

*Betreff:***Klimasparbuch Braunschweig erscheint***Organisationseinheit:*

Dezernat VIII

68 Fachbereich Umwelt

Datum:

15.06.2021

Adressat der Mitteilung:

Planungs- und Umweltausschuss (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 112 Wabe-Schunter-Beberbach (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 113 Hondelage (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 114 Volkmarode (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 120 Östliches Ringgebiet (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 131 Innenstadt (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 132 Viewegsgarten-Bebelhof (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 211 Stöckheim-Leiferde (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 212 Heidberg-Melverode (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 213 Südstadt-Rautheim-Mascherode (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 221 Weststadt (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 222 Timmerlah-Geitelde-Stiddien (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 223 Broitzern (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 224 Rüningen (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 310 Westliches Ringgebiet (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 321 Lehdorf-Watenbüttel (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 322 Veltenhof-Rühme (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 323 Wenden-Thune-Harxbüttel (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 331 Nordstadt (zur Kenntnis)

Stadtbezirksrat im Stadtbezirk 332 Schunteraue (zur Kenntnis)

Mitteilungen außerhalb von Sitzungen (zur Kenntnis)

Sachverhalt:Hintergrund

Die Verwaltung wurde im Februar diesen Jahres beauftragt, das Klimasparbuch Braunschweig mit den Themenschwerpunkten Ernährung, Konsum, Mobilität sowie Bauen & Wohnen zu erstellen (Drs. 21-15081). Nun ist das Klimasparbuch fertiggestellt und wird zeitnah ausgegeben bzw. veröffentlicht.

Das Klimaspargbuch Braunschweig

Das Klimaspargbuch ist Ratgeber und Gutscheinbuch zugleich und macht mit alltags-tauglichen Klimatipps Lust auf einen ökologischeren Lebensstil.

Das Klimaspargbuch erscheint am 23. Juni in einer Auflage von 10.000 gedruckten Exemplaren und ist auch online abrufbar. Die gedruckten Exemplare mit Gutscheinen sind kostenlos in der Bürgerberatung (Reichsstraße 3), der Touristinfo (Kleine Burg 14), im Fachbereich Umwelt (Richard-Wagner-Straße 1), in der Energieberatungsstelle der Stadt Braunschweig (Langer Hof 8) sowie bei allen Gutscheinpartner*innen erhältlich. Auch Online wird das Klimaspargbuch ab kommender Woche abrufbar sein unter www.braunschweig.de/klimaspargbuch.

Herlitschke

Anlage/n:

PDF-Dokument des Klimaspargbuchs

Braunschweig
Löwenstadt



Klima Sparbuch

Braunschweig



- › **Klimatipps** für den ökofairen Alltag
- › **Attraktive Gutscheine** zum Ausprobieren
- › **Geld und Energie** sparen

Jede Kilowatt- stunde zählt!

*BS|Naturstrom Gold – 1 ct pro kWh
für Klimaschutzprojekte in der Region.*

kWh



Jetzt wechseln!



Ulrich Markurth

Oberbürgermeister der
Stadt Braunschweig

Wie wichtig ist Klimaschutz für Braunschweig?

Da etwa 80 Prozent der globalen Emissionen an Treibhausgasen in urbanen Zentren anfallen, besitzt das

Thema bei uns einen außerordentlich hohen Stellenwert.

Wie sieht Braunschweigs Beitrag zum Pariser Klimaschutzabkommen aus?

Die angestrebte Senkung der Treibhausgas-Emissionen um 40 Prozent werden wir voraussichtlich im Jahr 2022 erreichen. Einen wichtigen Beitrag dazu leistet unser Energieversorger, der durch neue Kraftwerksanlagen den Kohleausstieg vollzieht. Zudem streben wir bis 2050 an, unseren Energieverbrauch zu 50 Prozent aus Solarenergie zu decken. Unser neues Klimaschutzkonzept sieht weitere Maßnahmen vor – etwa im Bereich nachhaltiger Mobilität, durch die Braunschweig dazu beitragen wird, das 1,5°C-Ziel des Pariser Klimaschutzabkommens zu erreichen.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Ich wünsche mir, dass es uns gelingt, den Klimaschutz nicht nur im »Konzern Stadt« Braunschweig, sondern auch in der Mitte der Gesellschaft zu verankern und ihn damit immer stärker in unseren Alltag zu integrieren. Jede Initiative zählt!

Von Paris nach Braunschweig

Als sich die Staaten in Paris auf das Klimaschutzabkommen und damit die Begrenzung der zusätzlichen Erderwärmung um höchstens 1,5 °C einigten, definierten sie auch die Rahmenbedingungen für den Klimaschutz in deutschen Städten. Vor diesem Hintergrund soll in Braunschweig das Klimaschutzkonzept 2.0 im Laufe dieses Jahres beschlossen werden.

Grundlage des Klimaschutzkonzeptes 2.0 ist das für Braunschweig ermittelte CO₂-Budget – also Braunschweigs Teil vom weltweiten CO₂-Kuchen. Auf dieser Basis lässt sich bestimmen, wie viele fossile Energieträger noch verbrannt werden dürfen. Bis zum Jahr



2050 sollen einerseits die CO₂-Emissionen im Verkehr, beim Strom und der Wärme halbiert werden, andererseits sollen Erneuerbare Energien und Elektromobilität ausgebaut werden. Zudem soll im Bereich des privaten Konsums die Reduktion des ökologischen Fußabdrucks gefördert werden. Hierfür ist das Klimaschutzbuch ein bedeutender Baustein.

Die Maßnahmen erfordern ausreichende Kapazitäten im Handwerk, wirtschaftliche Anreize und Mut zur Umsetzung. Im Gespräch mit Bürger*innen, Expert*innen sowie Vertreter*innen aus Politik und Verwaltung wurden zu den Themen »Energieversorgung«, »Gebäude, Wohnen und Stadtplanung«, »Verkehr & Mobilität«, »Wirtschaft & Industrie«, »Politik & Verwaltung« und »Alltag & Konsum« Maßnahmen erarbeitet. In einem nächsten Schritt wurden die zu erwartenden CO₂-Ersparnisse dieser Maßnahmen möglichst genau quantifiziert.


