

#KlimaMachen

33
Gutscheine

Düsseldorf
Nähe trifft Freiheit

Klima Sparbuch 2022/23





Umdenken und aufsteigen

Es gibt viele gute Gründe, mit dem Fahrrad zu fahren:

1. Mit dem Fahrrad kommen Sie schneller von A nach B. Keine Staus, keine Parkplatzsuche, auf Strecken bis 5 Kilometer Länge sind Sie in der Stadt mit dem Rad in der Regel schneller unterwegs als mit dem Auto. In Stoßzeiten auf manchen Strecken sogar bis zu 10 Minuten.
2. Sie kommen zuverlässig an, weil Sie keinen Zeitpuffer für einen möglichen Stau oder die Parkplatzsuche benötigen.
3. Sie sind entspannter. Auf der richtigen Route können Sie auch in Düsseldorf entspannt an Ihr Ziel gelangen. Die Bewegung und die frische Luft bauen Stress ab. Nutzen Sie den Düsseldorfer Fahrradnetzplan und finden Sie schnelle, ruhige oder grüne Routen in der Stadt unter duesseldorf.de/radschlag.



- 4.** Sie leben gesünder. Nur 30 Minuten moderate Bewegung am Tag reichen aus, um Ihr Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Varianten der Diabetes erheblich zu verringern. Auch Ihr Immunsystem wird gestärkt.
- 5.** Sie sparen bares Geld. Denn für eine Fahrt mit dem Fahrrad fallen weder Spritkosten noch Parkgebühren an. Noch mehr Geld sparen Sie natürlich, wenn Sie gar kein Auto besitzen. In Düsseldorf, der Stadt der kurzen Wege, eigentlich gar kein Problem.
- 6.** Außerdem ersparen Sie Düsseldorf neben Abgasen und CO₂ auch Verkehrslärm und helfen so, unsere Stadt noch ein Stück lebenswerter zu machen.

Satteln Sie Ihren Drahtesel!

Ab Seite 56 finden Sie Tipps, die Ihnen den Einstieg in Ihre persönliche Verkehrswende erleichtern können. Probieren Sie es aus und verändern Sie Ihren Mobilitäts-Alltag.

Gesünder essen und genießen

Unsere Ernährung macht 15 Prozent unserer persönlichen Klimabilanz aus. Die gute Nachricht: Vieles von dem, was uns guttut, schont gleichzeitig das Klima. So enthält zum Beispiel in der Saison im Freiland angebautes Obst und Gemüse aus der Region mehr Nährstoffe als weit gereistes. Einen Saisonkalender für Obst und Gemüse und viele weitere nützliche Tipps finden Sie auf den folgenden Seiten.





Mehrweg to go

Ob der Kaffee auf dem Weg zur Arbeit, das Mittagessen vom Imbiss um die Ecke oder die Pommes to go: Essen zum Mitnehmen verursacht jede Menge Abfall. Allein 320.000 Coffee to go-Becher werden stündlich in Deutschland verbraucht! Die Lösung: Mit einem wiederverwendbaren (Pfand-)Becher sind Sie umweltfreundlich unterwegs. Teilweise gibt es sogar einen Rabatt von bis zu 30 Cent auf Ihr Heißgetränk. Und auch für das Lieblingsessen to go gibt es müllfreie Alternativen. Einfach eine saubere Dose mitbringen und das Essen einfüllen lassen. Viele Restaurants bieten zudem Mehrweglösungen für den spontanen Hunger unterwegs an. Informationen hierzu finden Sie unter duesseldorf.de, Suche: Pfandbecher.

Übrigens: Ab 2023 muss laut neuem Verpackungsgesetz für Essen und Trinken zum Mitnehmen eine Mehrweg-Verpackung angeboten werden.



Drehen Sie den Hahn auf!

Warum in den Laden laufen, wenn das Gute fließt so nah! Sparen Sie sich das Kistenschleppen, vermindern Sie die Plastikflut und tragen Sie zu weniger Lkw-Verkehr bei. Wie? Indem Sie Leitungswasser statt Flaschenwasser trinken. Trinkwasser aus der Leitung hat in Düsseldorf beste Qualität – und mit einem Wassersprudler bekommt es auch noch ein erfrischendes Kribbeln.

