

Lukas Gisbrecht, Lukas Wittmann

ERDE GUT, ALLES GUT

100 und eine Idee
für mehr Nachhaltigkeit
im Alltag



INHALT

I	Theorieteil mit Praxis: Allgemeines zum Thema Nachhaltigkeit	7
II	Planet-Rettung in den eigenen vier Wänden: der Haushalt	29
	Allgemeines & Wohnbereich	30
	Die Küche	55
	Das Badezimmer	91
	Keller und Waschküche	108
	Garten, Terrasse, Balkon und Fensterbrett	115
III	Besser Einkaufen	149
IV	Freizeit & Halligalli	175

II

PLANETRETTUNG IN DEN
EIGENEN VIER WÄNDEN:

Der Haushalt

Allgemeines & Wohnbereich

010 Papier-Spartipps für uns, Schonzeit für die Wälder

In Abschnitt 007 haben wir gelernt, dass uns unter den Müllsorten besonders auch das Papier am Herzen liegen sollte. Wir werden in Zukunft beispielsweise viel mehr Holz zum Bauen benötigen, da müssen wir eben woanders sparen. Und beim Papier geht das eigentlich sehr einfach. Einige konkrete Ideen zum Sparen für zu Hause haben wir hier schon mal zusammengetragen. Das sind nur Denkanstöße, wenn ihr überlegt, wo ihr selbst noch sparen könnt, findet ihr sicherlich noch mehr.

1. Macht **Anti-Werbung-Aufkleber** an den Briefkasten. Wenn ihr die Werbung nicht aktiv lest, ist sie direkt ein Fall für den Müll. Kann man ansonsten auch mit den Nachbarn teilen.
2. **To-go-Becher** aus Papier (oder Schlimmerem!) sind eine Plage. Wenn ihr sowieso immer um dieselbe Zeit am selben Ort euren Kaffee holt, bringt doch einfach einen Becher mit. Die Verkäufer der Becher werden sicher nicht als Erstes aufhören. Das müssen wir sein.

3. Geschenke sind klasse. Und die Überraschung ist größer, wenn sie eingepackt sind. Aber muss es unbedingt **Geschenkpapier** sein, oder ist eine Zeitung genauso gut? Ein lustiges Bild für die Vorderseite findet sich eigentlich in jeder Ausgabe.
4. Bitte keine **Papiertüten** im Geschäft kaufen! Lohnt sich in den meisten Fällen nicht, und wir altern um Jahre, während wir sie nach Hause tragen und hoffen, dass sie nicht reißen. Und sie reißen oft.
5. Verzichtet zu Hause, so gut es geht, auf **Küchenrollen** und **Servietten** aus Papier. Es gibt Alternativen aus Stoff, die können einfach gewaschen werden.
6. Auch **Papiertaschentücher** sind vermeidbar. Klemmt euch stattdessen mit einer Wäscheklammer die Nase ab. Also, wenn ihr wollt. Oder ihr denkt über Taschentücher aus Stoff nach. Ebenfalls waschbar, kein Müll, viel mehr Stil – Spitze! Ernsthaft. Überlegt es euch. Lukas & Lukas haben ihre damals auf einem Flohmarkt gekauft. Und ja, sie haben ein Karomuster.
7. **Druckt** nicht alles aus. Gilt besonders für die Arbeit oder die Schule. Spart neben Papier auch noch wertvolle Tinte oder Toner.
8. Packt euer Essen in Dosen statt in **Butterbrotpapier**. Schont nicht direkt Bäume, aber andere Gewächse wie Stroh oder Zuckerrohr, aus deren Fasern es gemacht ist.
9. Wenn ihr eure **Spickzettel** winzig klein beschriftet, passt mehr aufs Blatt. Okay, das gilt für alles, was ihr aufschreibt. **Nutzt den Platz effizient**. Beschreibt Vorder- und Rückseite, nutzt Altpapier als Schmierzettel und bringt den Einkaufszettel noch irgendwo in einem Eckchen unter.
10. Verzichtet auf Produkte, die **in Papier eingepackt** sind. Oder in einem Karton, der in einem größeren Karton eingepackt ist und zusätzlich mit Papier ausgestopft wird. Warum zur Hölle erwarten

eigentlich Versandhändler und Möbelhäuser, dass wir ihren Müll wegbringen? Frechheit. Da machen wir nicht mit. Das können wir uns nämlich sparen.

011 Glühbirnen & Co. – ein Lichtquellenranking

Auf einem ehrenhaften, aber ausgedienten **Platz 4**: die klassische **Glühbirne**. Sie macht meist ein warmes Licht, aber sie verbraucht viel zu viel Strom. Da geht so einiges in Wärme über. Und sie soll ja leuchten, nicht heizen.