Ziel des Klimaschutzkonzeptes 2.0 ist es, eine Vorstellung von der Größenordnung, in der sich Klimaschutz bewegen muss, und von den Stellschrauben zu liefern, die es zu drehen gilt. Auf diese Weise bietet es der Braunschweiger Politik und Verwaltung eine gute Orientierung.

Weitere Informationen zum Klimaschutz in Braunschweig, zur städtischen Energieberatungsstelle und zum Förderprogramm für regenerative Energien finden Sie unter [braunschweig.de/klimaschutz](https://www.braunschweig.de/klimaschutz)

Die wirkungsvollsten Klimatipps

Haben Sie im Moment wenig Zeit oder Lust, viele Dinge gleichzeitig in Ihrem Leben zu verändern? Dann kümmern Sie sich erst einmal um die Punkte mit der größten Klimaschutzwirkung. Die ersten fünf sind ohne Investitionen umsetzbar. Nummer zehn – die Kompensation – ist für Notfälle. Denn Vermeiden kommt vor Ausgleichen.

- 1** Wechseln Sie zu einem hochwertigen Ökostrom-Produkt, zum Beispiel mit dem Gütesiegel ok-power.
- 2** Überdenken Sie Ihr Konsumverhalten: Kaufen Sie nur die Dinge, die Sie wirklich brauchen. Achten Sie beim Einkaufen auf Energieverbrauch und Langlebigkeit der Produkte.
- 3** Lassen Sie das Auto häufiger stehen und fahren Sie mit Fahrrad, Bus oder Bahn. Teilen Sie sich ein Auto mit anderen, fahren Sie spritsparend und vor allem: Verzichten Sie so oft es geht auf Flugreisen.
- 4** Ernähren Sie sich klimafreundlich: Reduzieren Sie tierische Nahrungsmittel, kaufen Sie Bio-Produkte – möglichst aus der Region. Verzichten Sie auf stark verarbeitete Lebensmittel und auf unnötige Verpackungen.
- 5** Sparen Sie Heizenergie. Achten Sie auf dichte Fenster, lassen Sie Heizung und Heizkörper regelmäßig überprüfen und probieren Sie es mal mit einer Absenkung der Raumtemperatur.



6 Sollten Sie ein Haus oder eine Eigentumswohnung besitzen:
Ersetzen Sie undichte Fenster durch neue und tauschen Sie
Heizung oder Heizungspumpe aus.

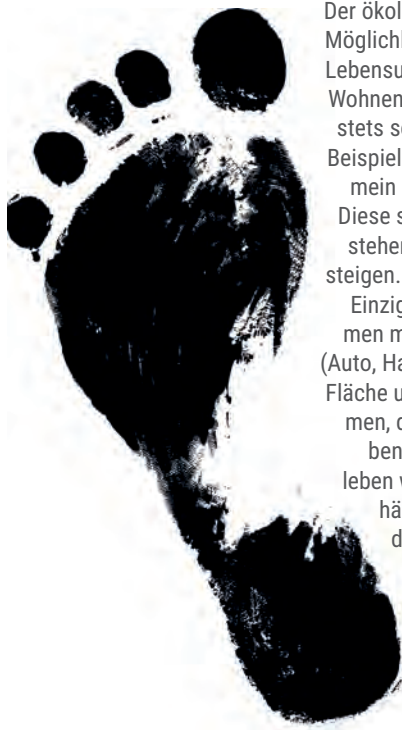
7 Wenn Carsharing keine Option ist, achten Sie beim Neukauf
Ihres Autos auf einen möglichst geringen CO₂-Ausstoß:
Prüfen Sie, ob Antrieb, Motorleistung und Größe des Wagens
alltagstauglich und für Ihren Gebrauch angemessen sind.

8 Investieren Sie in ökologische Projekte. Lassen Sie Ihr Geld
für den Klimaschutz arbeiten und freuen Sie sich mit gutem
Gewissen über die Rendite.

9 Schaffen Sie sich stromsparende Geräte an: Kühlschrank,
Computer und Waschmaschine reduzieren Ihre Stromkosten
deutlich, wenn sie energieeffizient arbeiten. Und schalten Sie
Stand-by-Geräte ganz ab – mit einer Steckerleiste mit Schalter.

10 Kompensieren Sie Ihren
Ausstoß klimaschädli-
cher Gase. Über eine freiwillige
Abgabe können Sie Klimaschutz-
projekte fördern.

Der ökologische Fußabdruck



Der ökologische Fußabdruck ist eine Möglichkeit das eigene Verhalten im Lebensumfeld (Ernährung, Mobilität, Wohnen, etc.) zu bewerten. Er sollte stets so klein wie möglich sein. Ein Beispiel: Der Anbau von Getreide für mein Müsli benötigt Anbaufläche. Diese sollte aber die zur Verfügung stehenden Ressourcen nicht übersteigen. Müsli ist natürlich nicht das Einzige, das ich esse und so kommen mit anderen Lebensbereichen (Auto, Handy, etc.) eine beträchtliche Fläche und viele Ressourcen zusammen, die ich für meinen Lebensstil benötige. Durch diesen Konsum leben wir generell über unsere Verhältnisse. Das zeigt jedes Jahr der Earth Overshoot Day oder »Erdüberlastungstag«: Das ist der Tag, an dem unsere Ressourcen, die uns für ein Jahr zur Verfügung stehen, aufgebraucht sind. Dieser Tag rückt jedes Jahr weiter nach vorne. 2020 war er z. B. am 22. August. Unter fussabdruck.de kann der eigene Fußabdruck berechnet werden.

