



## Die Energiespar-Broschüre – Klimaschutz im Alltag

Die vorliegende Broschüre wurde von der Umweltabteilung der Stadt Gladbeck erstellt. Sie enthält zahlreiche Hinweise und Tipps zum nachhaltigen Umgang mit Energie in Bezug auf verschiedene Themenfelder und soll Gladbecker Bürgerinnen und Bürger dabei unterstützen, Energie in ihrem Alltag einzusparen bzw. diese effizienter zu nutzen.

### Herausgeber der Arbeitsmappe:

Stadt Gladbeck  
Abteilung 61/3 - Umwelt  
Willy-Brandt-Platz 2, 45964 Gladbeck  
Telefon: 02043 – 99 0  
Fax: 02043 – 99 11 1  
E-Mail: [rathaus@stadt-gladbeck.de](mailto:rathaus@stadt-gladbeck.de)  
Web: [www.gladbeck.de](http://www.gladbeck.de)

### Ansprechpartner zu den Inhalten:

Stadt Gladbeck, Abteilung 61/3 - Umwelt  
Herr Marian Osterhoff, Klimaschutzmanager  
Willy-Brandt-Platz 2, 45964 Gladbeck  
Zimmer: 3  
Telefon: 02043 – 99 23 03  
E-Mail: [marian.osterhoff@stadt-gladbeck.de](mailto:marian.osterhoff@stadt-gladbeck.de)  
Web: [www.gladbeck.de/klima](http://www.gladbeck.de/klima)



## Inhalt

Warum Klimaschutz? .....	3
Themenfeld 'Einkauf, Versorgung & Co.' .....	4
Themenfeld 'Kühlschrank, Klimaanlage & Co.' .....	8
Themenfeld 'Bürogeräte, Computer & Co.' .....	10
Themenfeld 'Backofen, Mikrowelle & Co.' .....	11
Themenfeld 'Dusche, Waschbecken & Co.' .....	12
Themenfeld 'Waschmaschine, Trockner & Co.' .....	13
Themenfeld 'Heizung, Dämmung & Co.' .....	14
Themenfeld 'Beleuchtung, Sonnenlicht & Co.' .....	16
Themenfeld 'Mülltrennung, Recycling & Co.' .....	17
Themenfeld 'Mobilität, Fahrzeugwahl & Co.' .....	18
Themenfeld 'Ökostrom, Biogas & Co.' .....	21
Themenfeld 'Fördermittel, Beratungsangebote & Co.' .....	22
Themenfeld 'Klimaschutz in der Gesellschaft verankern' .....	23



## Warum Klimaschutz?

Die Freisetzung von Treibhausgasen ist der Hauptverursacher des Klimawandels. Hierbei handelt es sich überwiegend um fossile Ressourcen wie Kohle, Öl und Gas, die wir zur Produktion von Strom, Wärme oder Bewegungsenergie benutzen. Das Resultat des Klimawandels: Die Erderwärmung und extreme Wetterphänomene wie Stürme, Hitzeperioden und Überschwemmungen nehmen (bereits seit mehreren Jahren stetig) zu.

Private Haushalte sowie das eigene (Konsum-)Verhalten haben einen wesentlichen Einfluss darauf, ob sich die durch Energieerzeugung, Produktion von Waren und Dienstleistungen sowie die im Verkehr entstehenden Treibhausgas-Emissionen in Gladbeck in einem wesentlichen Umfang verringern. Wer etwas zum Klimaschutz beitragen möchte, muss vor allem darauf achten, Energie einzusparen und den Einsatz erneuerbarer Energien unterstützen. Aber auch an anderen Stellen ist Handeln gefragt, etwa im Verkehr oder beim Einkaufen. Jeder Einzelne kann etwas tun! Fangen Sie mit zwei oder drei unserer Tipps an – Sie werden sehen, dass Sie damit nicht nur die Umwelt, sondern auch Ihren Geldbeutel schonen.



