

FAQ - der IfA-Fußabdruck und Handlungsoptionen (Stand 03/2024)

Ziele dieses FAQs:

- *Transparenz erhöhen: Wissen und Transformationspotential bei allen MA am IfA (und darüber hinaus) stärken*
- *Veränderung anstoßen durch entsprechendes, evidenzbasiertes Wissen über die großen und kleinen Ansätze*
- *Haltung zeigen und nach außen kommunizieren*

Inhalt

1. Abfallwirtschaft.....	1
2. Heizen & Lüften im IfA.....	3
3. Energiesparen bei Elektrogeräten	4
4. Umweltfreundliches Drucken	5
5. Veranstaltungen am IfA	6
6. Digital Planetary Health	8
7. Mobilität	9
8. Und was kann ich sonst noch tun?	9

Hinweis: Falls vereinfachend von CO₂-Emissionen gesprochen wird, sind sämtliche klimawirksamen Treibhausgase nach Kyoto-/Montréal-Protokoll inkludiert (CO₂, Methan, Lachgas, etc.)

1. Abfallwirtschaft

1.1. Was passiert mit getrennten Müll?

- **Graue Tonne:** Restabfälle werden vor allem zur Energiegewinnung über Müllverbrennungsanlagen genutzt.
- **Biomüll:** Abfälle aus der Bioabfalltonne werden hauptsächlich in Kompostierungsanlagen zu Kompost verwertet oder zur Energie- und Düngergewinnung in Biogasanlagen genutzt.
 - o [Was gehört in die Bioabfalltonne?](#)
- **Papier:** Zellstofffasern können bis zu 25x recycelt werden, aktuell werden jedoch erst 3-4 Zyklen erreicht. 90% des verwendeten Papiers werden Recyclingkreisläufen zugeführt.
- **Glas:** Glas wird zu 90% recycelt. Dabei ist es essentiell, Grün-, Weiß- und Braunglas voneinander zu trennen.
- **Verpackungen:** Verpackungsabfälle werden zu 97% stofflich oder energetisch verwertet.
- **Batterien:** Batterien sollten an Sammelstellen wie beispielsweise in Supermärkten abgegeben werden, damit die Bestandteile recycelt werden können.

1.2. Tipps für besseres Recycling von Verpackungen:

- Verpackungen müssen nicht ausgespült werden (Wasser sparen)

- Verpackungen sollten nicht in einander gesteckt werden, da sonst sie sonst in den Sortieranlagen nicht gut getrennt werden können.
- Mehrwegflaschen sparen Energie, vor allem, wenn es sich um lokale Kreisläufe handelt. Mineralwasser in Einwegflaschen wird dazu fast doppelt so weit transportiert wie Mehrwegflaschen, da es nur wenige große Einwegabfüller in Deutschland gibt.
- Mehrwegflaschen aus Plastik oder Glas? Glasflaschen können bis zu 50x wieder befüllt werden, Plastikflaschen etwa 25x. Da Plastikflaschen jedoch leichter sind und kürzere Transportwege haben, da sie von zahlreichen Abfüllern benutzt werden, schneiden sie bezüglich ihrer CO₂-Bilanz etwas besser ab als Glasflaschen.
- Verbraucht die Reinigung nicht sehr viel Wasser? Pro Mehrwegflasche werden etwa 150ml Wasser zur Reinigung benötigt. Die Umweltauswirkungen des Wasserverbrauchs sind im Vergleich zu denen von Rohöl und Erdgas, das zur Herstellung einer neuen Flasche benötigt wird, jedoch sehr gering.
- Milch – Getränkekarton oder Glasflasche?
 - o Getränkekartons bestehen zwar überwiegend aus Pappe, jedoch enthalten sie noch immer einen großen Anteil an Plastik und teilweise auch Aluminium. Deshalb kann der Kartonanteil meistens nicht vollständig recycelt werden. Außerdem führen Restinhalte, Verschmutzungen und fehlsortierte Verpackungen dazu, dass der Anteil an recycelten Getränkekartons nur bei etwa 36% liegt. Getränkekartons bestehen zudem immer aus Neumaterial und enthalten keine recycelten Fasern. Bei Glasflaschen für Milchprodukte ist jedoch häufig das Mehrwegsystem noch nicht gut ausgereift, sodass die Flaschen oft über weite Wege transportiert werden.

