wilden Wiesen. Dieses Biotop dient auch als Vogelschutzzone. »In den Gärten« gruppieren sich entlang einer 600



Beispiel:

Reisen mit der Bahn statt dem Flugzeug spart pro Person je 100 Kilometer:

31 kg CO₂



Meter langen Wasserachse 16 Gärten mit unterschiedlichen Pflanzenthemen. Besonders toll für Kinder: Mitten im Südpark gibt es einen Bauernhof mit Streichelzoo – Eintritt frei!

Stadtwald

Der Düsseldorfer Stadtwald ist der Naherholungsraum für uns Düsseldorfer und gleichzeitig wichtiger Lebensraum für heimische Pflanzen und Tiere. Eine abwechslungsreiche Landschaft, uralte Baumbestände, zahlreiche Wander-, Rad- und Reitwege, ein Wildpark, eine neue Waldschule und vieles mehr warten auf dich! Mehr Infos unter duesseldorf.de > Stadtwald

Freizeitparks

Auf der Suche nach Spiel- und Sportmöglichkeiten sowie Grillplätzen im Grünen? All das findest du in den Freizeitparks Heerdt, Niederheider Wäldchen und Ulenbergstraße.

Führungen mit dem Gartenamt

Das Gartenamt bietet Führungen durch Parks und Landschaft, Forst und Friedhöfe an. Bitte vorher anmelden unter 0211 8994800 oder gartenamt@duesseldorf.de. Weitere Infos unter duesseldorf.de > Führungen durch Park und Landschaft.

Unterbacher See

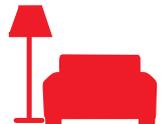
Schönes Wetter und du möchtest raus, etwas erleben? Dann ab zum Unterbacher See: Strandbäder, Bootsverleih, Hafen, Camping-Platz, Spielplätze, Minigolf-Anlage, Party-Floß, Hochseilgarten – da ist wirklich für jeden was dabei! Der Unterbacher See ist übrigens auch ganz einfach mit dem Rad oder Bus & Bahn zu erreichen (Haltestellen Strandbad Nord, Strandbad Süd oder Seeweg).





Grüner wohnen und bauen

Eine angenehme Wohnatmosphäre schaffen und dabei das Klima schonen? Gewusst wie! Durch kleine und große Veränderungen rund ums Haus kannst du nicht nur die Wohlfühlatmosphäre in deinem Zuhause steigern, sondern sogar Geld sparen. Wie? Das erfährst du in den folgenden Tipps.



Tipps für Einsteiger und Profis

Suche dir die Tipps, die zu dir passen, und los geht's!

Level 1:

- Elektrogeräte ganz abschalten – kein Standby
- Richtig lüften und heizen **(Seite 72)**
- Steige um auf Ökostrom **(Seite 73)**
- Leihe dir Werkzeug, anstatt es zu kaufen **(Seite 77)**

Level 2:

- Sorge für Biodiversität im eigenen Garten **(Seite 71)**
- Nutze ökologische Baumaterialien **(Seite 76, Seite 77)**

Level 3:

- Nutze die Sonnenenergie für Strom und Warmwasser **(Seite 74, Seite 75)**
- Denke über alternative Wohnoptionen nach **(Seite 79)**
- Saniere dein Haus klimafreundlich **(Seite 78)**



Für ein grüneres Düsseldorf

Grau und lieblos war gestern. In Düsseldorf entstehen überall grüne Oasen. Fassaden blühen, das Dach dient als Regenwasserspeicher und im grünen Innenhof trifft sich die Nachbarschaft. Das sieht nicht nur gut aus und macht Spaß: Pflanzen sorgen für ein besseres Klima, verringern sommerliche Hitzetemperaturen und binden Staub. Durch den Anbau von Kräutern, Obst und Gemüse wird Düsseldorf Stück für Stück zur Essbaren Stadt. Mehr Infos hierzu findest du auf den Seiten 26 bis 29.