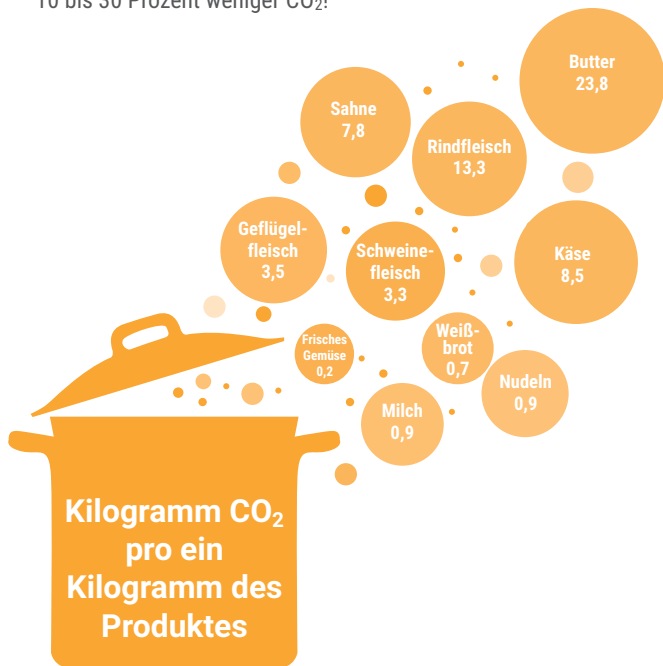
Gesünder essen und genießen



Werden Sie mit unseren Anregungen zum Klimagourmet und lassen Sie sich überraschen, wie einfach, vielfältig und genussreich eine klimaschonende Ernährung sein kann. Lebensmittel aus regionaler und biologischer Erzeugung gibt es zum Glück beinahe an jeder Ecke. Alle Braunschweiger Bio- und Hofläden finden Sie z. B. unter langgedacht.de > Bio- & Hofläden. Nachhaltige Gastronomieangebote gibt es unter langgedacht.de > Gastronomie.

Zu Tisch, bitte!

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





Alles verwerten

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 können Sie ebenfalls im Salat verspeisen wie den Strunk von Brokkoli – schneiden Sie bei Letzterem nur das holzige Ende weg.

Wichtig bei »Leaf to Root« ist es, Lebensmittel in Bio-Qualität zu verwenden. Rezepte gibt es z. B. auf waskochen.ch.

Immer mehr Zuspruch bekommt auch die Verwertung des ganzen Tieres. Beim »Nose to Tail«-Trend treten die Filetstücke der Tiere in den Hintergrund und andere tierische Bestandteile wieder ins Rampenlicht. So erleben Innereien wie Hirn und Herz, Leber, Kutteln und Nieren ein Revival.

Rezept für ca. 500 g Pesto

- 1 Bund Karottengrün
- 250 g Nüsse nach Belieben
- 100 g Weißbrot, getrocknet
- 50 ml Öl
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Zitronensaft oder Kräuteressig
- Salz und Pfeffer

Das Karottengrün waschen und gut trocknen. Mit den restlichen Zutaten im Mixer oder Mörser zerkleinern, bis das Pesto cremig ist. Sofort verwenden oder in sterile Gläser abfüllen und mit Öl bedecken.



Die liebe Fleischeslust

Fleisch war früher etwas Besonderes. Heute essen wir es fast täglich – dabei ist die Wertschätzung für das Tier und die Arbeit der Landwirt*innen verloren gegangen. Das Motto müsste »Klasse statt Masse« lauten, also weniger und hochwertigeres Fleisch aus artgerechter Haltung – am besten mit Bio-Siegel.

Umweltfreundlich sind auch Produkte von Tieren, die auf heimischen Weiden Gras fressen – also Rinder, Schafe und Ziegen. Beim Einkauf von regionalen Fleisch- und Wurstwaren von Bauernhöfen aus der Region fallen keine langen Transportwege an. Sie wollen Ihre Macht als Verbraucher*in nutzen und gleichzeitig zur artgerechten Tierhaltung beitragen? Dann stellen Sie sich vor dem Kauf die Fragen: Wo kommt das Fleisch her und wie werden die Tiere gehalten?



Altes Wissen neu entdeckt

Die Ernte ist da, aber wohin mit all dem Obst und Gemüse? Sie haben einen Garten oder sind Teil einer Solidarischen Landwirtschaft – z. B. der Solawi Landwandel (solawi-landwandel.de) oder SoLaWi Dahlum (solawi-dahlum.de)? Dann kochen Sie Ihre Ernte ein und zehren Sie den ganzen Winter von Ihren eigenen Tomaten oder Äpfeln. Auch Gurken, Zucchini oder Kürbis lassen sich leicht einmachen. Vielleicht lieben Sie Sauerkraut und anderes fermentiertes Gemüse? Mit ein bisschen Übung können Sie so Ihre Ernte haltbar und noch schmackhafter machen. Rezepte dazu finden Sie z. B. unter utopia.de, Suchbegriff **Fermentieren: Essen haltbar machen**.

Auch die Sonne hilft Ihnen beim Konservieren: In Scheiben geschnittene Äpfel oder Birnen auf ein großes Tuch gelegt und mehrmals gewendet, werden zum leckeren Snack für die Winterzeit.

Um Lebensmittel vor der Mülltonne zu retten, hat die Stadt Braunschweig außerdem ein Kochbuch mit Resterezepten herausgebracht. Lassen Sie sich unter braunschweig.de, Suchbegriff **Restlos zufrieden** inspirieren!



Saisonkalender

	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 Freilandanbau (erste Wahl) ● aus Lagerung (zweite Wahl)
 ● aus dem Gewächshaus (dritte Wahl)



Gartenglück

Noch frischer geht's nicht: Die selbst angebaute Erdbeere wandert direkt von der Pflanze in Ihren Mund. Wenn Sie Ihr Gemüse und Obst selbst anbauen, wissen Sie immer, unter welchen Bedingungen und mit welchen Mitteln es gewachsen ist. Das geht mit den meisten Pflanzen auf dem Balkon, Hochbeet oder im Garten. Sie haben zu Hause leider keinen Platz dafür?