Quelle: [Deutsche Umwelthilfe](#)- FAQ klassische Getränkekartons

1.3. Sind biobasierte Kunststoffe nachhaltiger als konventionelle?

- Eher nein. Konventionelle Kunststoffe setzen zwar mehr klimawirksames CO₂ frei, dafür benötigt die Herstellung biobasierter Kunststoffe deutlich mehr Fläche und konkurriert so mit Flächen für den Lebensmittelanbau und Ausgleichsflächen. Außerdem können die biobasierten Kunststoffe nicht über den selben Kreislauf recycelt werden wie konventionelle Kunststoffe, da sie eine andere chemische Zusammensetzung haben. So werden sie häufig gar nicht recycelt.

1.4. Was kommt in welche Tonne?

- Wer Du dir nicht ganz sicher bist, in welche Tonne der Müll kommt, den du gerade wegschmeißen möchtest, kannst du dich hier informieren: - [Abfall ABC der Universität Freiburg — Stabsstelle Sicherheit, Umwelt und Nachhaltigkeit \(SUN2\) \(uni-freiburg.de\)](#)

1.5. Weitere Informationen zu Abfall & Co:

- [Website der Abfallwirtschaft Freiburg](#)
- [Abfälle im Haushalt \(umweltbundesamt.de\)](#)
- [Verpackungsabfälle in Deutschland steigen – Gründe und Richtlinien](#)

2. Heizen & Lüften im IfA

2.1. Wie stelle ich die richtige Raumtemperatur ein?

- Im Winter sollte das Thermostat morgens in den Büros auf Stufe 2-3 gestellt werden. Das entspricht ca. 19°C Raumtemperatur (ggf. mit Thermometer kontrollieren).
- Wenn das zu kalt ist, kann es sinnvoll sein, sich etwas wärmer zu kleiden und sich stündlich kurz zu bewegen. Das hilft nicht nur zum Aufwärmen, sondern beugt auch z.B. Rückenerkrankungen vor. 😊 (s. Tipps der Arbeitsmedizin)

2.2. Soll ich die Heizung nach Feierabend runterregulieren?

- Ja! Das Thermostat sollte 1-2 Stufen nach unten reguliert werden. Das ist wichtig, da die zentral auf 16°C geschaltete Nachtabsenkung dazu führt, dass sonst Wasser ständig in den höhergestellten Heizkörper gepumpt wird. In den Räumen sollte es im Winter nicht unter 16° warm sein, da sonst Schimmelbildung begünstigt werden kann. (entspricht Stufe „Mond“-2)

2.3. Wie soll ich die Heizung am Wochenende einstellen?

- Genauso wie nach Feierabend: 1-2 Thermostat-Stufen unter Normaltemperatur – der Raum sollte nicht kälter als 16°C werden.

2.4. Was kann ich beim Heizen noch beachten?

- Der Abstand zwischen dem Heizkörper und den Möbeln sollte groß genug sein, damit sich die Wärme gut im Raum verteilen kann.
- Beim Lüften sollte die Heizung um 1-2 Thermostat-Stufen reduziert werden.
- Heizkörper sollten regelmäßig entlüftet werden. Das kann jährlich bis zu 1,5% Energie sparen.

2.5. Was bringt eine Reduzierung der Raumtemperatur energetisch?

- Jedes Grad, um das die Raumtemperatur reduziert wird, spart ca. 6% Heizenergie.

2.6. Sollten Rollläden zur Wärmeisolierung heruntergefahren werden über Nacht?

- Ja, vor allem, wenn die Fenster schlecht isoliert sind. Gerade bei älteren Fenstern kann so bis zu einem Drittel der Wärmeübertragung gespart werden. Wichtig ist es dabei, darauf zu achten, dass die Rollläden an der Unterkante sauber abschließen und komplett geschlossen sind, um den Luftaustausch in der Schicht zwischen Rollläden und Fenster so gering wie möglich zu halten. ([Quelle](#))

2.7. Wie kann ich die Sonne als klimaneutrale Wärmequelle nutzen?

- Gerade im Winter kann am Morgen bei Ost- und Südfenstern die horizontal einstrahlende Sonne als absolut klimaneutrale Wärmequelle genutzt werden. Im Lehrgebäude sind dies die Räume mit Blick auf den großen Parkplatz bzw. auf das Parkhaus.
- Im Sommer sollten dagegen die Rollläden heruntergelassen werden, um die Klimaanlage zu entlasten. Dies spart viel Strom, da Klimaanlage sehr energieintensiv sind.