Die Stadt Düsseldorf fördert Urban Gardening-Projekte im Rahmen des Programmes »Dach-, Fassaden- und Innenhofbegrünung« (DAFIB). Also zeig Initiative und reiche dein Projekt ein! Mehr Infos unter duesseldorf.de/dafib



Ein Paradies für Bienen

Klimaschutz beginnt auf dem Fensterbrett, auf dem Balkon, im eigenen Garten, an der Hauswand oder auf dem Dach. Je grüner und bunter, desto besser! Kiesflächen und Pflastersteine bringen niemandem etwas – weder dem Klima, noch den Bienen. Wer besonders bienenfreundliche Pflanzen ziehen möchte, ist mit Pflanzen wie Wiesensalbei, Kornblume und Lavendel gut beraten. Auch Ranken-Glockenblume, Blaukissen, Zitronenthymian oder Bohnenkraut sind ein wahrer Bienenschmaus.

Damit sich Biene und Co. noch wohler fühlen, stelle ein flaches Schälchen mit Wasser zum Baden und Trinken bereit oder baue ein dekoratives Insektenhotel. Insektizide und Pestizide sind natürlich tabu! Informationen findest du unter [nabu.de](https://www.nabu.de).



Frische Brisen braucht die Wand

Heizkosten niedrig halten, Schimmel an der Wand vorbeugen und es zu Hause bei frischer Luft angenehm warm haben: Das alles geht mit der richtigen Technik beim Lüften. Heizen bei gekipptem Fenster ist keine gute Idee, denn so kühlen die Räume aus und die Heizkosten steigen. Am besten zwei bis vier Mal täglich fünf Minuten lang alle Fenster weit öffnen und in dieser Zeit die Heizungen herunterdrehen! So wird die verbrauchte Luft durch frische ausgetauscht, die sich schnell wieder erwärmt. In Wohn-, Kinder- und Arbeitszimmer dürfen es tagsüber angenehme 20 bis 22 Grad sein. In Küche, Schlafzimmer und Flur hingegen reichen 16 bis 18 Grad aus.

Als Faustregel gilt: Wird die durchschnittliche Raumtemperatur um ein Grad abgesenkt, spart man sechs Prozent Heizenergie.

Grüne Energie aus der Steckdose

Der effektivste Weg, deine persönliche Klimabilanz gleich tonnenweise aufzubessern, ist ganz einfach: Steige auf Ökostrom um. Die Preise für Ökostrom sind mitunter sogar günstiger als die herkömmlichen Stromtarife.

Aber Vorsicht! Ökostrom ist nicht gleich Ökostrom. Hier gibt es deutliche Qualitätsunterschiede. Ökostrom-Gütesiegel von unabhängigen Stellen bieten Orientierung. Mit dem ok-power-Siegel (ok-power.de) und dem Grüner Strom-Label (gruenerstromlabel.de) werden nur Tarife ausgezeichnet, deren Strom zu 100 Prozent aus Erneuerbaren Energien stammt und die nachweislich einen zusätzlichen Beitrag zur Energiewende leisten.

Interessant ist auch der sogenannte Mieterstrom: Mit Solaranlagen auf den Dächern oder Blockheizkraftwerken in den Kellerräumen wird der Strom direkt vor Ort am Wohngebäude erzeugt. So können die Mietparteien ohne Umwege über das Stromnetz, kostengünstig und umweltfreundlich ihren Strom beziehen.



Sonniges Warmwasser

Mehr als die Hälfte des jährlichen Warmwasserbedarfs eines Haushalts kann eine richtig ausgelegte Solaranlage in einer Größe von etwa fünf Quadratmetern abdecken. Ein größerer Kollektor in Kombination mit einem Pufferspeicher liefert auch in der Übergangszeit genug Wärme für die Raumheizung. Tipp: Kombiniere deine herkömmliche Heizanlage mit Solarthermie!

Beispiel:

Die Kombination
einer Gasheizung mit
einer Solaranlage
(Vierpersonenhaushalt)
spart im Jahr:

440 kg CO₂
140 €

Nutze den Düsseldorfer Solarservice (DÜSS)!

Nutze Sonnenenergie zur Stromerzeugung durch Photovoltaik. Dadurch kannst du konventionelle Energieträger wie Öl, Gas, Kohle und Uran ersetzen und so Umweltbelastungen durch CO₂-Emissionen und andere Abgase vermindern.