## Einkauf, Versorgung & Co.

### Saisonale & regionale Produkte kaufen

Kühlungen, Gewächshäuser und Transportwege sorgen für teilweise erhebliche Emissionen. Grobe Daumenregel dabei: Ein Kilogramm Obst oder Gemüse aus Übersee verursacht rund 10 kg CO<sub>2</sub>-Emissionen und Lebensmittel aus (beheiztem) Treibhausanbau verursachen im Durchschnitt zehn Mal mehr Emissionen als solche aus Freilandproduktion. Kaufen Sie daher bevorzugt regionales Essen passend zur Saison. Unter anderem auf den Websites [www.regional-saisonal.de/saisonkalender-gemuese](http://www.regional-saisonal.de/saisonkalender-gemuese), [www.regional-saisonal.de/saisonkalender-obst](http://www.regional-saisonal.de/saisonkalender-obst) und [www.regional-saisonal.de/saisonkalender-salat](http://www.regional-saisonal.de/saisonkalender-salat) können Sie einsehen, zu welcher Zeit im Jahr in Deutschland Lebensmittel aus heimischem Anbau verfügbar sind.

### Weniger Tierprodukte konsumieren

Täglich wird Regenwald abgeholzt, um Platz für neue Soja-Plantagen und Rinderweiden zu schaffen. Das Soja dient den Tieren vorwiegend als Futter. Ein Teufelskreis, denn bei der Entwaldung wird Kohlendioxid freigesetzt und die Rinder stoßen eine nicht unbeträchtliche Menge Methan aus. Versuchen Sie daher, hier und da mal bewusst auf Fleisch- und Milchprodukte zu verzichten.

### Bio-Produkte statt Kunstdünger & Pestizide

Weil im Biolandbau Kunstdünger und Pflanzenschutzmittel entfallen, werden rund 20 % weniger Treibhausgase emittiert als bei konventioneller Landwirtschaft. Außerdem werden durch Humusbildung Treibhausgase im Boden gebunden – das ist aktiver Klimaschutz!

### Plastikverpackungen vermeiden

Plastik ist einer der größten Umweltverschmutzer und Müllverursacher. Da trotzdem viele Verpackungen aus Plastik bestehen und ein Verzicht nicht immer möglich ist, kaufen Sie am besten die Produkte, deren Verpackungen durch so wenig wie möglich Plastik bestehen oder bereits (zu einem Großteil) durch recycelte Materialien hergestellt wurden.

### Mehrwegtasche(n) verwenden

Kaufen Sie keine Plastiktüten, sondern benutzen Sie lieber Stofftaschen oder Einkaufskörbe.

### Der Alufolie den Kampf ansagen

Für die Umwelt ist die Herstellung von Alufolie sehr problematisch. Um an die Vorkommen des Rohstoffes Bauxit zu gelangen, werden nicht nur Regenwälder großflächig abgeholzt – die Aluminiumgewinnung ist zudem extrem energie-, emissions- und abfallintensiv, weshalb die Verwendung vermieden werden sollte. Als umweltfreundliche Alternative machen sich etwa Papiertüten, Glasbehälter oder Frischhalte- und Gefrierdosen bezahlt.

### Recyclingpapier benutzen & auf Umweltsiegel achten

Recyclingpapier spart gegenüber Frischfaserpapier bei der Herstellung bis zu 60 % Energie, bis zu 70 % Wasser, bis zu 20 % an Kosten sowie eine Menge CO<sub>2</sub>-Emissionen und Abfall.





### Kein Buch mit sieben Siegeln

Achten Sie beim Kauf von Recyclingpapier auf das Umweltsiegel, da manche fälschlicher Weise Umweltverträglichkeit suggerieren. Für den Kauf und die Nutzung sind folgende Siegel zu empfehlen:

- Blauer Engel  
Der blaue Engel ist das Umweltzeichen des Umweltbundesamtes. Es garantiert, dass zur Herstellung 100% Alt-papier und keine schädlichen Chemikalien oder optischen Aufheller zugesetzt wurden.
- AP und VUP (Original-Umweltschutzpapier)  
Dieses Papier übertrifft sogar noch die Umweltverträglichkeit des Blauen Engels, da bei der Produktion weder die im Altpapier vorhandenen Druckfarben physikalisch/chemisch entfernt werden (De-Inking), noch das Papier gebleicht wird.
- ÖKOPA(plus)  
Das Label steht für Recyclingpapier aus 100% Altpapier, bei dessen Herstellung kein Bleichen und De-Inking notwendig war.