2.8. Wie lüfte ich richtig?

- Am besten sollte man 3-4x täglich Stoßlüften! Im Winter etwa 3-5 min alle Fenster weit öffnen und das Thermostat der Heizung in dieser Zeit um 1-2 Stufen reduzieren oder kurz ausstellen. Im Sommer am besten für 20-30 min lüften. Dabei sollte man zu jeder Jahreszeit versuchen einen Durchzug zu erzeugen, da so am meisten Luft in kurzer Zeit ausgetauscht werden kann, ohne dass im Winter die Wände auskühlen.

2.10. Weitere Informationen

- [Energiespartipps der Universität Freiburg](#)
- [BMUV: Richtiges Lüften und Heizen](#)
- [Richtiges Heizen- Umweltbundesamt](#)
- [BMWK - Energieeffizienzinsparungen für Unternehmen \(energiewechsel.de\)](#)

3. Energiesparen bei Elektrogeräten

3.1. Geräte im Standby: Wie viel Energie spart es, den Laptop herunterzufahren?

- Der Stromverbrauch einer Kombination aus Computer, Monitor und Druckers im Stand-by-Modus beträgt im Jahr bis zu 80 kWh. ([Quelle](#)) Das entspricht der Energie von etwa 5.000 h Brenndauer einer LED-Lampe.

3.2. Verbraucht mein Ladegerät Energie, wenn es ungenutzt in der Steckdose steckt?

- Um das herauszufinden, gibt es einen einfachen Trick: Wenn Sie das Ladegerät, das in der Steckdose steckt, anfassen und es warm ist, dann verbraucht es Strom. Grund dafür ist der Transformator im Inneren des Geräts, der die 230 Volt in die passende Ladespannung für das Handy umwandelt.
- Heutzutage verbrauchen die wenigsten Ladegeräte viel Strom. Trotzdem verpufft so, wenn man alle Ladegeräte zusammenzählt, die in Deutschland ungenutzt eingesteckt sind, etwa der Energiebedarf von 2000 Zwei-Personen-Haushalten. ([Quelle](#))
- Wer es ganz genau wissen möchte, kann sich beim [Umweltbundesamt](#) kostenlos ein Energiesparpaket mit Strommessgerät ausleihen.

3.3. Mit Mehrfachsteckdosen Energie sparen

- Mehrfachsteckdosen mit An- & Ausschaltern erleichtern das sichere Ausschalten aller elektronischen Geräte.
- Master-Slave-Steckdosen: Mit dem Ein- & Ausschalten des Master-Geräts, zum Beispiel ein Computer, kann man steuern, ob die anderen Geräte wie Drucker oder extra Bildschirm ebenfalls ein oder ausgeschaltet sind.

3.4. Gibt es Siegel für umweltfreundliche Technik?

- Der „Blaue Engel“ zeichnet u.a. auch Computer, Tastaturen und Router aus, die die Vorgaben des Umweltzeichens erfüllen. Ziel ist es, dass die Produkte besonders energieeffizient arbeiten und Softwareupdates und Reparaturservices anbieten, um die Laufzeit zu verlängern. Bereits während der Produktion muss auf Ressourcenschonung und Vermeidung umweltbelastender Stoffe sowie die Verwendung recycelter Materialien geachtet werden. Wenn sie nicht mehr benutzt werden, müssen sie sich durch einfach Datenlöschung an andere Kunden weitergeben lassen oder zu 90% recycelt werden.
- Beim Kauf neuer Geräte auf eine gute Effizienzklasse innerhalb der Skala A-G achten. ([Quelle](#))

3.5. Geräte länger benutzen

- 80% der Emissionen, die durch einen Computer verursacht werden, entstehen im Rahmen der Produktion. Nur 20% entfallen auf die spätere Nutzung. ([Quelle](#))

3.6. Weitere Informationen

- [Blauer Engel, energiesparend, langlebig, Router, energieeffizient | Blauer Engel \(blauer-engel.de\)](#)

4. Umweltfreundliches Drucken

4.1. Generelle Tipps zum Drucken

- Generell können zum Sparen von Tinte und Papier folgende Tipps helfen
 - o im Modus „Entwurf“ oder „Sparmodus“ drucken
(Einstellungen → Papier/ Qualität → Entwurf)
 - o Schriftart verkleinern
 - o große Überschriften/ Bilder o.ä. vor dem Ausdruck verkleinern/ entfernen
 - o doppelseitig drucken
 - o mehrere Seiten auf einem Blatt Papier unterbringen
 - o Ist dieser Ausdruck überhaupt notwendig?