Du bist dir unsicher, ob Photovoltaik das Richtige für dich ist? In den Testgebieten Angermund, Wersten und Unterbach kannst du dich vom Düsseldorfer Solarservice (DÜSS) als Hauseigentümer beraten, fördern und begleiten lassen! Einfach anrufen unter 0211 8921015 über die Hotline der Serviceagentur Altbausanierung (SAGA).

Eine erste Einschätzung, ob sich eine Solaranlage für dich lohnt, findest du unter duesseldorf.de/solkataster.



Bring Farbe in dein Leben

Ein bisschen Farbe an die Wand und schon sehen die eigenen vier Wände wie neu aus. Beim Umgestalten und Renovieren solltest du allerdings auf natürliche Tapeten und Farben setzen. Achte bei der Auswahl einfach auf den Blauen Engel: Produkte mit diesem Siegel werden umweltfreundlich hergestellt und enthalten keine Schadstoffe, die später in den Raum gelangen können. Auch das Label natureplus steht für Umweltfreundlichkeit und Schadstofffreiheit. Natürlich ökologisch!



Leihen statt kaufen

Werkzeug und Geräte, die du selten nutzt, solltest du dir leihen. Das spart Platz und ist kostengünstiger. Frag doch deine Nachbarn oder erkundige dich im Baumarkt vor Ort. Gut für das Klima ist das Leihen allemal, denn wenn sich viele Menschen ein Gerät teilen, erhöht sich dessen Auslastung. Insgesamt müssen dann weniger Geräte produziert und danach wieder entsorgt werden. Bauteile gibt es übrigens auch gebraucht. Schau doch mal unter bauteilnetz.de.

Nutze die Natur!

Bevor du für die Renovierung die Ärmel hochkrepelst: Überlege dir, welches Material du verarbeiten möchtest. Bau- und Dämmstoffe aus der Natur erfüllen nicht nur die heutigen technischen und bauphysikalischen Anforderungen in vollem Maße, sondern bieten im Vergleich zu konventionellem Material auch handfeste Vorteile. Sie sind schadstofffrei, sorgen für ein optimales Raumklima und ihre Entsorgung ist völlig unproblematisch. Weitere Informationen zu ökologischen Baumaterialien findest du unter oekologisch-bauen.info.



Schön warm einpacken

Eine Dämmung bringt viele Vorteile, denn ein rundum gedämmtes Haus kommt mit viel weniger Heizenergie aus. Außerdem sorgen die warmen Wände im Winter für ein gemütlicheres Gefühl, im Sommer bleiben die Räume kühl.

Wenn du eine Sanierung planst, dann lohnt sich ein Blick auf das Förderprogramm »Klimafreundlich Wohnen und Arbeiten« (duesseldorf.de/klimafreundlichwohnen). Die Stadt Düsseldorf unterstützt unter anderem Wärmedämmung, Fernwärme, Solarthermie, Photovoltaik und den Austausch von hydraulischen gegen elektronisch geregelte Durchlauf-erhitzer zur Warmwasserbereitung.

Beratung gefällig? Die Energiefachleute der Beratungsstellen der Verbraucherzentralen NRW informieren umfassend über die Themen Heizen, Wärmedämmung, Stromsparen und energieeffiziente Geräte sowie erneuerbare Energiequellen. Weitere Informationen unter [verbraucherzentrale.nrw/energieberatung](https://www.verbraucherzentrale.nrw/energieberatung)

Anders wohnen

Hohe Mieten, wenig Wohnraum, große Anonymität – Wohnen in der Stadt ist oft nicht einfach. Alternative Wohnformen in Gemeinschaft werden deshalb immer beliebter. Neben dem nachbarschaftlichen Miteinander stehen hier meist auch der Nachhaltigkeitsgedanke und generationenübergreifendes Wohnen im Vordergrund. Informationen zu geplanten und bereits abgeschlossenen Projekten findest du unter duesseldorf.de/wohnen/wohnprojekte-in-duesseldorf.html.