Ein würdiger **Platz 3** geht an die **Energiesparlampe**. Sie spart schon Energie, nämlich 70 Prozent im Vergleich zur klassischen Birne, und sie macht angenehmes Licht. Aber die Liste ihrer Nachteile ist lang. Sie braucht teilweise einen Moment, bis sie hell ist. Ihre Brenndauer ist nur halb so groß wie bei Platz 2. Und dazu kommt die Entsorgung. Energiesparlampen enthalten Quecksilber (giftig, giftig).

Ein wirklich ausgezeichneter **Platz 2** geht an **LED-Lampen**. Sie brauchen 80 Prozent weniger Strom als normale Glühbirnen. Sie sind sofort hell, haben eine höhere Brenndauer und überstehen mehr Schaltzyklen als Energiesparlampen. Ihre Nachteile: Sie sind teurer als Energiesparlampen, ihr Licht ist teils kälter, und sie enthalten seltene Erden. Aber auf Letztere kann immerhin vielleicht schon bald verzichtet werden.

Platz 1 geht an die **Sonne**. Ja, Leute, was habt ihr denn gedacht! Tageslicht kostet nix, im Gegenteil: Die Sonne hat sogar so viel Energie übrig, dass wir welche davon haben können. For free.

012 Kippschalter gegen Kippunkte (Stromsparen wie die Weltmeister)

Jeder und jede, die sich mit dem Thema Stromsparen beschäftigt* (und das tun wir heutzutage ja alle), landet irgendwann beim Stand-by-Dilemma. Ähnlich wie die unlösbaren Probleme der Mathematik beschäftigt es seit Generationen Heerscharen von Forschenden und Privatpersonen. Dabei ist die Lösung längst gefunden. Wenn jemand, in welchem Rahmen auch immer, über Stromsparen doziert, fällt folgender Satz: „Ich sag euch, der Stand-by-Modus, der zieht so viel Strom, das glaubt mer fei gar net.“ Das gebannt lauschende Publikum hat sofort die üblichen Verdächtigen im Kopf: Fernseher, Kaffeemaschine, PC. Alle auf Stand-By. Verdammt! Doch damit nicht genug, es kommt noch schlimmer: *Alle* Elektrogeräte in deiner Behausung knuspern, knabbern und schlürfen sich genüsslich den Strom rein, wenn du nicht hinsiehst. Alle. Obwohl sie aus sind. Das hängt mit Physik und Widerständen zusammen. Zu allem Unglück ist auch noch eine große Ladekabelverschwörung im Gang. Von Handy-, oder Laptop- bis Zahnbürstenkabel sind alle dabei. Sie laden und laden, selbst wenn es nichts zu laden gibt. Bezahlt werden sie ja schließlich trotzdem. Teile des Publikums sind bereits ungesund farblos im Gesicht, andere schon in Ohnmacht gefallen. Das ganze sinnlos ausgegebene Geld, die ganzen unnötigen Schäden an der

-
- * - „Ganz kurz mal eben, Lukas. Warum sollte man sich noch mal mit Strom sparen beschäftigen?“
- „Weil viele nicht ausschließlich grünen Strom verbrauchen, Kohle-, Gas- und Atomstrom bäh sind und der Natur schaden, wodurch wir bestimmte Kippunkte schneller erreichen, und weil auch grüne Energie nicht unendlich verfügbar und daher kostbar ist, Lukas.“
 - „Ah. Danke.“
 - „Bitte.“

Natur, die zum Teil verminderte Lebensdauer der Geräte – und das alles nur, damit mir mein Fernseher signalisiert, dass er potenziell jederzeit loslegen könnte? Damit mein Ladekabel die Luft lädt? Es knistert ja doch nichts.

Meist aber hat die dozierende Person, sofern sie nicht rein sadistisch motiviert ist, auch eine Lösung parat, um das mitgenommene Publikum seelisch und körperlich ein wenig aufzurichten: Man muss einfach nur immer den Stecker von allem rausziehen. Überall und zu jeder Zeit. Der Kreislauf wird unterbrochen, kein Strom fließt mehr, physikalisch unmöglich. „... und darum erhebe ich mein Glas auf die Physik und die gesamte Menschheit, die ...“

HALT! Stoppt den Toast! Auf die Physik können wir trinken, auf die Menschheit vorerst noch nicht. Unser Problem ist noch gar nicht gelöst! Alle wissen doch längst, dass Geräte im Stand-by Strom ziehen, und zum Beispiel das mit den Kabeln ist auch kein Geheimnis. Der Punkt ist nur: Anscheinend hat einfach kein Mensch Bock, jedes einzelne Mal den Stecker rein- und rauszustecken, bevor man irgendwas benutzt. Ist ja auch verständlich, wenn man bedenkt, wo manche Steckdosen ihren Wohnsitz haben (die Lage, die Lage, die Lage).