Auch unterwegs können Sie Ihre mitgebrachte Wasserflasche kostenfrei mit Leitungswasser auffüllen lassen oder einen der öffentlichen Trinkbrunnen, zum Beispiel an der Shadowstraße 56-58 nutzen. Unter refill-deutschland.de erfahren Sie, wo es in Düsseldorf Stationen gibt. Die teilnehmenden Geschäfte erkennen Sie an Aufklebern mit der Aufschrift Refill Station – zum Beispiel im Kundenzentrum der Stadtwerke oder in der Beratungsstelle der Verbraucherzentrale.



Beispiel:

Zwei Liter Leitungswasser pro Tag
statt Mineralwasser
spart im Jahr

167,7 kg CO₂



Saisonal kalender

	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)



Einkauf ohne Verpackung

Eigene Behälter für den Einkauf mitbringen – was früher im Krämerladen ganz normal war, ist heutzutage eher unüblich. Doch immer mehr Menschen möchten unnötigen Müll vermeiden, und so wird der Einkauf ohne Verpackungen gerade wieder zum Trend. Also packen Sie Ihre eigenen Beutel für den Bäcker oder eine Dose für die Frischetheke ein. Bevorzugen Sie Gemüse und Obst ohne Plastikverpackung. Zu Hause bieten sich wiederverwendbare Boxen oder Bienenwachstücher als gute Aufbewahrungs-Alternativen zu Plastik





Klimafreundlich backen und kochen

Nicht nur was, sondern auch wie Sie kochen, beeinflusst die Klimabilanz. Mit Topf- und Pfannendeckel sparen Sie bis zu zwei Drittel Energie. Sterneköche schwören darauf: Im Dampf garen statt in Wasser kochen erhält viele wertvolle Vitamine und Mineralstoffe. Das spart außerdem Energie und ist damit klimafreundlicher. Kartoffeln können in einem Topf mit Deckel gegart werden, ein Glas Wasser reicht aus. Auch mit einem Schnellkochtopf können Sie Energie sparen!

Beim Backen lässt sich durch ein paar Kniffe Energie sparen. Auf das Vorheizen kann meistens verzichtet werden, nur beim Brotbacken ist ein vorgeheizter Backofen nötig. Während des Backens sollte die Ofentür möglichst selten geöffnet werden, so bleibt die Hitze im Inneren des Ofens. Und wenn Sie noch etwas anderes backen wollen, planen Sie geschickt und backen Sie direkt hintereinander oder mehrere Bleche gleichzeitig bei Umluft – so kann die Hitze aus dem ersten Backvorgang optimal genutzt werden.



Bewusster leben und konsumieren

Dinge zu tauschen, zu verschenken oder zu reparieren, statt sie wegzuworfen, kann nicht nur Spaß machen, sondern erweitert auch den Horizont. Wenn Sie außerdem nur kaufen, was Sie wirklich brauchen, sparen Sie Geld, Zeit und Platz in Ihrer Wohnung. Wo und wie Sie klimafreundlich einkaufen und welche ökologischen Alternativen es gibt, erfahren Sie auf den nächsten Seiten.



These shoes are made for walking

Stiefel, Sneaker, Lederschuhe – für jeden Anlass der passende Schuh. Aber wenn die Sohle beginnt, sich zu lösen oder der Stoff Risse bekommt, kaufen wir meistens neue. Für die Umwelt hat das ungesunde Folgen. So werden bei der Schuhherstellung oft Chemikalien verwendet, das Abwasser verschmutzt und Emissionen in die Luft abgegeben. Bei der Produktion von einem Paar Sneaker werden ungefähr 13 Kilogramm CO₂ ausgestoßen. Bevor Sie also neue Schuhe kaufen, fragen Sie beim Schuster oder im Schuhgeschäft nach, ob die Schuhe repariert werden können. Für Sneaker-Fans bietet sneaker-rescue.de einen Reparaturservice an. Wenn sich die geliebten Schuhe nicht mehr auf Vordermann bringen lassen, dann greifen Sie zu nachhaltigem Ersatz aus fairer Herstellung. Sinnvoll sind Schuhe, die das Umweltzeichen Blauer Engel tragen. Diese werden auf Schadstoffe geprüft und umweltverträglich produziert – unter Berücksichtigung sozialer Aspekte.