### Augen auf beim Getränkekauf

Grundsätzlich besser in der Ökobilanz schneiden Mehrwegflaschen ab, wobei die Plastik-Mehrwegflasche einen Vorteil gegenüber der Glas-Mehrwegflasche aufweist, da sie im Vergleich viel leichter ist und somit beim Transport bedeutend weniger Emissionen entstehen.

Übrigens: Wer der Umwelt noch mehr helfen möchte, trinkt am besten das Wasser aus der Leitung. Das kommt unverpackt und ohne verkehrsbedingte Emissionen ins Haus und ist in Bezug auf die CO<sub>2</sub>-Emissionen ganze 586 Mal umweltfreundlicher ist als (stilles) Flaschenwasser. Als Ergänzung gibt es die Möglichkeit, mit Trinkwassersprudlern, welche zudem gänzlich wieder befüllt und wiederverwendet werden können, sprudelndes Wasser herzustellen.

### Energieeffizienzklasse bei Neukauf beachten

Clever einkaufen - Energie und Kosten sparen: Je besser die Energieeffizienzklasse eines Gerätes ist, desto weniger Energieverbrauch und laufende Kosten entstehen durch das Gerät. Sie stehen gerade zufällig vor einer neuen Anschaffung? Beispielsweise auf den Websites [www.ecotopten.de](http://www.ecotopten.de) und [www.spargeräte.de](http://www.spargeräte.de) können Sie die Gesamtkosten von zahlreichen elektrischen Geräten in verschiedenen Kategorien einsehen und miteinander vergleichen. Das heißt, es wird nicht nur der reine Kaufpreis verglichen, sondern es fließen auch z.B. die Folgekosten für Strom-, Wasser- und Waschmittelverbrauch bei Waschmaschinen oder für Steuern, Versicherungen, Wertverlust und Kraftstoffverbrauch bei Autos mit in die Berechnung ein.

### Mindesthaltbarkeit bedeutet nicht ‚Tödlich ab‘

Das Mindesthaltbarkeitsdatum gibt an, bis wann ein Produkt mindestens und nicht maximal haltbar ist. Viele Produkte sind oftmals noch eine Weile länger als das angegebene Datum haltbar und können daher ohne schlechtes Gewissen noch benutzt bzw. verzehrt werden. Falls Sie sich trotzdem nicht sicher sind, kann nicht zuletzt das Ansehen, Riechen oder Probieren des Produkts in den allermeisten Fällen dabei helfen, dies herauszufinden.



### (Altes) Elektrogerät hinüber?

Unser Konsum an Elektrogeräten lässt ganze Gebirge aus Elektroschrott entstehen und immer kürzere Lebenszeiten sorgen für einen rapiden Anstieg. Die Folgen für Mensch und Umwelt sind fatal, da wir mit den E-Geräten nicht nur wertvolle Ressourcen wie die Edelmetalle Gold, Palladium oder Silber und seltene Erden, sondern auch Giftstoffe wie Blei, Quecksilber, Arsen, Kadmium oder Beryllium entsorgen. Was können wir also dagegen tun?

1. Reparieren

An allererster Stelle steht natürlich, als Konsument sein eigenes Konsumverhalten zu hinterfragen. Ist die neue Kamera, das neue Handy, der neue Fernseher denn wirklich so viel besser? Und muss es wirklich ein neues Gerät sein oder lässt sich das alte nochmal reparieren?