Zeit also für die wirkliche, die echte Lösung des Problems. Und die lautet: Kippschalter (benannt nach ihrem niederländisch-belgischen Erfinder Kipp Chaltère). Nutzt Mehrfachstecker oder Steckdosenleisten mit einem Kippschalter (leuchtet rot), der den Stromkreislauf schließt, wenn sie eingeschaltet sind, und unterbricht, wenn sie aus sind. Alles was da dran hängt, zieht also keinen Strom mehr, wenn ihr den Schalter umlegt. Nada. Niente. Kein Steckergestocher mehr, keine unliebsamen Kriechübungen, kein „ach, kein Bock, mich zu bücken, ich lass drin“ mehr. Nur noch Schalter umlegen. Du brauchst es grad nicht? KLACK! Du benutzt es später wieder? KLACK! Das willst du verdammt noch mal stecken lassen? ZACK, kannst du! Kippschalter gegen Kippunkte, Baby!

Das Beste an Mehrfachsteckern mit Kippschalter ist: Sie kosten nur wenige Euro. Das Geld für den Strom, den ihr dann nicht mehr ver-

schwendet, habt ihr recht bald wieder drin. Die Umwelt aber freut sich sofort. Also auf geht's, pflastert eure Stromlöcher mit Kippschaltern zu! Am besten alle! *Anyplace, anywhere, Kippschalter.*

013 How low can you go? Bildschirmhelligkeits-Limbo

Wenn ihr das nächste Mal an einem Bildschirm seid, und der moderne Mensch ist das ja recht häufig, dann kontrolliert mal die Bildschirmhelligkeit. Damit könnt ihr viel Energie sparen. Denn je heller das Gerät euch Inhalte anzeigt, umso mehr Strom zieht auch das Gerät. Da wir uns in Phasen des intensiven Bildschirm-Blickkontakts leider meist wenig bewegen, rufen wir jetzt einen kleinen Wettbewerb aus: den Helligkeits-Limbo. How low can *you* go? Musik ab!

- Je niedriger die Helligkeit, desto besser. Das Gerät braucht weniger Energie, und wenn es einen Akku hat, hält der länger.
- Passt die Helligkeit an wechselnde Lichtverhältnisse an, nutzt nicht dauerhaft die helleren Stufen.
- Viele Apps und Systeme bieten einen Dark Mode an. Das ist kein Schurkenmodus, sondern er stellt, vereinfacht gesagt, alle weißen Flächen schwarz dar. Nutzt ihn. Er ist faszinierend. Der Blick in die Tiefen des Bildschirms ist ein anderer.
- Schaut lieber Horrorfilme als Krankenhausserien (weil düsterer). Gut, nicht ganz ernst gemeint, aber uns gefällt der Gedanke.
- Meine eigene Idee:

- Mein bestes Limbo-Ergebnis: _____

014 Heute wäre ein guter Tag, um den Energiesparmodus einzuschalten ...

Hi Leute, ich ... keuch, keuch ... ich bin ein Bote aus der Vergangenheit und bin gerade hergerannt, um euch zu sagen ... japs ... ihr sollt ... luft-schnapp ... *endlich* den Energiesparmodus an euren Geräten benutzen! Fast alle eure ach so modernen Sachen wie Smartphones, Tablets, PCs und so weiter haben einen, aber ihr ... keuch ... ihr nutzt ihn einfach nicht? Seid ihr deppert? Vom Konto soll ich euch sagen, der Stand hätte höher sein können und vom Akku soll ich ausrichten, er hätte ja länger gehalten, aber nein ... *Jetzt* ist der Moment, ihn einzuschalten. Jetzt. Hust. Sofort!

Ist er an? Okay, bitte, bitte lasst ihn auch mal länger an. Sonst muss ich wieder herrennen, und der Weg ist weit, und das Versäumnis ist sowieso schon ärgerlich genug ... Ich sehe, ihr versteht das. Und ich vertraue auf euch! Dann habe ich meine Mission hier erfüllt. Ich haste weiter, Leute, muss denen in 2034 ein dickes Sorry ausrichten! Oder doch nicht? Na ja, es hängt ganz von euch ab.