Mülltrennen für Profis

Vorab sei gesagt: Müll vermeiden ist immer besser als ihn zu recyceln! Denn die Recyclingquoten sind sehr niedrig und der Energieaufwand bei der Müllverwertung hoch. Wenn er dann aber doch anfällt, ist richtige Mülltrennung angesagt. Diese will gelernt sein! Das Abfall-ABC der Awista gibt Aufschluss über die korrekte Entsorgung unterschiedlichster Abfälle und Problemstoffe in Düsseldorf. Sie finden es unter awista.de/abfall-abc oder in der Awista-App. Dort erfahren Sie auch, welche Problemstoffe zu einem der Wertstoffhöfe gebracht werden müssen. Montag bis Samstag ist die Abgabe auf den Recyclinghöfen in der Frankfurter Straße 253, der Niederrheinstraße 229 und im Flinger Broich 15 von 8 bis 18 Uhr möglich. Besonders wichtig für das Klima ist das getrennte Sammeln von Altglas und Altpapier, da beides durch gute Aufbereitungsmöglichkeiten Ressourcen schont.

Der neue Tauschrausch

Tauschbörsen sind groß im Kommen. Tauschen statt bezahlen ist das Motto. Sogenannte **Umsonstläden** bieten eine große Auswahl an Elektrogeräten, Spielen, Kleidung und vielem mehr. Bringen Sie mit, was Sie nicht mehr brauchen, und nehmen Sie mit, was Ihnen gefällt – zum Beispiel bei Niemandsländ (Heerstraße 19, Oberbilk). Nach dem gleichen Prinzip funktionieren auch die zehn Standorte der **Give-Boxen**.

Leseratten können in Bücherschränken Bücher abgeben und neue mitnehmen: lesestunden.de, Suche: Bücherschrank.

Sie suchen jemanden, der mit dem Hund Gassi geht und könnten im Gegenzug eine Lampe aufhängen? Machen Sie mit bei einem der Düsseldorfer Tauschringe tauschring-duesseldorf.de und gib-und-nimm-duesseldorf.de.





Nachhaltig unterwegs sein

Zur Arbeit, in den Urlaub, Freunde besuchen, ausgehen: Unsere Mobilität ist für fast ein Viertel unseres persönlichen CO₂-Ausstoßes verantwortlich – beachtlich! Die gute Nachricht: Hier können Sie entsprechend viel bewirken. Zu Fuß, mit dem Rad oder Bus und Bahn – in Düsseldorf ist ein Leben ohne Auto einfach und macht überraschend viel Spaß! Und jetzt rauf aufs Rad gemäß dem Motto: Für den Klimaschutz müssen wir das Rad nicht neu erfinden, nur öfter nutzen.





Radeln für ein gutes Klima

Sie wollen sich aktiv für eine Verkehrswende in Düsseldorf einsetzen? Neben dem Griff zum Fahrradhelm statt zum Autoschlüssel können Sie sich Initiativen anschließen, die sich für eine bessere Fahrradinfrastruktur aufs Rad schwingen.

Radeln Sie gerne im Team? Beim alljährliche STADTRADELN im Mai und Juni können Sie sich mit Ihrem Team aus Familie, Freundeskreis oder als Arbeitsgemeinschaft anmelden und 21 Tage lang gemeinsam Kilometer sammeln. stadtradeln.de/duesseldorf

Sie haben Ihr Fahrrad seit Jahren nicht benutzt und fühlen sich auf dem Rad deshalb nicht mehr sicher? Der ADFC Düsseldorf bietet mit seiner Radfahrschule für Erwachsene Abhilfe. Sie können sich auch aktiv im Verein engagieren, das Fahrrad-Informationszentrum hält alles rund ums Radfahren bereit. duesseldorf.adfc.de.

Viele Informationen zum Radverkehr in Düsseldorf unter duesseldorf.de/radschlag.