4.2. Recyclingpapier nutzen

- Bei der Produktion von Recyclingpapier im Vergleich zu Frischfaserpapieren aus Holz werden 78% Wasser, 68% Energie und insgesamt 15% CO₂ –Emissionen eingespart. Außerdem werden die Wälder erhalten und Biodiversität geschützt, in dem schnell wachsende Monokulturen wie von Eukalyptusbäumen nicht notwendig sind.
- Bereits mit zwei Blatt Recyclingpapier lassen sich ein Glas Wasser und die Energie für das Erhitzen zwei großer Tassen Kaffee einsparen!

4.3. Papiersiegel beachten

Orientiert Euch beim Papierkauf am „Blauen Engel“! Dieses Siegel ist das einzige, das umweltschonende Kriterien bei der Papierherstellung zertifiziert und nur Papierfasern aus Altpapier zulässt. Die Siegel „FSC“, „PEFC“, „Chlorfrei gebleicht“ und das „EU-Ecolabel“ umfassen im Vergleich dazu weniger Kriterien, die relevant für den Umweltschutz sind.

4.3.1 Weitere Informationen zu den unterschiedlichen Papiersiegeln

- Der „Blaue Engel“ ist das staatliche deutsche Umweltzeichen. Es garantiert, dass die Papierfasern zu 100% aus Altpapier gewonnen wurden und keine Chemikalien wie optische Aufheller, halogenierte Bleichmittel oder Komplexbildner, die biologischer schwer abbaubar sind, eingesetzt wurden. Außerdem müssen die Hersteller bestimmte Kriterien für das Abwasser, Abluft und Strom einhalten. Sie fordern beispielsweise dazu auf, den Stromverbrauch zu reduzieren und Energie aus erneuerbaren Quellen zu beziehen.
- FSC und PEFC sind Label für nachhaltige Waldbewirtschaftung. Beim Papier mit dem Siegel FSC 100% stammen alle Fasern aus zertifizierter Forstwirtschaft. Es beinhaltet also nur Holzfasern. Das FSC-Mix-Siegel gibt an, dass mind. 70% der Papierfasern aus FSC-zertifiziertem Holz oder aus Recyclingpapier stammen. Die restlichen 30% sind nicht zertifizierte Frischfasern. In der Regel handelt es sich hierbei also um Frischfaserpapier. Das Siegel für FSC-Recycling hat geringere Anforderungen als der Blaue Engel.

- Chlorfrei gebleicht bedeutet, dass kein Altpapier enthalten ist und bei der Bleiche kein Chlor genutzt wurde. Es trifft keine Aussage über die Waldwirtschaft.
- Das EU-Ecolabel für Hygienepapier fordert nur 70% zertifizierte Fasern, bei denen die Anforderungen für den Energieverbrauch, die Abwasserbelastung und die eingesetzten Chemikalien erfüllt werden müssen. Es fordert leider keinen Altpapiereinsatz.

4.4 Wie kann eine Schriftart umweltfreundlich sein?

- Die Größe, Breite und Dicke der Buchstaben und der Abstand zwischen den Buchstaben variieren je nach Schriftart erheblich. Zusätzlich verwenden manche Schriftarten Serife (Schnörkel/ Schwänze an Buchstaben, wie z.B. Times New Roman). Dadurch unterscheiden sich der Tinten- und Papierverbrauch. Eine umweltfreundliche Schriftart verbraucht weniger Ressourcen, beschleunigt den Druckprozess und erleichtert das spätere Recycling des Papiers.