Im Gemeinschaftsgarten Bebelhof (Schefflerstraße 34) bieten die Volkshochschule und Ehrenamtliche mit Unterstützung der Stadt allen Interessierten die Möglichkeit, mitzugärtnern. In über 100 Hochbeeten werden dort u. a. Obst, Gemüse und Kräuter angepflanzt. Während der Gartensaison finden auch zahlreiche Veranstaltungen und Workshops statt und ab und zu wird auch im selbstgebauten Lehmofen Pizza gebacken (braunschweig.de, Suchbegriff **Stadtgarten Bebelhof**).

Wer gerne mehr über grüne Angebote in Braunschweig wissen möchte, findet unter gemeinwohlwiki-braunschweig.de weitere Infos und Initiativen.



Gratis-Früchte frisch vom Baum

Wen die Lust auf frisches Obst packt, wirft am besten einen Blick auf die Internetseite [mundraub.org](https://www.mundraub.org). Hier sind zahlreiche Bäume und Sträucher in ganz Deutschland verzeichnet, deren Früchte ganz legal gepflückt werden dürfen. Und wenn Sie selbst wissen, wo etwas Essbares auf öffentlichem Grund wächst, dann können Sie Ihre Erntequelle durch einen Eintrag auf der Internetseite mit anderen teilen.

Streuobst kann natürlich nicht nur zu Saft verarbeitet, sondern auch zum Backen genutzt oder einfach frisch gegessen werden. Besonders lang halten regionale Früchte, wenn Sie diese an einem kühlen und dunklen Ort lagern.



Heimisches Superfood

Die vitamin- und nährstoffreichen Lebensmittel sind zurzeit in aller Munde. Für die Gesundheit muss es aber nichts Weitgereistes, wie etwa Quinoa, Avocado oder exotische Açaï-Beeren, sein. Sehen Sie sich um: Mit heimischem Superfood aus Ihrer Umgebung sparen Sie CO₂-Emissionen ein und unterstützen den – im Idealfall ökologischen – Anbau vor Ort. Außerdem schonen Sie dabei auch noch Ihren Geldbeutel, denn »Super Local Food« ist meist viel erschwinglicher als Superfood aus fernen Ländern. Leinsamen kosten etwa nur einen Bruchteil von Chiasamen. Auch Leinöl oder ein Kohlkopf sind günstige heimische Lebensmittel mit vielen gesunden Inhaltsstoffen. Achten Sie dabei auf die Angebote der Saison – unsere Empfehlung lautet: im Winter lieber Kohl, im Sommer lieber Beeren essen. Viele tolle Tipps zu heimischen Superfoods finden Sie z. B. im Buch »Super Local Food«.





Top 10 Die klimafreundlichsten Ernährungstipps

- 1 Möglichst wenig tierische Lebensmittel:** Pflanzliches verursacht bei seiner Herstellung viel weniger CO₂ als Milchprodukte, Eier und Fleisch.
- 2 Saisonal ist erste Wahl:** Der Energieaufwand für Produkte, die saisonal und nicht in beheizten Gewächshäusern angebaut werden, ist bis zu 100 Mal niedriger als der für nicht-saisonale.
- 3 Das Gute liegt so nah:** Greifen Sie bevorzugt zu regionalen Produkten – der Transport eingeflogener Lebensmittel verursacht 250 Mal mehr CO₂ als Waren aus der Region.
- 4 Bio ist besser:** Die ökologische Landwirtschaft verursacht eindeutig weniger CO₂-Emissionen als konventionelle Anbaumethoden.
- 5 Kein Essen für die Tonne:** In jedem Lebensmittel steckt ein großer Energieaufwand für Produktion, Transport, Lagerung und Vermarktung. Der sollte nicht im Mülleimer landen!



- 6 Lieber frisch:** Tiefgekühlte, konservierte und weiterverarbeitete Produkte verursachen mehr CO₂-Emissionen als frische.
- 7 Jedem Topf seinen Deckel:** Die energiesparende Zubereitung und Lagerung von Speisen beeinflusst ihre Klimabilanz enorm.
- 8 Verpackung – weniger ist mehr:** Die Produktion und Entsorgung von Verpackungen aller Art sind sehr energieaufwendig. Wenn es sich nicht vermeiden lässt, lieber Mehrweg- statt Einwegverpackungen wählen.
- 9 Ohne Auto einkaufen:** Wer mit dem Auto zum regionalen Erzeuger fährt, macht schnell die Vorteile einer klimaschonenden Ernährung zunichte. Wenn möglich, lieber zu Fuß oder mit dem (Lasten-)Rad einkaufen.
- 10 Den Fairen Handel unterstützen:** Fairtrade-Kriterien fördern eine nachhaltige und ressourcenschonende Anbauweise. Noch dazu werden soziale Standards eingehalten.

Bewusster leben und konsumieren



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



Stoff geben statt eintüten

Eingeschweißte Gurken, Duschgel-Flaschen und Süßigkeiten – wir nehmen tagtäglich massenweise Plastik- und Verpackungsmüll mit nach Hause. Doch nicht nur das! In vielen Produkten versteckt sich auch sogenanntes Mikroplastik, das sich letztendlich in unseren Gewässern, deren Lebewesen und auch in unserer Nahrung wiederfindet. Auch durch häufiges Waschen von synthetischer Kleidung gelangt Mikroplastik, das nicht herausgefiltert werden kann, in unser Abwasser. Nutzen Sie doch den praktischen Waschbeutel, der synthetische Mikrofasern zurückhält (guppyfriend.com).

Die App »Code Check« und der BUND-Einkaufsratgeber können dabei helfen, verstecktes Mikroplastik in Kosmetika ausfindig zu machen. In vielen Bioläden gibt es zudem schon Wasch- und Putzmittel zum Nachfüllen. Unverpackte Lebensmittel, Haushaltswaren, uvm. finden Sie in Braunschweig bei »Wunderbar unverpackt« in der Fallersleber Straße 36 (wunderbar-unverpackt.de).

Der einen Last, der anderen Freud

Flohmärkte und Secondhandläden sind voller Schätze, günstig und obendrein gut fürs Klima. Wer gebrauchte Waren weiterverwendet, trägt zum Ressourcenschutz bei. Auch Ihre eigenen ungenutzten Schätze können Sie auf Flohmärkten feilbieten. Zahlreiche Flohmarkttermine finden Sie unter langedacht.de > Flohmärkte.