2. Bewusst Kaufen

Elektrogerät ist nicht gleich Elektrogerät! Die Hersteller haben sehr unterschiedliche Standards in der Rohstoffgewinnung und bei den Arbeitsbedingungen. Auch die Haltbarkeit der Geräte und die Möglichkeiten des Recyclings sind bei den Herstellern verschieden gewichtet. Seien Sie ein informierter Kunde!

3. Gebraucht Kaufen, Leihen, Verkaufen, Spenden

Statt jedes Mal ein neuwertiges Gerät zu kaufen ist es nicht nur ökologisch sinnvoller, sondern zumeist auch günstiger, Kauf- und Tauschbörsen zu nutzen. Vielleicht findet sich hier ja auch jemand, der sich für das eigene ausgemusterte Gerät interessiert?

4. Entsorgen

Unsere ausrangierten Elektronik-Altgeräte müssen laut dem ‚Gesetz über das Inverkehrbringen, die Rücknahme und die umweltverträgliche Entsorgung von Elektro- und Elektronikgeräten‘ (kurz: Elektroggesetz) bei den kommunalen Sammelstellen abgegeben werden. Außerdem sind seit 2015 Elektrogeschäfte mit mehr als 400 Quadratmetern Fläche verpflichtet, alte Elektrogeräte beim Neukauf eines gleichwertigen Geräts zu-rücknehmen zu müssen. Kleine Geräte (bis 25 Zentimeter Kantenlänge) wie Handys, Ladegeräte, Modems oder Toaster müssen auch ohne Neukauf angenommen werden. Übrigens: Seit dem 01.05.2019 zählen zum Elektroschrott auch so genannte passive Geräte, welche den Strom zwar durchleiten, aber keine eigene Funktion aufweisen. Das sind beispielsweise Stecker und Steckerleisten, Audiokabel, HDMI- und USB-Kabel, Kabeltrommeln, Verlängerungskabel, Außen- und Dachantennen, Steckdosen, Telefondosen und -buchsen. Passive Geräte sind an dem Symbol der durchgestrichenen Mülltonne auf den Gegenständen zu erkennen.

### Batterien vs. Akkus

Fernbedienung, Taschenlampe, Wanduhr - ohne Batterien geht bei diesen und vielen anderen Geräten nicht viel. Was die energieintensive Herstellung und letztlich auch die problematische Entsorgung von Batterien angeht, gibt es keine nennenswerten Unterschiede zwischen einer Einmal-Batterie und einer Akku-Zelle – aber wie sieht es beim Verwendungszweck aus? Wann ist welcher Stromspender von Vorteil?



### Wo Batterien sinnvoller sind:

- Batterien können ihre Ladung in der Regel bedeutend besser und länger halten als Akkus. Sie sind daher in allen Geräten sinnvoll, die nur sehr selten genutzt werden und/oder die nur wenig Strom benötigen. Beispiele sind Fernbedienungen und Wecker, die mit einem Satz Batterien meist mehrere Jahre lang laufen. Akkus würden hier nach ein paar Monaten aufgeben.
- Bei Geräten für den Langzeiteinsatz im Freien, etwa Wetterstationen und Überwachungskameras, sind Batterien ebenfalls zu empfehlen. Der Grund: Sie stecken Temperaturschwankungen besser weg als Akkus.
- Batterien können auch bei älteren Geräten von Vorteil sein, wenn diese eine Spannung von 1,5 Volt benötigen. Eine Batterie kann das in der Regel leisten, Akkus dagegen liefern nur 1,2 Volt.
- Als Notfallreserve, falls gerade keine aufgeladenen Akkus zur Hand sind, eignen sich Batterien auch gut. Da sie ihre Ladung einige Jahre halten, können sie entsprechend lange aufbewahrt werden – und gegebenenfalls als Ersatzstromspender einspringen.