4.5 Welche Schriftarten sind umweltfreundlich?

- Century Gothic hat sehr dünne Linien und benötigt beim Ausdruck 30% weniger Tinte als z.B. Arial. Die Schrift ist allerdings relativ breit und benötigt dadurch mehr Seiten. Eine Reduktion der Schriftgröße kann diesen negativen Effekt ausgleichen (hier zum Beispiel Schriftgröße 10). Für kurze Texte eignet sich diese Schriftart gut!
- Ryman Eco besteht aus mehreren dünnen Linien und wurde extra als tintensparende Schriftart entwickelt. Die Lesbarkeit am PC ist begrenzt, beim Ausdruck sickert die Tinte allerdings in die Lücken, sodass der Eindruck ganz normaler Buchstaben entsteht. Man kann also einfach vor dem Ausdruck auf Ryman Eco umstellen.
Die Schriftart lässt sich hier herunterladen: <https://www.debbievayanos.com/ryman-eco>
Nach dem Download: Rechtsklick → Installieren und schon ist sie in der Word-Auswahl zu finden.
- <https://www.tintencenter.com/tinte-sparen/>
Auf dieser Website kann man die verwendete Schriftart eingeben. Die Software berechnet dann, welche Schriftart ähnlich aussieht, aber weniger Tinte verbraucht.
- Weitere tendenzielle tintenarme Schriftarten sind Garamond, Trebuchet MS und Calibri.

4.6. Weitere Informationen:

- [recyclingpapierwirkt-webdatei.pdf \(blauer-engel.de\)](#)
- [Print for the Planet: The best eco fonts – Leap](#)
- [Papier & Druckerzeugnisse Umweltbundesamt](#)

5. Veranstaltungen am IfA

5.1. Was gibt es alles zu beachten?

- Das Bundesumweltamt hat eine Checkliste für die Nachhaltigkeit von Veranstaltungen erstellt, die 12 verschiedene Aspekte detailliert betrachtet. Zum Beispiel gibt es Fragen zur Mobilität, dem Catering, Barrierefreiheit und Beschaffung von Produkten und Dienstleistungen. [Zur Checkliste](#) oder auf [Q. Weiterhin findet ihr hier unter den nachfolgenden Überschriften, die wichtigsten Punkte zusammenfasst:](#)

5.2. Mobilität

- An- & Abreise:
 - o Wahl von Veranstaltungsorten, die bequem mit dem ÖPNV erreichbar sind
 - o Wahl von Veranstaltungszeiten, die eine problemlose An- & Abreise mit dem ÖPNV erlauben
- Infrastruktur vor Ort:
 - o Fahrradstellplätze anbieten
 - o Ausreichende Beschilderung zur nächsten ÖPNV-Haltestelle

5.3. Catering

5.3.1. Produktauswahl

- Produkte aus ökologischem Landbau und Produkte aus fairem Handel anbieten
- Verwendung von saisonalen und umweltgerecht transportierten Lebensmitteln
- Überwiegend vegane und vegetarische Gerichte anbieten

5.3.2. Tipps zur Reduktion von Lebensmittelabfällen und sonstigen Abfällen

- Mehrweggeschirr, Mehrwegbesteck und Gläser verwenden
- Leitungswasser in Karaffen anbieten
- Bei der Ausschreibung auf die Vermeidung von Lebensmittelabfällen hinweisen
- Anspruch an das Catering dem tatsächlichen Bedarf anpassen & die Gästestruktur kennen und den Caterer darüber informieren
 - o Ggf. Ernährungspräferenzen im Vorfeld abfragen
- Beschriftung der Speisen am Buffet zur Vermeidung von „Fehlgriffen“
- Angaben von Inhaltsstoffen, damit Speisen, die Unverträglichkeiten oder Allergien auslösen könnten, direkt erkennbar sind
- Übrig gebliebene Speisen an gemeinnützige Organisationen, z.B. an Tafeln, spenden

5.3.3. Welche Vorteile bietet ein vegetarisches Catering im Vergleich zu fleischbasiertem?

- Wenn Gerichte, beispielsweise eine Lasagne, vegetarisch zubereitet werden, lässt sich der CO₂- Fußabdruck im Vergleich zum selben Gericht mit Fleisch etwa halbieren.
- Das Umweltbundesamt gibt sogar noch höhere Einsparungen an: Mit rein vegetarischem Catering lassen sich pro 500g Portion (entspricht der üblichen Kalkulationsmenge einer Hauptmahlzeit) etwa 1,1 kg CO₂- Äquivalente sparen. Eine rein vegetarische Portion entspricht etwa 270g CO₂- Äquivalenten, eine Portion mit 50% Fleisch entspricht 1400g CO₂- Äquivalenten.
- Eine Übersicht über den CO₂- Fußabdruck verschiedener Lebensmittel und Gerichte gibt es vom Institut für Energie- & Umweltforschung Heidelberg. [Q](#)