015 Akku gegen Batterie – 3, 2, 1, FIGHT!

Was ist denn nun eigentlich umweltfreundlicher, ein Akku oder eine Batterie? Damit wir alle vom Gleichen reden: Beide speichern Energie, nur sind Batterien nicht aufladbar, Akkus aber schon. Vorab mal gleich gesagt: Keine der beiden Alternativen ist so richtig umweltfreundlich. Verzichtet deswegen möglichst auf beides, wenn ihr könnt. Bei Neuanschaffungen solltet ihr zum Beispiel überlegen, wo ihr das Gerät überall nutzen wollt und ob ein oldschool Steckdosenanschluss nicht vielleicht

cleverer wäre. Seid ihr etwa in eurer Garage am Handwerkeln, tun es absolut auch Werkzeuge mit Stecker und Kabel. Der Vorteil ist dabei, dass diese meist leistungsfähiger sind und länger halten. Ihr Akku verliert nicht an Power, weil sie keinen Akku haben. Wie sieht's bei eurem Laptop aus? Liegt er nur zu Hause rum, ist aber immer eingesteckt? Oder Rasierer und Elektrozahnbürste? Die nutzen wir sowieso eigentlich nur im Bad. Wenn ihr mal durch die Wohnung geht, findet ihr bestimmt einiges an Geräten, die auch ohne Akku und dafür mit Kabel ganz wunderbar funktionieren würden.

Aber ganz ehrlich, warum sollte man das tun? Akkus und Batterien sind doch der Hammer, und Strom für unterwegs ist Zivilisation, oder?!

Ja, mag schon sein, aber wie oben erwähnt, gibt es keine umweltfreundlichen Akkus und Batterien. Sie bestehen aus Nickel, Cadmium, Lithium und anderem Zeug, das sich nicht einfach materialisiert. Sondern es muss irgendwo abgebaut werden. Mit viel Aufwand und Folgen für die Umwelt und Menschen vor Ort. Deutlicher Minuspunkt. Außerdem dürfen sie nicht in den Hausmüll, sondern müssen fachgerecht entsorgt werden. Wegen der schädlichen Stoffe. Wir hoffen mal, ihr hört beziehungsweise lest gerade nicht zum ersten Mal davon. Falls doch: In den meisten Supermärkten kann man Batterien kostenlos abgeben; Akkus nimmt der Händler, bei dem ihr sie gekauft habt, zurück.

Aber was ist jetzt genau das geringere Übel, Akku oder Batterie?

Die Antwort haben wir in Form eines kleinen Quiz für euch vorbereitet. Bereit? Das eine kann man so 500- bis 1.000-mal aufladen, das andere braucht bei der Produktion 500-mal so viel Energie, wie später drinsteckt.

Klarer Sieg für [Trommelwirbel] den Akku. Aber auch die Batterie sollten wir nicht ganz abschreiben. Akkus sind nämlich vor allem sinnvoll für Geräte, die viel Strom verbrauchen oder die häufig benutzt werden. Batterien hingegen funktionieren besser in Geräten, die nicht so oft

genutzt werden. Sie halten die Ladung besser und kommen daher zum Beispiel in Fernbedienungen zum Einsatz. Oder wie oft in eurem Leben habt ihr schon die Batterien in der Fernbedienung gewechselt?

076 Ein Knigge im Umgang mit Akkus

Weil Akkumulatoren uns den Alltag erleichtern, sollten wir ihnen Respekt erweisen. Aber sie haben auch schlechte Seiten, enthalten beispielsweise giftige Stoffe oder Material, das mit viel Aufwand gewonnen werden muss. Es ist also wichtig, dass Akkus möglichst lange leben, damit wir möglichst wenige von ihnen brauchen. Die gute Nachricht: Wir haben es selbst in der Hand, wie lange so ein Akku lebt. Mit der richtigen Technik beim Laden und Entladen. Technik?! Obernice!

Vorab erst mal: Wenn ihr **Nickel-Cadmium-Akkus** benutzt (gute Lebensdauer, v. a. für akkubetriebene Werkzeuge, aber auch in Elektrospielzeug oder Fernbedienung, giftig, seit 2016 weitestgehend verboten): Nutzt ihn, bis er leer ist, aber vermeidet Tiefenentladungen. Sonst leidet die Lebensdauer, oder ein Memory-Effekt kann eintreten. Dabei merkt sich der Akku, dass er für euch nicht so viel schuftet muss, und tut das in der Folge auch weniger. Übrigens, wenn da steht „giftig“: Das gilt natürlich für Mensch *und* Umwelt. Ist eigentlich blöd, das so zu trennen, wollen wir aber trotzdem betonen.