### Wo Akkus sinnvoller sind:

- Wieder aufladbare Akkus sind bei Geräten von Vorteil, die viel Strom verbrauchen. So geht etwa dem mobilen CD-Player bei kräftig aufgedrehter Lautstärke oder dem Babyphone aufgrund der Bluetooth-Verbindung in der Regel schnell die Puste aus. Batterien wären hier eine teure Wahl.
- Auch bei Geräten, die oft in Benutzung sind – wie beispielsweise Controller einer Spielekonsole – sind Akkus die weitaus bessere Entscheidung. Die Faustregel lautet: Müssen Sie bei einem Gerät alle zwei Monate oder häufiger die Batterien wechseln, lohnt sich der Einsatz von Akkus.
- In Sachen Umweltschutz sind Akkus generell von Vorteil, da sie eine viel höhere Lebensdauer als Batterien haben und somit deutlich weniger Müll erzeugen.



## Kühlschrank, Klimaanlage & Co.

### Der Standort bringt's

Der Kühlschrank gehört zu den größten Stromfressern im Haushalt. Hier lassen sich bereits Strom und Kosten sparen, wenn das Gerät an einem möglichst kühlen Ort und auf keinen Fall neben Wärmequellen wie Herd, Heizung, Spülmaschine oder in der Sonne steht. Es gilt: Pro einem Grad niedrigerer Umgebungstemperatur sinkt der Stromverbrauch des Kühlschranks um etwa drei Prozent, weswegen sich besonders bei Kühltruhen auch der Keller zumeist als bester Standort anbietet.

### In der Kürze liegt die W... äh, Einsparung

Einzelne Produkte am besten schnell aus dem Kühlschrank nehmen und ihn direkt danach wieder schließen. So hat die Raumwärme wenig Gelegenheit, den Kühlraum zu erwärmen. Bei der Entnahme von oder dem Befüllen mit mehreren Produkten ist es allerdings besser, den Kühlschrank einmal für längere Zeit geöffnet zu halten.

### Auch ein Kühlschrank hat Gefühle

Lassen Sie warmes Essen (auf Zimmertemperatur) abkühlen, bevor Sie es in den Kühlschrank stellen. Sonst muss er eine erhöhte Kühlleistung vollbringen, was einen entsprechend größeren Energieverbrauch verursacht.

### Das Ende der Eiszeit

Wenn sich im Tiefkühlfach Ihres Kühlschranks eine Eisschicht gebildet hat, sollten Sie diesen abtauen. Eine Vereisung von fünf Millimetern erhöht den Stromverbrauch Ihres Kühlschranks um rund 30 %.

### Restkälte kann genutzt werden

Wenn Sie etwas auftauen wollen und es nicht eilig haben, lassen Sie die Produkte im Kühlschrank auftauen. So dauert das Auftauen zwar länger, aber das Gefriergut gibt die Kälte an den Kühlschrank ab und der Kühlschrank muss dann weniger arbeiten. Ein weiterer Pluspunkt: Das Auftauen im Kühlschrank ist hygienischer, weil sich Bakterien weniger schnell vermehren.

### Die magische Zahl 7

Achten Sie auf die Innentemperatur Ihres Kühlschranks. Die optimale Kühlschranktemperatur beträgt 7 °C, im Gefrierschrank oder -fach sollten minus 18 Grad Celsius nicht unterschritten werden.

### Kühlschrank bei längerer Abwesenheit abschalten

Wenn Sie mehrere Wochen nicht zuhause sind, sollten Sie den Kühlschrank ganz abschalten. Vergessen Sie nicht, die Tür offen stehen lassen, um Schimmelbildung zu vermeiden.

### Nur ein voller Kühlschrank ist ein guter Kühlschrank

Machen Sie Ihren Kühlschrank möglichst voll, indem Sie beispielsweise Reserve-Saft-Packungen im Kühlschrank aufbewahren. Auf diese Weise sparen Sie Energie, denn nach dem Öffnen des Kühlschranks geben die Produkte ihre Kälte an die eingeströmte warme Luft ab und das Gerät selbst muss weniger arbeiten.