Du bist auf der Suche nach einer WG? Dann überlege doch mal, ob eine inklusive WG etwas für dich wäre. Hier leben Menschen mit Behinderung und Menschen ohne Behinderung zusammen. Sie unterstützen sich bei Hilfebedarf gegenseitig, kochen aber auch einfach gemeinsam wie in jeder anderen WG. Weitere Infos findest du beispielsweise auf der Plattform WOHN:SINN (wohnsinn.org).



Impressum

Herausgeber:

Verein für ökologische Kommunikation (oekom) e.V. in enger Zusammenarbeit mit dem Umweltamt der Landeshauptstadt Düsseldorf

oekom e.V.
Verein für ökologische Kommunikation



Landeshauptstadt Düsseldorf
Umweltamt

© 2019 oekom verlag, Gesellschaft für ökologische Kommunikation mbH, München
Waltherstraße 29, 80337 München

Idee und Konzept: oekom e.V.

Projektleitung: Silke Scheiber (Stadt Düsseldorf), Nadine Gerhardt (oekom verlag)

Projektmitarbeit: Linda Zietarski (oekom verlag)

Gestaltung, Satz und Umschlag: Ulrike Huber (uhu-design.de)

Druck: Aumüller Druck GmbH & Co. KG, Regensburg

Alle Rechte vorbehalten

Printed in Germany

 **Klimaneutral**
Verlag
ClimatePartner.com/53585-1805-1001



Dieses Buch wird auf 100 % Recyclingpapier (zertifiziert mit dem Blauen Engel) gedruckt. Der oekom verlag kompensiert unvermeidbare Emissionen durch Investitionen in ein Klimaschutzprojekt nach »Gold-Standard«. Mehr Informationen unter oekom.de

Die Herausgeber übernehmen keine rechtliche Verantwortung für den Inhalt der aufgeführten Weblinks sowie für die Richtigkeit der CO₂-Angaben

Bildnachweise:

Anne Orthen (Cover), Landeshauptstadt Düsseldorf/Norbert Hüttermann (3), Landeshauptstadt Düsseldorf/Melanie Zanin (4), Landeshauptstadt Düsseldorf/André Loessel (5, 8, 15, 26, 28, 56), foodsharing Deutschland e.V. (22), ZWD/Daniel Schumann (57), Rheinbahn AG (58, 59), Düsseldorf Tourismus GmbH (63, 65), Hannes Petrischak/Heinz Sielmann Stiftung (70); **Adobe Stock:** Jotily (6), Kristina Rütten (23), Sebra (25), DDRockstar (33), Deagreex (42), Sarayut Sy (43), Connel Design (53), Yakobchuk Olena (54), rcfotostock (61), Schulzfoto (78), Drubig Photo (79), Kikovic (80); **Fotolia:** Ralf Geithe (10), Fiedels (30), emuck (34), OnAir (38), Taiga (45), Zinkevych (60), Rawpixel.com (66), Daxiao Productions (76); **Photocase:** suze (55, 74), Colombo (69), Danielo (73); **Pixabay:** Free-Photos (50); **Unsplash:** Jez Timms (12), David Vazquez (16), Jez Timms (19), Danika Perkinson (20), Edgar Castrejon (21), Artur Rutkowski (24), Markus Spiske (27), Thomas Q Lce (29), Samara Doole (35), Charisse Kenion (36), Artsy Vibes (37), Artificial Photography (39), Onur Bahcivancilar (40), Jeshoots Com (41), Laura Mitulla (44), Brandi Redd (46), Hannah Morgan (47), Christin Hume (48), Samuel Zeller (49), Rawpixel (62), Dave Robinson (64), Jon Eric Marababol (72), Markus Spiske (77)

Lasse dich nachhaltig inspirieren!

Es ist wieder soweit! Die dritte Auflage des beliebten Ratgeber- und Gutscheinbuchs lockt mit über 40 Gratis- und Rabattangeboten. Dank zahlreicher neuer Klimatipps und interessanter Beratungsangebote kannst du deine CO₂-Emissionen mühelos reduzieren – und ganz nebenbei den Geldbeutel schonen!

Erfahre mehr unter
www.klimasparbuch.net



Landeshauptstadt Düsseldorf
Umweltamt