Flohmärkte sind Ihnen zu wuselig? Dann schauen Sie doch bei einem Gebrauchtwarenkaufladen oder Secondhandladen vorbei (langedacht.de > Second Hand)!

Oder tauschen Sie Ihre Sachen im Tausch- und Verschenkeladen »Tauschbar« von Transition Town Braunschweig e. V. in der Chemnitzstraße 7 (wechange.de, Suchbegriff **Tauschbar**). Auch ALBA Braunschweig bietet eine digitale Plattform zum Tauschen und Verschenken (alba-bs.de > Service > Tausch-/Schenkmarkt). Ausgelesene Bücher können Sie bei einem der zahlreichen Bücherregale abgeben oder gegen vorhandene tauschen (openbookcase.de/map).





Think organic – wear organic

Wussten Sie, dass in neu gekaufter Kleidung rund 7.000 Chemikalien stecken?

Dabei macht es keinen Unterschied, ob es sich um teure oder preiswerte Textilien handelt. Manche dieser Substanzen sind hormonell wirksam oder sogar krebserregend. Die Produktion unserer Kleidung sollte die Arbeiterinnen und Arbeiter aber nicht krank machen oder zu Hungerlöhnen erfolgen. Wer Kleidung sucht, die ökologisch und/oder sozial verträglich produziert wurde, kann sich an unten stehenden Siegeln orientieren. Diese setzen verschiedene Schwerpunkte, z. B. auf die Verwendung von Naturfasern, die ohne Pestizide angebaut wurden, das Verbot des Einsatzes umweltschädlicher Chemikalien und/oder die Einhaltung der Vorgaben der Internationalen Arbeiterorganisation zum Schutz von Arbeiterinnen und Arbeitern.

Unter fair-in-braunschweig.de/links finden Sie viele faire und ökologische Angebote in Braunschweig, die nicht nur Kleidung umfassen.





Das Smartphone, ein Weltbürger

Das Mobiltelefon ist ein Weltbürger, wenn es um die Herstellungs-orte seiner Bestandteile geht. In den kleinen Geräten stecken unzählige Seltene Erden sowie weitere wertvolle Rohstoffe, wie z. B. Gold, Silber und Kupfer. Der Metallabbau findet meist unter ausbeuterischen Bedingungen statt und sein Erlös finanziert zudem nicht selten Bürgerkriege. Grund genug, Ihr Mobiltelefon möglichst lange zu nutzen oder gebraucht zu kaufen.

Geht das Handy oder ein anderes Elektrogerät kaputt, muss nicht gleich ein neues her: In Repair-Cafés können Sie sich von Freiwilligen mit dem nötigen Know-how bei der Reparatur helfen lassen. Besuchen Sie doch einmal das Reparaturcafé Braunschweig in der Karlstraße 95. Termine und weitere Infos dazu finden Sie unter reparaturcafe-bs.de.

Ist das Handy irreparabel, können Sie es z. B. in bereitgestellten Sammelboxen in den Kundenzentren der ALBA Braunschweig abgeben (alba-bs.de/home > Abfallratgeber > Elektro- und Elektronikgeräte) oder Sie spenden es an eine Organisation wie den LBV (lbv.de, Suchbegriff **Alte Handys**) oder we4kids (we4kids.de > Projekte > Notfallhandy).



Apps

Einfach nachhaltig – diese Apps unterstützen Sie im Alltag direkt auf Ihrem Smartphone



Too good to go

Die App gegen Lebensmittelverschwendung! Für wenig Geld können Sie am Abend Lebensmittel von Bäckereien und Restaurants kaufen und diese vor der Tonne retten.



Codecheck

Mit CodeCheck fällt es leichter, gesunde und nachhaltige Produkte zu finden. Außerdem bietet die App interessante Artikel über einen nachhaltigeren Lebensstil.



Meine BSVG

Die Fahrplan- und Ticket-App der Braunschweiger Verkehrs-GmbH!



Entdecke Braunschweig

Erleben, ohne weit zu reisen: Bei Ihrer Reise- und Freizeitplanung in der Löwenstadt hilft Ihnen die App der Braunschweig Stadtmarketing GmbH!



Nachhaltig feiern

Schöne Feste feiern und dabei trotzdem auf die Umwelt achten? Ganz einfach ist das mit den folgenden Tipps:

- Geschenke lassen sich ganz einfach mit Stoffen und Tüchern sowie alten Dosen, Schuhkartons oder Gläsern hübsch verpacken.
- Schöne Deko muss nicht unbedingt Erdöl enthalten – Luftballons gibt es auch aus Naturkautschuk oder -latex. Alternativen zu Tee-lichtern sind z.B. Bienenwachs- oder Ölkerzen, die sich in alten Marmeladengläsern schön machen.
- Wo gegessen wird, bleiben meist auch Reste übrig. Bitten Sie Ihre Gäste im Vorfeld, Vorratsdosen oder alte Gürkengläser als Restebehälter mitzubringen oder sammeln Sie selber welche und stellen Sie die am Tag der Feierlichkeit zur Verfügung.
- Wenn Sie um Einweggeschirr nicht herumkommen, dann wählen Sie am besten eines aus nachhaltigen Materialien, wie z.B. aus Laubblättern oder aus Weizen- und Roggenmehl. So wird der Teller zum Snack und der Abwasch erübrigt sich.

Übrigens: Ein ganz besonderes Braunschweiger Gastronomieangebot ist die Klimaküche von Transition Town (tt-bs.de/klimakueche).





Was passiert eigentlich mit meinem Geld, ...

... nachdem ich es bei der Bank geparkt habe? Klar, die Bank investiert es. Nur in was, das bleibt meist im Dunkeln.

Nicht so bei Banken, die nach ökologischen und ethischen Kriterien arbeiten, wie die GLS Bank, die Ethikbank, Triodos oder die Umweltbank. Hier können Sie sicher sein, dass Ihr Ersparnis nicht in Atomkraft oder Waffenhandel fließt, sondern Gutes bewirkt.