Geteiltes Rad gleich doppeltes Rad

Neben einem sicheren Ort, Ihr eigenes Rad zu parken, bietet die Radstation am Düsseldorfer Hauptbahnhof einen günstigen Radverleih an. Neben herkömmlichen Rädern stehen auch Pedelecs zur Auswahl. Schön für Familien: Wer zwei Erwachsenenräder leiht, bekommt Kindersitze, Kinderfahräder oder Anhänger für bis zu drei Kinder kostenlos dazu. Von April bis Oktober hat die Radstation für den Verleih auch eine Außenstelle, direkt am Rheinufer beim Apollo-Theater. Zusätzlich bieten Sharing-Anbieter wie nextbike Räder zum spontanen Verleih an, mehr Infos unter duesseldorf.de/radschlag/fahrradverleih-und-e-bike-ladestationen.

In der Rubrik Radwege und Mehr finden Sie zahlreiche Informationen zu kostenlosen E-Bike-Ladestationen, alle Bike&Ride-Stationen und die nächste Werkstatt.
maps.duesseldorf.de





Klimaradtour

Sie möchten sich sportlich betätigen und gleichzeitig Neues zu den Themen Klimaschutz und Klimaanpassung in Düsseldorf lernen? Die Klimaradtour macht es möglich! Zu entdecken sind viele spannende Ziele: von nachhaltigen Bauprojekten über Urban Gardening bis hin zu neuen Mobilitätsangeboten wie dem Fahrradparkturm oder einer MobilitätStation.

Die Klimaradtour ist 20 Kilometer lang und umfasst etwa 15 unterschiedliche Wegepunkte. Entscheiden Sie selbst, ob Sie alle nachhaltigen Projekte kennenlernen oder nur an einigen Halt machen. Selbstverständlich sind auch Pausenstationen für Sie eingeplant. Alle Informationen zur Klimaradtour finden Sie unter duesseldorf.de/radschlag/fahrradturen.

Tipps für Einsteiger*innen und Profis

Suchen Sie sich die Tipps, die zu Ihnen passen,
und los geht's!

Level 1:

- Steigen Sie auf Ökostrom um **(Seite 81)**
- Schalten Sie Elektrogeräte ganz aus – kein Standby **(Seite 88)**
- Heizen und lüften Sie effizient **(Seite 82)**

Level 2:

- Sparen Sie Warmwasser und waschen Sie nachhaltig **(Seite 84, Seite 85)**
- Leihen Sie sich Werkzeug, anstatt es zu kaufen **(Seite 87)**
- Kaufen Sie energieeffiziente Elektrogeräte **(Seite 89)**
- Umgehen Sie Verbrauchsspitzen **(Seite 95)**

Level 3:

- Nutzen Sie Fernwärme zum Heizen **(Seite 94)**
- Setzen Sie auf Sonnenenergie für Strom und Warmwasser **(Seite 92, Seite 93)**
- Lassen Sie sich beraten und sanieren Sie Ihr Haus klimafreundlich **(Seite 96, 98)**

Das neue Wohnen

Alternative Wohnformen in Gemeinschaft werden immer beliebter. Neben günstigen Mieten stehen hier meist auch generationenübergreifendes Wohnen und der Nachhaltigkeitsbezug im Vordergrund. So gibt es Gemeinschaftsräume und -gärten, man unterstützt sich gegenseitig.

Im Alter wird die eigene Wohnung oft zu groß, hier gibt es zwei interessante Möglichkeiten: Beim Wohnpaar auf Zeit finden Studierende und Auszubildende preiswerten Wohnraum zur Untermiete oder bei privaten Eigentümer*innen. Im Gegenzug unterstützen sie ihre Vermieter*innen im Alltag oder leisten gemeinnützige Arbeit. Und die Wohnungstauschbörse richtet sich an Mieter*innen, die ihre Wohnung zum Tausch gegen eine größere oder kleinere Wohnung digital anbieten möchten.

Informationen und konkrete Unterstützung zu den oben genannten Themen finden Sie unter duesseldorf.de/wohnen.