Die meisten mobilen Elektrogeräte des täglichen Bedarfs wie Smartphones, Tablets, Laptops haben mittlerweile einen **Lithium-Ionen-Akku**. Er kann noch nicht ganz Äonen von Jahren halten (etwa 500 bis 800 Ladezyklen, neuere Modelle wohl bald mehrere 1.000). Lithium-Ionen-Akkus sind beispielsweise den Studierenden, die sie nutzen, ganz ähnlich: Sie fühlen sich am wohlsten, wenn sie zwischen 20 und 80 Prozent voll sind. Ein zu niedriger oder zu hoher Akkustand reduziert die Lebensdauer. Das heißt jetzt aber nicht, dass ihr euer Handy immer für

ein paar Minuten ans Kabel hängen sollte, um im magischen Bereich zu bleiben. Wenn aufladen, dann am Stück, und dann am besten bis knapp über 90 und nicht weiter. Wenn ihr das so macht, spart ihr außerdem den Strom, den das Kabel zieht, auch wenn das Gerät längst voll ist. Das Kabel hört nämlich einfach nicht auf. Es wartet ein bisschen, dann lädt es ein bisschen und wartet und lädt und wartet wieder und lädt dann. Das stresst den Akku zusätzlich, aber so ist das Ladekabel eben. Es heißt ja auch Ladekabel. Und nicht Hängekabel.

Moment, daraus ergibt sich ja, dass das Laden über Nacht gar nicht so klug ist? – Korrekte Einschätzung, Sir, Madam, Sir! Ich kann gar nicht oft genug betonen, wie zutreffend diese Schlussfolgerung ist! – Ja, und wann lade ich mein Handy dann? – Keine Ahnung, Madam, Sir! Das müssen Sie selbst wissen! Mit Verlaub; Madam, Sir!!

Wir kennen euren Tagesablauf nicht. Der ist ja schließlich privat. Aber es wird mit Sicherheit irgendwo ein Zeitfenster geben, um das Handy für eine Weile zu laden, oder? Schaut auch gerne mal auf die Uhr dabei, dann wisst ihr für die nächsten Male, wie viel Zeit ihr einplanen müsst. Besser als über Nacht laden ist ausschalten oder den Flugmodus nutzen und erst am nächsten Tag laden. Funktioniert aber nur, wenn ihr nicht so wichtig seid, dass ihr rund um die Uhr erreichbar sein müsst.

Und wenn ihr euch fancy Schnellladegeräte zugelegt habt, bedenkt bitte zwei Sachen: Erstens stresst Schnellladen den Akku. Wenn ihr Zeit habt, geht es doch lieber gemütlich an mit dem Laden. Zweitens achtet darauf, dass Adapter und Gerät vom gleichen Hersteller sind. Ansonsten sind sie häufig inkompatibel. Das ist ein Fremdwort und bedeutet hier so viel wie „Ressourcenverschwendung“, „rausgeschmissenes Geld“, „Mist, das muss ich umtauschen“.

Ganz liebe Grüße und denkt wie immer beim Thema Technik daran: Meistens sitzt das Problem ja *vor* dem Rechner, hahaha. Wir sehen uns in irgendwelchen Foren!

017 Luxusproblem: Computer vs. Laptop (vs. Tablet)

Egal ob ihr die Vorlesung noch mal durchgeht, chattet, arbeitet oder einfach nur im Internet abhängt (das sogenannte Surfen) – moderne Menschen machen unfassbar viel am Rechner. Manche von uns stundenlang, jeden Tag. Dabei kommt es mitunter zu einem echten Luxusproblem. Aber auch die wollen gelöst werden: Nutzt ihr, wenn ihr die Wahl habt, lieber einen Laptop oder den Computer?

Ganz klar: Aus Nachhaltigkeitsperspektive macht der Laptop mehr Sinn. Trotz Akku, denn er hängt nicht permanent am Strom und funktioniert trotzdem. Außerdem: kleinerer Bildschirm, weniger Verbrauch. Das ist sowieso eine gute Faustregel. Ihr könnt sie euch merken, müsst sie aber nicht aufschreiben, das haben wir ja schon gemacht. Wer schon Ableitungen in der Schule hatte, weiß dann auch, dass es folglich am meisten Sinn machen würde, das Handy zu nutzen. Nur geht das eben nicht immer. Aber vielleicht ja das Tablet?