Dabei wird oft in Erneuerbare Energien, soziale Projekte oder energetische Gebäudesanierungen investiert. Informieren Sie sich näher unter verbraucherzentrale.de und fragen Sie bei Ihrer Bank nach nachhaltigen Geldanlagen, z. B. nach dem Löwen+Fonds der BLSK.

Geld nachhaltig anlegen und Gutes bewirken?

Die BLSK zeigt mit den Löwen+Fonds, dass Sie mit nachhaltiger Geldanlage eine gute Rendite erzielen und gleichzeitig Umwelt- und Sozialprojekte unterstützen können (loewenplus.de).

Erst denken, dann kaufen!

Klimafreundlich leben und konsumieren – das klingt erst einmal wie ein Gegensatz. Muss es aber nicht sein, denn mit der richtigen Herangehensweise ist Konsum mit einer nachhaltigen Lebensweise vereinbar.

Am wichtigsten ist dabei Folgendes: Nutzen und verbrauchen Sie immer zuerst, was Sie bereits haben. Idealerweise besteht Konsum nur zu einem kleinen Teil darin, Neuanschaffungen zu tätigen. Nahrungsmittel können selbst gemacht und Gebrauchsgegenstände geliehen werden. Kaputttes können Sie oft reparieren, statt es zu ersetzen. Upcycling und Umfunktionieren wird so zu einem Abenteuer, das Sie dem Klima zuliebe wagen sollten. Werden Sie kreativ!



Und wenn hin und wieder doch eine Neuanschaffung nötig ist, achten Sie auf Langlebigkeit, Regionalität und eine faire sowie ökologische Produktion. So schonen Sie nicht nur das Klima, sondern haben auch lange Freude daran.

Als Orientierung dient die Konsumpyramide, die von unten nach oben anzeigt, welche Formen des Konsums zu bevorzugen sind.

Nachhaltig unterwegs sein



Sie möchten flexibel, aber dennoch klimaschonend unterwegs sein? Dann lassen Sie sich von den folgenden Tipps überraschen. Schnell und kostengünstig mobil sein, schließt klimabewusstes Verhalten nicht unbedingt aus. Sie können mit dem Fahrrad fahren, Ihr Auto teilen oder Ausflüge und Reisen in der Region unternehmen. Und jetzt rauf aufs Rad gemäß dem Motto: Für den Klimaschutz müssen wir das Rad nicht neu erfinden, nur öfter nutzen!

Rad kaputt? Kein Problem!

Eine Glasscherbe auf der Straße und schon ist es passiert – ein Platten!

Reparaturen bietet z. B. »radspezial«, die Fahrradwerkstatt der Lebenshilfe Braunschweig (lebenshilfe-braunschweig.de > [Dienstleistungen](#) > [Fahrradwerkstatt](#)).

Wenn die Läden geschlossen haben oder Sonntag ist, kann ein Fahrradschlauch-Automat Abhilfe schaffen. Den nächstgelegenen Automaten finden Sie beispielsweise unter schwalbe.com > [Händlersuche](#). Wo Sie Ihre alten Schläuche zum Recyceln abgeben können, erfahren Sie ebenfalls dort.

Die ADFC-Pannenhilfe ist ein exklusiver Service für ADFC-Mitglieder, der im Mitgliedsbeitrag enthalten ist. ADFC-Mitglieder bekommen bei Pannen oder Unfällen im Alltag, in der Freizeit und auf Reisen schnell und unkompliziert Hilfe (adfc.de/artikel/die-adfc-pannenhilfe).

Wer beim ADFC-Kreisverband Braunschweig Mitglied werden möchte, findet weitere Infos unter braunschweig.adfc.de.





Wege fürs Fahrrad – Wege für den Klimaschutz

Spannende Landschaften und idyllische Orte zum Träumen – dafür müssen Sie nicht weit reisen. Laufen Sie los oder steigen Sie auf Ihr Fahrrad und entdecken Sie Braunschweig und Umgebung!

In der Löwenstadt selbst können Sie z.B. den Braunschweiger Wasserweg mithilfe der »[actionbound](#)«-App erkunden. So lernen Sie spielerisch etwas über lokale Wasserstationen im globalen Kontext! Kulturell Interessierten seien auch der Kraheweg, der Uhdeweg oder das Ringgleis empfohlen.

Für eine längere Radtour eignen sich etwa der 110 Kilometer lange Städtepartnerschaftsradweg zwischen Magdeburg und Braunschweig ([staedtepartnerschaftsradweg.de](#)) oder der Kleine-Dörfer-Rundweg. Dieser verknüpft Braunschweigs Dörfer auf einer Länge von 109 Kilometern.

Und wer kürzere Strecken bevorzugt, kann zwei Etappen des Weser-Harz-Heide-Radwegs fahren – entweder von Braunschweig nach Goslar (61 Kilometer) oder nach Gifhorn (38 Kilometer).

Weitere Spaziergänge und Radtouren mit Karten zum Download finden Sie unter [braunschweig.de](#), Suchbegriff [Wege, Routen, Rundgänge](#).



Fahrrad mit Kofferraum

Ob beim Großeinkauf oder beim Ausflug mit Grill – manchmal reicht der Gepäckträger des Fahrrads einfach nicht aus. Für alle, die regelmäßig mit viel Gepäck unterwegs sind, könnte ein Lastenrad die Lösung sein. Die Auswahl an Modellen ist inzwischen groß: vom stabilen Dreirad bis zum sportlichen Zweirad. Mit einem Lastenrad profitieren Sie auf ganzer Linie: Im Vergleich zum Pkw ist die Anschaffung viel günstiger, Sie kommen schneller ans Ziel und brauchen keinen Parkplatz.

Wer ab und zu ein Lastenrad benötigt, kann sich bei »Heinrich der Lastenlöwe«, einer Initiative des ADFC Braunschweig, kostenlos eines von fünf Lastenrädern ausleihen (heinrich-der-lastenloewe.de).