Goodbye Stand-by

Geräte, die dauerhaft im Stand-by-Modus sind, verbrauchen viel Strom und kosten so auch viel Geld. Übliche Kandidaten sind Deckenfluter, Fernseher, Receiver, Musikanlagen, Drucker, Router, aber auch Kaffeemaschinen. Dagegen helfen Steckdosenleisten mit Schalter – oder Sie ziehen den Stecker. Mit einem geliehenen Strommessgerät der Düsseldorfer Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW oder der Stadtwerke Düsseldorf kommen Sie den Stromfressern auf die Spur.



Stein auf Stein ...

... aber bitte mit nachhaltigen Baustoffen! Bau- und Dämmstoffe aus der Natur erfüllen nicht nur die heutigen technischen und bauphysikalischen Anforderungen in vollem Maße, sie sind außerdem schadstofffrei, sorgen für ein optimales Raumklima und ihre Entsorgung ist völlig unproblematisch. oekologisch-bauen.de

Bei der Herstellung von einer Tonne Zement werden rund 700 Kilogramm CO₂ freigesetzt. Andererseits machten 2018 Bau- und Abbruchabfälle 54,7 Prozent des gesamten Abfallaufkommens in Deutschland aus! Recycling lautet hier die Lösung. Dabei wird der Bauschutt in unterschiedliche Bestandteile sortiert, in Aufbereitungsanlagen mechanisch zerkleinert und nach Korngröße gesiebt. Das entstehende Granulat erfüllt die geltenden Sicherheits- und Umweltstandards und kann ressourcenschonend und klimafreundlich im Straßen- und Erdbau eingesetzt oder zu Beton verarbeitet werden. Bauteile gibt es auch gebraucht. Schauen Sie doch mal unter bauteilnetz.de.

Impressum

Herausgegeben von der Landeshauptstadt Düsseldorf sowie dem
oekom e.V. – Verein für ökologische Kommunikation



Landeshauptstadt Düsseldorf
Umwelt- und Verbraucherschutz

oekom e.V.
Verein für ökologische Kommunikation

© 2022 oekom verlag, München
oekom – Gesellschaft für ökologische Kommunikation mbH
Waltherstraße 29, 80337 München

Idee und Konzept: oekom e.V.

Projektleitung: Silke Scheiber (Landeshauptstadt Düsseldorf), Isabel Janitz (oekom verlag)

Projektmitarbeit: Judith Oechsle (oekom verlag)

Umschlag, Gestaltung und Satz: 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



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. Bei der Berechnung der CO₂-Werte in diesem Buch wurden CO₂-Äquivalente wie Methan oder Lachgas berücksichtigt.

Bildnachweise:

Landeshauptstadt Düsseldorf (3, 4, 5, 67, 74), Landeshauptstadt Düsseldorf / André Loessel (24, 56, 62, 68, 81, 82), Stadtparkasse Düsseldorf (52), Rheinbahn (64), Duesseldorf Tourismus GmbH (75, 77), Stadtwerke Düsseldorf AG (91)

Adobe Stock: flyinger (6), vladhhe (8) Peeradontax (10, 11, 12, 66) Ralf Geithe (14), vaaseenaa (19), designer_an (20), petrrgoskov (21), vicuschka (26), Stawomir Fajer (27), Iryna (28), jchizhe (30), Natalia Lisovskaya (31), LIGHTFIELD STUDIOS (32), edorovacz (33), nito (34), Maridav (37), DDRockstar (38), golubovy (39), Kadmy (40), Photographee.eu (41), digitalstock (42), Deagreez (44), Sarayut Sy (45), pathdoc (46), 1STunningART (50), Christian Müller (59), listercz (60), terovesalainen (61, 84), gilitukha (63), janvier (70), pikselstock (71), Frederik (73), sommart (78), Pixel-Short (85), Thorsten Donig (86), Blue Planet Studio (87), Luma (88), alphaspirt (93), Holland-PhotoStockNL (94), MoreThanProd (95), Ingo Bartussek (98), kikovic (100); **unspalsh:** Mariana Medvedeva (16), bluewater-globe (23), samuel-zeller (43), artificial-photography (48), angele-kamp (49), Dave Robinson (76), Brandi Redd (127); **Fotolia:** tuk69tuk (54), ArTo (55), yossarian6 (72), Eisenhans (89); **Photocase:** MADworks (96); **Shutterstock:** stockcreation (99)