



Marcus Franken, Monika Götze  
**Einfach öko**

*Besser leben, nachhaltig wohnen! 200 Tipps,  
die wirklich was bringen*

192 Seiten, Softcover,  
ISBN 978-3-86581-836-2,  
20,00 € (D).  
Auch als E-Book erhältlich.

## Vom Klima-Gangster zum Öko-Helden

Die eigenen Klimaemissionen um die Hälfte senken und im Idealfall mehr als 1.000 Euro jährlich sparen – geht nicht? Geht! Und zwar zu Hause, in unserem Alltag.

Mit 200 intelligenten und bisweilen überraschenden Tipps unterstützt der Ratgeber »Einfach öko« dabei, unsere persönliche Umweltbilanz aufzubessern. Ohne erhobenen Zeigefinger – aber das globale Zwei-Grad-Ziel immer fest im Blick.

Wir leben in politisch unsicheren Zeiten. Ein Klimawandel-Skeptiker regiert das mächtigste Land der Welt und der Ruf nach Nachhaltigkeit hat es im allgemeinen Getöse schwer, Gehör zu finden. Grund genug, sich nicht entmutigen zu lassen! Denn gerade jetzt zählt der persönliche Einsatz doppelt. Mit dem neuen Ratgeber »Einfach öko. Besser leben, nachhaltig wohnen! 200 Tipps, die wirklich was bringen« (ET 20.03.2017) gelingt der Einstieg in ein nachhaltige(re)s Leben. Jede\*r kann da ansetzen, wo es am besten passt, wo es besonders leicht fällt, Spaß macht und wo man am meisten für die Umwelt erreicht.

Schritt für Schritt und Raum für Raum führt das Buch durch die eigenen vier Wände. Von der Küche über das Arbeitszimmer bis zum Balkon zeigt es, wo wir anpacken können und wo es sich wirklich lohnt, etwas zu ändern. Ob Ernährung, Energie, IT, Elektronik, Shopping, Alltagsmobilität oder Kleidung – wissenschaftlich fundiert und praxiserfahren liefern Marcus Franken und Monika Götze Tipps und Inspirationen für jeden Alltagsbereich. Überraschend: Mit so manchem Öko-Mythos wird aufgeräumt. Denn wer hätte gedacht, dass es sich für die Umwelt sehr wohl lohnen kann, auf ein neues Auto zu setzen, auf Frischhaltefolie statt auf die vielgelobte Brotzeitbox, auf Plastiktüten statt immer mehr Stoffbeutel? Und dass der Wäschetrockner manchmal die bessere Wahl ist und das so beliebte Wassersparen hierzulande reichlich überbewertet?

»Öko werden ist gar nicht schwer«, so die Autoren. »Wer mitmacht, wird zwar ein paar Gewohnheiten über Bord werfen, jedoch nicht das ganze Leben auf den Kopf stellen müssen.« Zusätzliche Motivation: mit »öko« richtig Geld sparen – bis zu 100 Euro für Strom in der Küche, 40 Euro beim Waschen und Spülen (insgesamt bei Strom sogar bis zu 250 Euro), 430 Euro beim Heizen. Unglaublich: Allein Stromfresser wie Heizlüfter, Deckenfluter, Klimaanlage oder Plasma-TV stehen mit bis zu 640 Euro auf der Rechnung, das meiste davon lässt sich einsparen. Und wer das gesparte Geld anschließend sinnvoll investiert, etwa in Biolebensmittel, ein schickes Lastenfahrrad oder fair produzierte Klamotten, setzt noch einen drauf auf die Ökobilanz.

»Einfach öko« ist der Ratgeber für alle, die sich selbst, ihren Kindern und der Welt da draußen etwas Gutes tun wollen, die Wert auf ein gesundes, ökologisches Zuhause legen und die Lust haben, Ihren Alltag einem Nachhaltigkeitscheck zu unterziehen.



© Hermann Bredehorst

## Marcus Franken

Marcus Franken befasst sich seit mehr als einem Jahrzehnt intensiv mit Umwelt- und Energiefragen. Der Umwelttechniker und ehemalige Chefredakteur des Magazins zeo2 ist Autor von Nachhaltigkeitsratgebern, etwa zu Fragen des Energiesparens.



© Monika Götze

## Monika Götze

Monika Götze hat Technischen Umweltschutz studiert. Nach mehreren Jahren als Energieexpertin bei der Boston Consulting Group (BCG) leitet sie heute das Abgeordnetenbüro eines Umwelt- und Energiepolitikern in Berlin. Darüber hinaus ist sie Autorin des »Energiesparbuchs« der Stiftung Warentest.

## Pressestimmen

»„Einfach öko“ ist nicht nur ein Titel, sondern eine Lebenseinstellung.«  
Anna Karolina Stock, Donna Magazin

»„Einfach öko“ ist (...) eine Öko-Fibel. Es ist der perfekte Einstieg in das Thema nachhaltiger Alltag. Die Aufmachung ist ansprechend, die Texte kurzweilig und die (...) Link- und Buchtipps laden dazu ein, tiefer einzusteigen. (...) Es ist damit das ideale Buch für alle, die grüner leben wollen und noch nicht so recht wissen, wo und wie sie anfangen sollen.«  
Vincent Halang, enorm Magazin (online)

»Nachhaltigkeitsanfänger erfahren, wo sie ansetzen können – wo es besonders leicht fällt oder womit sie ihre Lebensqualität verbessern. Aber auch Ökoprofis dürften an der einen oder anderen Stelle noch Neues erfahren.«  
Beate Willms, zeozwei

»Dies ist ein wichtiges und bedeutsames Buch (...) uneingeschränkt empfehlenswert.«  
Erik Petersen, umwelt-medizin-gesellschaft

»Die Themenbandbreite ist immens, auch darüber war ich positiv überrascht. Man bekommt wirklich eine ganze Menge für sein Geld geboten, das Buch ist jeden Cent wert!«  
Patrick Bolk, berlinbio (online)