Okay, okay, nicht alle haben so viel Technik im Haus. Ist ja auch besser so. Aber zurück zu Laptop und stationärem Computer: Wenn es gut läuft, spart ihr euch in einem Jahr im Schnitt ein Viertel an Energie. Und ihr wisst ja: Wer Strom spart, spart Geld, spart CO₂.

Und jetzt wollen wir auch gar nicht länger stören, ihr habt bestimmt viel zu tun, sitzt ja nicht ohne Grund am Bildschirm. Oder seid ihr da etwa am Daddeln? He!

018 Fragen, die uns nachts nicht schlafen lassen – was genau macht das Eco-Programm?

Habt ihr auch schon mal nach einer längeren Diskussion mit eurer Waschmaschine oder Spülmaschine nachts wach gelegen? Ist euer Blick auch auf das kleine, schelmisch leuchtende Eco-Programm gefallen, und ihr konntet absolut nichts damit anfangen? Echt Cooler Operationsmodus? Edle Charaktervolle Objekte? Was zur Hölle ist das Eco-Programm? Warum braucht das länger als normal und ist das wirklich umweltfreundlicher?

Dazu müsst ihr wissen, dass beim Waschen in der Spül- oder Waschmaschine am meisten Energie für die Erhitzung des Wassers benötigt wird. Das Eco-Programm heizt das Wasser nicht ganz so hoch und etwas langsamer, braucht aber dafür eben mehr Zeit. Zur Veranschaulichung: Ihr wollt ins Kino, zu Freunden oder sonst irgendwie von A nach B. Ihr könnt die Strecke sprinten, seid schneller da, aber verbraucht auch viel Energie und müsst erst mal ins Sauerstoffzelt. Oder ihr schlendert gemütlich, verbraucht weniger Energie und kommt dafür später, aber tiefenentspannt an.

Es kommt natürlich darauf an, was ihr für eine Maschine benutzt, aber mit dem umweltschonenden Programm könnt ihr euch schon mal die Hälfte (!) der Energie sparen. Was auch wieder bares Geld ist. Wenn ihr euch ganz sicher sein wollt, was das Programm bei euch bringt, schaut in die Bedienungsanleitung eures Geräts. Wenn ihr sie findet. Gib'ts aber auch im Internet.

Es ist also super für euch, für die nicht benötigte Energie und das möglicherweise gesparte Wasser. Und wenn ihr aus Versehen mal wieder das „normale Programm“ gewählt habt: Das macht gar nix, solltet ihr sogar zumindest ab und zu. Denn mit Vollwaschmittel beziehungsweise Spülmaschinenreiniger und einem etwas wärmeren Durchlauf werden

Rückstände besser entfernt, und das Geräteinnenleben wird gereinigt. Auch wieder nachhaltig. Dann können wir ja jetzt beruhigt alle schlafen gehen.

019 Wo sind die ganzen Pluszeichen hin? – Effizienzklassen erklärt

1995 wurde die Energieeffizienz erfunden. Also fast. Da wurden zumindest entsprechende Labels auf Elektrogeräten eingeführt. Und das ist auch gut so, denn sie zeigen uns an, wie gut das Gerät dann in der alltäglichen Nutzung für Umwelt und Geldbeutel ist. Durch den sogenannten Fortschritt wurden die Geräte allerdings effizienter (was gut ist) und rutschten in die Spitzengruppe A (die als gut gilt). Weil die Geräte, die sich fortan in Gruppe A tummelten, sich in ihrer Effizienz untereinander weiterhin stark unterschieden, wurde einfach ein Plus für besonders gute Geräte angehängt. Und mit den Jahren dann noch eins. Und noch eins. Das hat zu Verwirrung geführt, weil Klasse A sich zwar noch spitze angehört hat, es aber schon längst nicht mehr war.

Damit ist nun (erst mal?) Schluss, zumindest für Geschirrspüler, Waschmaschinen, Waschtrockner, Kühlgeräte, Fernseher und alle Monitore. Denn seit März 2021 gibt es für diese Geräte ein neues Label. Es reicht nur noch von A bis G. Wir nehmen uns ein Minütchen und gedenken aller Pluszeichen, die uns verlassen haben. Eure Geräte zu Hause werden dadurch um ein paar Stufen zurückfallen. Denn alle Geräte werden neu bewertet, bevor sie das neue Label erhalten. Die neue Berechnungsmethode verwendet mehr Variablen und soll dadurch realistischer sein. Spontan kann also niemand sagen, ob euer altes A+-Gerät nun genau in C oder D fällt. Außerdem bleiben die obersten Stufen noch frei, um den Herstellern Spielraum nach oben zu lassen. Ein zutiefst sportlicher Gedanke, wie wir finden – schließlich verkündet man

auch nicht *vor* einem Wettrennen, wer gewonnen hat, zumindest wenn noch jemand mitmachen soll. Und wenn wir das nicht so machen würden, müssten wir in ein paar Jahren wieder die Pluszeichen reanimieren. Wäre aber okay für uns. Mehr Effizienz geht immer.