Gewerbetreibende aufgepasst: Die Stadt Braunschweig fördert die Anschaffung von Lastenrädern für die gewerbliche Nutzung (braunschweig.de, Suchbegriff [Lastenrad](#)).

Vom Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle werden auch E-Lastenräder für geschäftliche Zwecke gefördert (bafa.de > [Für Unternehmen](#) > [E-Lastenfahräder](#)).



Bus und Bahn – steigen Sie ein!

Früher war das eigene Auto ein Symbol individueller Freiheit. Heute setzt sich langsam eine andere Einsicht durch: Öffentliche Verkehrsmittel bedeuten Lebensqualität. Denn sie kosten in der Regel ein Drittel weniger als ein eigenes Auto und die Fahrtzeit können Sie prima nutzen, z. B. zum Lesen, Musikhören oder einfach zum Entspannen. Auch für das Klima ist der Unterschied gewaltig – wer Bus und Bahn fährt, spart jede Menge CO₂!

In Braunschweig nutzen Sie ein weit verzweigtes Bus- und Bahnnetz der Braunschweiger Verkehrs-GmbH. Tickets sowie Infos zu Fahrplänen in Echtzeit erhalten Sie unter [bsvg.net](https://www.bsvg.net) oder auch in der App (s. Seite 25)!



Auto ist nicht gleich Auto

Sie wollen oder können nicht auf ein Auto verzichten? Dann wählen Sie ein möglichst umweltfreundliches Modell. Anregungen dazu gibt Ihnen der ADAC Ecotest. Den finden Sie unter [adac.de](https://www.adac.de) > [Rund ums Fahrzeug](#) > [Ecotest](#).

Alternativ zum ADAC bietet der Verkehrsclub Deutschland (VCD e. V.) übrigens auch eine Pannenhilfe an. Hier sind Sie richtig, wenn Sie im Pannenfall versichert sein wollen, ohne dabei Lobbyarbeit ausschließlich für den Autoverkehr zu unterstützen. Denn der ökologische Verkehrsclub setzt sich für ein sinnvolles Miteinander aller Verkehrsmittel ein ([vcd.org](https://www.vcd.org)).





So steigen Sie um

Sie möchten Ihr Auto abschaffen, wissen aber nicht, wie weiter?

Starten Sie! Als ersten Schritt können Sie für einen überschaubaren Zeitraum »autofasten«. Oder Sie ersetzen alle kürzeren Strecken durch Zufußgehen oder Radfahren.

Machen Sie es anders! Kaufen Sie mehrmals und frisch in der Nähe zur Wohnung ein. Entdecken Sie die Freizeitangebote in Ihrem Viertel. Haben Sie Kinder, so nutzen Sie ihren natürlichen Bewegungsdrang, statt sie zu chauffieren.

Bereiten Sie sich vor! Fahrpläne und Routen raussuchen, Fahrrad entstauben und richtige Kleidung besorgen.

Leihen Sie! Bei größeren Einkäufen ist ein Lastenrad oder auch mal Carsharing hilfreich. Ein Lastenrad können Sie z. B. kostenlos bei »Heinrich der Lastenlöwe« ausleihen (s. Seite 32).

Bilden Sie Fahrgemeinschaften! Fahren Sie zusammen mit anderen! Das macht Spaß und spart Spritkosten und CO₂!

Weitere Sharing-Angebote finden Sie unter [braunschweig.de](https://www.braunschweig.de) > **Leben in Braunschweig** > **Stadtplan & Verkehr** > **Sharing-Angebote**.

Reisen mit gutem (Ge-)Wissen!

Fliegen setzt enorme Mengen an Treibhausgasen frei. 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 klima-kollekte.de, atmosfair.de oder myclimate.org. Berechnen Sie Ihren persönlichen CO₂-Verbrauch im ÖPNV, Flugzeug sowie Auto und erfahren Sie, wie viele Bäume Sie zur Kompensation pflanzen sollten unter naturefund.de.

Für kürzere Strecken bieten sich die Bahn oder Mitfahrgelegenheiten an. Aber auch für längere Strecken gibt es inzwischen die Möglichkeit, mit dem Zug zu verreisen. Schon länger bekannt ist die Plattform Interrail (interrail.eu). Zu einem Pauschalpreis können Sie dort unbegrenzt viele Fahrten mit Europas Eisenbahngesellschaften machen. Mittlerweile gibt es aber auch Agenturen, die interkontinentale Zugfahrten für Sie planen (z. B. traivelling.com).



Umweltfreundlich wohnen und bauen



Ein angenehmes Wohnklima schaffen und dabei das Klima schützen? Gewusst wie! Beim nachhaltigen und schönen Wohnen sind es oft die kleinen Dinge und Maßnahmen, die Klima und Geldbeutel schonen. Hätten Sie gedacht, dass Stoßlüften, grünes Gärtnern oder regelmäßig den Stecker von Elektrogeräten ziehen so viel CO₂ und Geld spart?



Rund um die Energiewende vor Ort ...

... informiert die Stadt unter [braunschweig.de/energieberatung](https://www.braunschweig.de/energieberatung). Dort erfahren Sie alles Wissenswerte zu den Themen Erneuerbare Energien, Energiesparen und -effizienz – ob im Haushalt oder beim Bauen und Sanieren. Darüber hinaus können Sie sich zur E-Mobilität, öffentlich-rechtlichen Anforderungen sowie Energiekostenabrechnungen beraten lassen.

Digital finden Sie viele Informationen zu Energiesparen, Fördermitteln sowie Sanieren und Bauen auch bei der Verbraucherzentrale ([verbraucherzentrale-energieberatung.de](https://www.verbraucherzentrale-energieberatung.de)). Ergänzt wird dieses Angebot u. a. durch deren Online-Vorträge und einen Filialfinder.