5.3.4. Exkurs: gesundheitliche Vorteile einer Pflanzenbasierten Ernährung

- In der [EAT Studie](#) (2019) stellt die Lancet-Kommission die Planetary Health Diet vor, mit der es bis 2025 möglich sein soll, **alle Menschen dieser Erde nachhaltig und gesund zu ernähren**. Dafür müsste weltweit der Konsum von Obst, Gemüse, Nüssen und Hülsenfrüchte ungefähr verdoppelt, der Verzehr von Fleisch und Zucker dagegen halbiert werden. Außerdem müssen Lebensmittelabfälle deutlich reduziert werden.

5.4. Weitere Informationen:

- [Catering – Fact Sheet des Umweltbundesamts](#)
- [Leitfaden für die nachhaltige Organisation von Veranstaltungen](#)
- [Rechner für Veranstaltungen vom Umweltbundesamt](#)
- [Green Event BW – Auszeichnung für nachhaltige Veranstaltungen](#)
- [EAT-Studie – Planetary Health Diet](#)

6. Digital Planetary Health

Digitale Technik ist mittlerweile für knapp 4% der weltweiten CO₂-Emissionen verantwortlich. Das ist fast doppelt so viel wie die Emissionen des zivilen Luftverkehrs.

60% werden dabei für die Nutzung der Server benötigt, 40% entfallen auf die nötige Kühlung.

6.1. Datensparsamkeit

- E-Mails sollten regelmäßig gelöscht werden, da die Speicherung viel Energie benötigt.
- Beim Versenden von Videos, Fotos und Audiodateien sollte zum Energiesparen die Qualität reduziert werden. Noch Energiesparender ist es, einen Link zu versenden, über den auf die Datei in einer Cloud zugegriffen werden kann. So muss auch nicht an der Qualität gespart werden.
- Schreibe beispielsweise unter Deine E-Mail Signatur, dass die E-Mail gerne gelöscht werden kann.
- LAN-Verbindungen (Internet über ein Kabel) verbrauchen weniger Energie als Verbindungen über WLAN oder mobile Daten.
- Lösche ungenutzte Accounts und melde Dich von überflüssigen Newslettern ab.
- Reduziere die Nutzung von Streaming-Anbietern. Eine einfache Möglichkeit hier Energie zu sparen ist es zum Beispiel, häufig gehörte Lieder herunterzuladen und offline anzuhören.

6.2. Suchanfragen

- Eine Google-Suchanfrage verursacht 0,2g CO₂.
- Nutze Suchmaschinen wie [Ecosia](#) oder [DuckDuckGo](#). Sie speichern ausdrücklich keine Daten der Nutzer*innen. Ecosia setzt sich außerdem dafür ein, dass weltweit Bäume gepflanzt werden.
 - o Wie man die Standardsuchmaschine auf dem eigenen Rechner wechseln kann, wird hier erklärt: [Ecosia als Standardsuchmaschine einrichten - so geht's - CHIP](#)

- Speichere wichtige Seiten als Lesezeichen ab und tippe direkt die Webseiten-Adresse ein, um die Anzahl an Google-Anfragen zu reduzieren.

6.2.1. Ein paar Vergleiche mit Google-Anfragen

- Eine Google-Anfrage stößt genauso viel Emissionen aus, wie ein Auto, das 7,5cm weit fährt oder auch so viel wie eine 100 Watt Glühbirne in 11 Sekunde. Klingt nicht viel?
- Rechnet man alle Google-Suchanfragen in einem Monat zusammen, so sorgen sie für die gleiche Menge an CO₂-Emissionen wie ein Auto, das 1.008.263km fährt. Das wären 25 Weltumrundungen.
- Alle Google-Anfragen an einem Tag sorgen für etwa 700 Tonnen CO₂-Emissionen. Jeden Monat erzeugt Google damit 260.000 Kg CO₂ durch Suchanfragen. Das ist genauso viel, wie eine Kühltruhe in 5,400 Jahren. ([Quelle](#))