### Auf den Gefrierschrank verzichten

Wenn möglich, sollten Sie auf einen separaten Gefrierschrank oder eine Gefriertruhe verzichten, denn diese sind wahre Stromfresser. Meist tut es auch schon ein kleines Gefrierfach im Kühlschrank oder eine Kühl-Gefrier-Kombination.

### Zustand des Kühlschranks checken

Um Strom bei Ihrem vorhandenen Kühlschrank zu sparen, sollten Sie ihn regelmäßig genau unter die Lupe nehmen. Insbesondere defekte Türdichtungen steigern den Stromverbrauch von Kühlschränken immens.

### Die Wärme aussperren

Durch die Nutzung von vorhandenem Sonnenschutz – z.B. von außen liegenden Jalousien – kann ein starkes Aufheizen der Räume durch Sonneneinstrahlung verhindert werden. Im Sommer empfiehlt es sich, in den Morgenstunden zu lüften, um mit der kalten Nachtluft die Räume abzukühlen. Das führt zu einer Verringerung der Tageshöchsttemperatur im Raum von ca. 3 bis 4 °C.

### Klimaanlage an? Türen und Fenster zu!

Bei Verwendung einer Klimaanlage zur Reduzierung der Raumtemperatur sollten die Türen und Fenster des Raums geschlossen sein, um die Wirkung der Klimatisierung voll auszunutzen.

### Klimaanlage richtig einsetzen

Nutzen Sie die Klimaanlage im besten Fall nur dann, wenn die Innenraumtemperatur 26 °C überschreitet. Eine Temperaturdifferenz zwischen Innen und Außen von 5 bis 7° C ist dabei ausreichend und angenehm. Ein zu großer Temperaturunterschied wirkt sich nicht nur auf den Energieverbrauch aus, sondern belastet auch den Organismus und schadet der Gesundheit!

### Grün, grün, grün sind alle meine Dächer

Neben vielen weiteren Vorteilen dienen Dachbegrünungen im Sommer als Hitzeschutz und wirken somit als natürliche Klimaanlage, die jedoch keine Energie kostet, sondern einspart.

Ob sich ihr Dach für eine Begrünung eignet, kann u.a. mit Hilfe des Gründachkatasters des Regionalverbands Ruhr (<https://www.rvr.ruhr/themen/oekologie-umwelt/startseite-klima/gruendachkataster/>) ermittelt werden.



## Bürogeräte, Computer & Co.

### Desktop-PC gegen Notebook austauschen

Hier kommt es sehr stark darauf an, wofür Sie den PC benutzen. Für typische Office-Arbeiten und das Surfen im Internet sind moderne Notebooks tendenziell genauso leistungsfähig wie große Rechner und dabei wesentlich energieeffizienter.

### Elektrische Geräte (komplett) ausschalten

Schalten Sie Geräte aus, wenn Sie sie eine längere Zeit voraussichtlich nicht benötigen. Beim PC kann das beispielsweise automatisch erfolgen und über die Energieoptionen eingestellt werden. Auch das Ausschalten des Monitors lohnt sich bereits bei sehr kleinen Pausen, ein Bildschirmschoner verbraucht in der Regel sogar mehr Energie als der Normalbetrieb.

Übrigens: PC, Laptop, Monitor und Co. verbrauchen auch noch Strom, wenn sie eigentlich ausgeschaltet sind (Stand-By). Dies können Sie verhindern, wenn Sie entweder den Stecker aus der Steckdose ziehen, der die Komponenten mit dem Stromnetz verbindet, oder eine Mehrfach-Steckdosenleiste mit einem Ein-/Aus-Schalter nutzen.