Grüne Energie aus der Steckdose

Strom aus regenerativen Quellen verursacht nahezu keine CO₂-Emissionen. Die Preise für Ökostrom sind mitunter sogar günstiger als herkömmliche Stromtarife. Der effektivste Weg, Ihre persönliche Klimabilanz gleich tonnenweise aufzubessern, ist daher ganz einfach: Steigen Sie auf zertifizierten Ökostrom um. Achten Sie auf das ok-power-Siegel, den TÜV Nord oder das Grüner-Strom-Label. Letztere Zertifizierung tragen z. B. der Naturstrom Gold und der Naturstrom Nacht der BS|ENERGY (bs-energy.de > [Produkte](#) > [Strom](#)). Naturstrom Nacht ist günstiger und besonders für Nachtaktive sinnvoll, deren Hauptstromverbrauch zwischen 22 und 6 Uhr liegt. Voraussetzung hierfür ist ein Zweitarifzähler.

Auch mit Ökostrom bleibt Stromsparen wichtig: Je weniger Strom wir verbrauchen, umso schneller gelingt die Energiewende mit Erneuerbaren Energien.



Sechs auf einen Streich

Um Heizenergie zu sparen, muss man nicht gleich mit Decke und drei Wollpullovern in der Wohnung sitzen. Es kommt vielmehr auf die richtige Temperatur im richtigen Raum an. 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: Senken Sie die durchschnittliche Raumtemperatur um ein Grad, sparen Sie sechs Prozent Heizenergie.

Und denken Sie daran regelmäßig, Ihre Heizkörper zu entlüften: Einfach das Lüftungsventil mit einem Heizungsschlüssel aufdrehen und die eingeschlossene Luft entweichen lassen, bis Wasser tröpfelt.

Eine Fachkraft hilft Ihnen beim hydraulischen Abgleich, bei dem alle Komponenten des Heizungssystems wie Thermostatventile an den Heizkörpern und die Heizungspumpe richtig dimensioniert und eingestellt werden. Dieser ist erforderlich, wenn nicht alle Heizkörper dieselbe Leistung erbringen.

BEISPIEL:

Ein hydraulischer Abgleich in einem Einfamilienhaus mit Ölheizung spart im Jahr bis zu:
540 kg CO₂
120 €





Schottergärten ade – Hallo Natur!

Der Anblick von Kohlmeisen, Igel und Fröschen erfreut Sie? Sie können in Ihrem Garten einiges tun, um Wildtieren einen angenehmen Unterschlupf zu gewähren. So fördern Sie ganz nebenbei die Artenvielfalt und holen sich Nützlinge in Ihre grüne Oase. Denn die Leibspeise von Igel sind bekanntlich Schnecken, und Meisen lieben Blattläuse. Damit sich Igel & Co. wohlfühlen, muss Ihr Garten nicht wild aussehen. Schaffen Sie kleine Ecken mit Hecken, Laub, Totholz, Steinen und Ästen. Dekorativ und zugleich nützlich sind z. B. ein Teich oder Vogelhäuschen. Vermeiden Sie am besten versiegelte Flächen, denn naturnahe Gärten kühlen im Sommer, sorgen für eine größere Artenvielfalt vor Ort und speichern Wasser. So müssen Sie auch nicht so häufig gießen. Mehr Informationen finden Sie dazu unter [nabu.de](https://www.nabu.de), Suchbegriff **Bodenversiegelung und ihre Folgen**.

IMPRESSUM

Herausgeber:

Stadt Braunschweig sowie der oekom e. V. – Verein für ökologische Kommunikation



oekom e.V.

Verein für ökologische Kommunikation

© 2021 oekom verlag, Gesellschaft für ökologische Kommunikation mbH, München
Waltherstraße 29, 80337 München

Idee & Konzept: oekom e. V.

Projektleitung: Matthias Hots (Stadt Braunschweig), Hanna Kloepper (oekom verlag)

Projektmitarbeit: Judith Oechsle, Lena Mannhardt (oekom verlag)

Gestaltung & Satz: Ulrike Huber (uhu-design.de)

Cover: Ulrike Huber (uhu-design.de)

Druck: Kern GmbH, Bexbach (kerndruck.de)

Alle Rechte vorbehalten

Printed in Germany

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.

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

Bildnachweise:

Andreas Greiner-Napp (3), Stadt Braunschweig/Daniela Nielsen (4, 15), Thorsten Merz (9), Tanja Müller (12), Lindenhof (13), Helgi (16), Oliver Ding (24), BLSK (27), Braunschweig Stadtmarketing GmbH/Philipp Ziebart (31), Anette Lipinski (32), BSVG (33), VCD/Jörg Farys (34), Braunschweig Stadtmarketing GmbH/Markus Hörster (42); **Adobe Stock:** Sonyakamoz (21), Fiedels (22), Minerva Studio (35), Fotomek (38); **Fotolia:** Daorson (20), Yossarian6 (30), Klaus Rose (37); **Photocase:** Jala (40); **Pixabay:** Monicore (41); **sxc.hu:** Irum (23); **Unsplash:** Bence Balla Schottner (11), Maddi Bazzocco (17), Samuel Zeller (25), Alasdair Elmes (26), Timon Studler (29), Damaris Isenschmid (36), Karsten Wurth (39);

Wir publizieren nachhaltig

Ökologie und Nachhaltigkeit sind im oekom verlag nicht nur Wörter auf dem Papier, sondern bilden das Fundament seiner Unternehmensphilosophie. Kooperation, umweltschonende Produktion und Vielfalt – oekom möchte mit seinen Publikationen Alternativen aufzeigen und selbst eine Alternative sein.

Informieren Sie sich über aktuelle Veröffentlichungen und abonnieren Sie unseren Newsletter unter oekom.de/newsletter



Deutscher
NACHHALTIGKEITS
Kodex
Anwender

natürlich oekom!

Mit diesem Buch halten Sie ein echtes Stück Nachhaltigkeit in den Händen:

- 100 % Recyclingpapier
- mineralölfreie Druckfarben
- Verzicht auf Plastikfolie
- Kompensation aller CO₂-Emissionen
- kurze Transportwege – in Deutschland gedruckt

Weitere Informationen unter natuerlich-oekom.de
und #natuerlichhoekom