War euer Lieblingselektrogerät noch nicht dabei? Für Trockner, Staubsauger und Backöfen soll das Label 2024 kommen. Heizungen und Klimaanlage bekommen ihres voraussichtlich 2026.

Wer die Jacke jetzt schon anhat und gerade neue Elektrogeräte shoppen gehen wollte, sollte sich noch mal kurz hinsetzen und durchatmen. Holt euch am besten dann ein neues Gerät, wenn das alte wirklich nichts mehr hergibt. Denn Herstellung und Transport der Geräte benötigen viel Energie. Wenn ihr euch doch ein neues Gerät anschaffen müsst, dann geht vor wie knüppelharte Unternehmensberatungen: Schaut zuallererst auf die Effizienz. Was euch die Labels darüber so erzählen, wisst ihr ja jetzt.

020 Fuß vom Gas! – zu Hause richtig heizen

Zum guten Heizen gehören natürlich auch eine gute Dämmung am Haus und eine Heizung, die nicht gerade durch Öl betrieben wird. Wenn ihr könnt, geht das an. Wie auch immer, für solche kostspieligen und großen Projekte sind wir ja nicht hier. Hier geht's um Alltägliches, nicht um einen Ausflug ins Heizungsinstallationswesen. Heizen ist was sehr Alltägliches. Und man glaubt gar nicht, wie viel Energie wir dafür raushauen: Ein durchschnittliches Einfamilienhaus verwendet rund drei Viertel (und mehr!) seiner Energie für die Bereitstellung von Wärme (Warmwasser, Raumwärme). Also mal ganz kurz Fuß vom Gas und sacken lassen. Drei Viertel. Mehr als alle Geräte und Beleuchtung zusammen. Wow. Okay, haben sich alle gefangen? Eigentlich können wir uns sogar

freuen, denn wir müssen einfach nur unser Heizverhalten optimieren (in Wirklichkeit sind es nämlich gar nicht die Häuser, die die Energie brauchen, sondern wir). Wer Heizenergie spart, hebelt am ganz großen Hebel. Je nachdem, wie ihr heizt, macht sich das in Umwelt *und* Geldbeutel bemerkbar.

Um die volle Heizwirkungen zu entfalten, solltet ihr darauf achten, dass die Heizkörper entlüftet sind (wir machen das mit euch in Abschnitt 021). Und denkt daran, die Feng-Shui-Energien fließen zu lassen (023).

Heizungsbasiswissen, Kursus I: Was die Zahlen bedeuten

Jeder Zahl ist eine bestimmte Gradzahl zugeordnet, die ihr am Thermostat der Heizung einstellen könnt.

Schneeflocke:	5 Grad (verhindert Einfrieren)
Stufe 1:	ca. 12 Grad
Stufe 2:	ca. 16 Grad
Stufe 3:	ca. 20 Grad
Stufe 4:	ca. 24 Grad
Stufe 5:	ca. 28 Grad

Heizungsbasiswissen, Kursus II: Konkrete Umsetzung

1. Heizt nicht im Sommer, das wäre in den allermeisten Fällen hochgradiger Unfug. Die Hauptsaison fürs Heizen ist von Mitte Oktober bis Mitte April (also je nachdem, wie das mit dem Klima so weitergeht). Wenn es außerhalb dieser Zeiten kalt ist, könnt ihr die Heizung natürlich trotzdem anmachen. **Heizen mit Augenmaß**, darauf kommt es an.
2. Fenster auf Kipp sind die natürlichen Erzfeinde jeder Heizung. Sie sorgen weniger für frische Luft und mehr für auskühlende Wände.

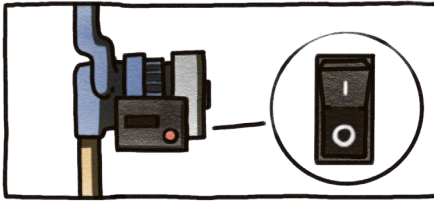
Viel besser: Fenster ein paarmal am Tag aufreißen und **stoßlüften**, währenddessen die Heizung ausmachen.