6.3. Weitere Informationen

- [14 Tipps für grüneres Surfen](#)
- [Green IT-Nachhaltigkeit in der digitalen Welt](#)

7. Mobilität

7.1. Wie viel CO₂ kann ich durch Fahrrad fahren sparen?

Bei einem Arbeitsweg von 10km verursacht ein Auto mit einem Verbrennermotor etwa 416kg CO₂ im Jahr. Mit Bus und Bahn kommt man auf etwa 140kg CO₂ und reduziert so den CO₂-Ausstoß um Zweidrittel. Mit einem E-Bike werden knapp 9kg CO₂ im Jahr ausgestoßen. Das ist verschwindend gering!

Also tretet in die Pedale und tut nebenbei etwas für das Klima und deine Gesundheit!

7.2. Jobticket beantragen

Die Uniklinik bezuschusst das Deutschlandticket, die Regiokarte Job und das JobTicket BW für Mitarbeitende. Genauere Informationen dazu findet man im [Intranet](#).

8. Und was kann ich sonst noch tun?

8.1.1. Stromanbieter wechseln

Beim Wechsel zu Ökostrom sollte man auf Gütesiegel wie das „ok-Power-Label“ oder das „Grüner-Strom-Label“ achten, da der Begriff nicht rechtlich geschützt ist und es keine verbindlichen Standards gibt. Die Gütesiegel können dabei entweder für einzelne Tarife oder für das gesamte Unternehmen, das dann mit Herkunftsnachweisen belegen muss, dass der Strom aus erneuerbaren Energien stammt. Ein 2-Personen-Haushalt mit einer 70 Quadratmeter großen Wohnung kann so bis zu 1 Tonne CO₂ sparen. Außerdem setzt man damit ein wichtiges politisches Zeichen für mehr erneuerbare Energien. [Ökostrom | Umweltbundesamt](#)

8.1.2. Warmwasser

Im Durchschnitt werden rund 12% des gesamten Energiebedarfs der privaten Haushalte für warmes Wasser benötigt. Wenn das Wasser elektrisch erhitzt wird, sind es sogar 25% eines 2-Personen-Haushalts.

Tipps zum Wasser- und Energiesparen:

- 1) Wassersparende Armaturen einbauen – Beispiel Duschbrausen: Durch eine herkömmliche Duschbrause fließen etwa 12-15l pro Minute, durch Wassersparbrausen mit 6-9l nur etwa die Hälfte.
- 2) Kurz duschen! Wer das Wasser länger als 10min laufen lässt, verbraucht dabei mit einer herkömmlichen Duschbrause schnell sogar mehr als bei einem Bad.
- 3) Kälter Duschen. Wer anstatt bei 40°C nur noch bei 35°C Wassertemperatur duscht, kann seinen Energieverbrauch um bis zu 5% reduzieren. (Quelle)
- 4) Seltener Dusche, zum Beispiel nur alle zwei Tage anstatt jeden Tag.

8.1.3. Wäsche waschen

Heutzutage reicht bei leicht verschmutzter Wäsche wie T-Shirts eine Waschtemperatur von 30° aus. Das reduziert den Stromverbrauch um 35% im Vergleich zu einem 40° Waschgang. Weißwäsche sollt trotzdem weiterhin bei 40° gewaschen werden, um die Bleichmittel im Waschmittel richtig zu aktivieren. Einmal im Monat sollte die Waschmaschine bei 60° laufen, um Keimwachstum zu vermeiden.

Grundsätzlich belasten feste Waschmittel die Umwelt weniger als flüssige, da sie eine höhere Waschleistung haben und das Klärwerk weniger beanspruchen.

Richtig dosieren! Die Dosierung ist von der Wasserhärte abhängig. Für Freiburg kann man auf der Website der [badenova](#) die Wasserhärte für die eigene Adresse bestimmen. Je weicher das Wasser, desto weniger Waschmittel wird benötigt.

8.1.4. CO₂-Rechner ausprobieren

- Berechne deinen privaten CO₂- Fußabdruck und erfahre, wo du am besten einsparen können: [CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes](#)
- Finanzielle Einsparungen und CO₂-Reduktion berechnen: <https://www.stromspiegel.de/>