3. Heizt eure Räume **nach Bedarf**. Zimmer, in denen ihr euch nie oder nur ganz selten aufhaltet, sind erstens ein Luxusproblem (wir sind ein wenig neidisch) und müssen zweitens nicht dauerhaft beheizt werden. Die Schneeflocke ist hier das Symbol der Wahl.
4. Nutzt verschiedene **Richtwerte** für zu Hause: Im Wohnzimmer, wo wir uns die meiste Zeit aufhalten, darf es schon angenehme 20 Grad haben. Im Schlafzimmer darf es für geruhsame Nächte mit 18 Grad ruhig etwas kühler sein. Im Bad gerne wärmer, hier sind 22-23 Grad passend. Für die Küche reichen auch wieder 18 Grad, da Külschrank und Backofen Wärme abgeben und gleich mitheizen. Ihr kennt das sicher, wenn es beim Kochen mal wieder zu warm wird. Sind, wie gesagt, alles nur Richtwerte, passt sie ruhig an eure Bedürfnisse an. Aber denkt daran: Jeder eingesparte Grad macht einen großen Unterschied. Wie beim Klima eigentlich.
5. Haben wir die richtige Temperatur erreicht, wollen wir sie auch im Raum halten. Schaut also, dass die **Türen** zu den anderen Räumen zu sind und auch dichthalten, damit die Wärme nicht entweichen kann. Zur Not legt ihr einen Zugluftstopper davor.
6. Manchmal sind eine **Decke** und jemand zum Kuschneln viel kuscheliger, als die Heizung hochzudrehen.
7. Oder ein Tässchen/Kännchen **Tee**.
8. Fenster lassen einiges an Wärme durch, deshalb abends: **Rollläden** runter, Vorhänge zu! Das isoliert und hält die Wärme.
9. Nach dem Hochdrehen auch wieder **runterdrehen**. Klingt trivial, aber denkt bitte trotzdem daran: Wenn ihr einen Raum (die Wohnung, das Anwesen) länger verlasst, muss es darin auch nicht so warm sein. Für wen denn? Wenn überhaupt, dann nur für die Katz.

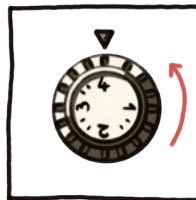
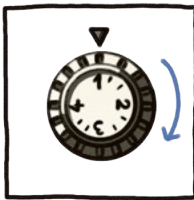
So. Wir haben euch jetzt diesen recht großen Hebel gegeben. Bitte geht verantwortungsvoll damit um. Und haut auf nichts ein. Außer es ist eure ausgediente fossile Anlage. Ganz viel Spaß beim Hebeln. Und beim Geldsparen. Und beim Umwelt schützen.

021 Ist die Luft so richtig raus? Heizung entlüften

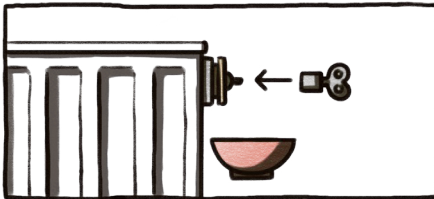
Wenn die Heizung Geräusche macht, nicht warm wird, kalt bleibt und generell einmal vor Beginn der Heizperiode, sollte sie entlüftet werden. Was man dazu braucht: Lappen, Schüssel, Zange oder Entlüftungsschlüssel je nach Ventil.



Im Eigenheim:
Umwälzpumpe abstellen, sitzt meistens neben dem Heizkessel, integriert ins Rohrsystem. ca. 1 Stunde warten



Im Mehrfamilienhaus:
Heizung abdrehen
Im Eigenheim:
Heizung voll aufdrehen



Schüssel unter das Entlüftungsventil und die Zange oder den Entlüftungsschlüssel nehmen.

Das Klima schützen und dabei jede Menge Spaß haben – das können Lukas Gisbrecht und Lukas Wittmann gut. Denn wer sagt denn, dass Klimaschutz nicht lustig sein darf? Mit ihren 101 Ideen für mehr Nachhaltigkeit im Alltag haben die beiden Autoren jede Menge Tipps und Tricks parat, wie man mit einfachen Mitteln etwas für den Klimaschutz tun kann und dabei dennoch den größten Effekt herausholt. Und zwar da, wo wir es alle selbst in der Hand haben: im Haushalt, beim Einkaufen und in der Freizeit.

Jede der 101 Lektionen wird dabei von Grund auf behandelt: Welche Missstände gibt es, worin liegen die Ursachen, und was kann man dagegen tun? Locker-leicht und sensationell spaßig wird so der gesamte Alltag in den Blick genommen. Eine Achterbahnfahrt durch den nachhaltigen Lebensstil – weil Erderetten definitiv mehr Spaß macht, wenn es lustig ist!