### Papier- und Tonerverbrauch reduzieren

In Deutschland werden pro Jahr knapp 21 Millionen Tonnen Papier verbraucht, dessen Herstellung viel Energie und Rohstoffe benötigt (und zudem sehr häufig mit Waldzerstörung, dem Verlust an natürlicher Vielfalt und der Missachtung von Menschenrechten verbunden ist). In dieser Zahl sind zwar alle Papierarten vom Schuhkarton bis zum Klopapier enthalten, das Drucker- und Kopierpapier macht aber einen deutlichen Teil der Gesamtsumme aus. Um hier einen Beitrag leisten zu können prüfen Sie bitte zunächst, ob das Dokument unbedingt ausgedruckt werden muss und – falls ja – ob Recyclingpapier eingelegt ist. Auch doppelseitiges Kopieren, das Verkleinern von Dokumenten oder das Drucken in niedrigerer Auflösung und schwarz-weiß trägt zum Einsparen von Papier bzw. Toner und somit auch zum Schutz der Umwelt bei.

### Energiesparen auf Knopfdruck

Auch gut ausgelastete Kopiergeräte verbringen die meiste Zeit des Tages im Wartezustand. In vielen Fällen ist der Stromverbrauch im Leerlaufbetrieb sogar höher als der Verbrauch, der z.B. für das eigentliche Kopieren benötigt wird. In solchen Phasen kann mit der Stromsparfunktion Energie eingespart werden.

### Erst sammeln, dann drucken

Jeder Gang macht schlank – jeder Schritt hält fit. Bezüglich des Ausdrucks von Dokumenten sollte diesen Weisheiten bitte keine Bedeutung zugesprochen werden, da das Sammeln und gleichzeitige Ausdrucken von Dokumenten den Energieaufwand für das Aufheizen der Tonertrummel deutlich verringert



## Backofen, Mikrowelle & Co.

### Mikrowelle selten(er) benutzen

Kleinere Speisen oder auch Getränke wie Milch wärmen Sie am besten in der Mikrowelle auf. Diese verbraucht weniger Energie als ein Herd und ist für diesen Zweck perfekt geeignet. Mehrere oder komplette Mahlzeiten sollten Sie allerdings nicht in der Mikrowelle zubereiten, da der Stromverbrauch sonst höher ausfällt.

### Gefrorene Lebensmittel rechtzeitig auftauen

Lassen Sie gefrorene Lebensmittel rechtzeitig auftauen, um hierfür nicht die Mikrowelle oder gar den Ofen einsetzen zu müssen.

### Kochen mit Deckel

Schließen Sie beim Kochen den Kochtopf. Ein offener Topf erhöht den Energieverbrauch um ein Vielfaches!

### Kochtopf mit richtiger Größe

Stellen Sie auf die Herdplatten nur Kochtöpfe der richtigen Größe. Wenn der Topf über die Platte hinausragt, verlängert das die Kochzeit. Ist sein Durchmesser dagegen zu klein, geht Energie ungenutzt verloren.

### Benutzung von Schnellkochplatte und Schnellkochtopf

Um die Kochzeit und die für das Kochen benötigte Energie zu verringern, eignet sich die Nutzung von Schnellkochplatten und -kochtöpfen.

### Vorheizen vermeiden, Restwärme nutzen

Für viele Gerichte ist es nicht notwendig den Backofen vorzuheizen. Zudem können Sie Herd und Ofen bereits einige Minuten vor dem Koch-, Gar- oder Backende ausschalten und die Nachhitze nutzen. Im besten Fall nutzen Sie den Ofen auch nicht nur für einen Vorgang, sondern für mehrere nacheinander (z.B. Kuchen, Plätzchen, Blätterteigtaschen etc. in einem Anlauf).

### Wasserkocher vs. Elektroherd

Wenn sie Wasser für das Kochen oder das Erhitzen von Getränken benötigen, nutzen Sie am besten einen Wasserkocher. Dies gilt allerdings nur für kleinere Wassermengen bis zu 1,5 Litern. Je größer die Wassermenge, desto weniger relevant ist der Heizverlust durch die Nutzung von Topf und Herd.

Übrigens: Im Gegensatz zum Elektroherd liegt die Induktionsplatte mit dem Wasserkocher in Sachen Geschwindigkeit und Stromverbrauch in etwa gleichauf. Auf dem Gasherd ist das Aufkochen von Wasser sogar etwas günstiger, dauert aber auch ein wenig länger.

### So viel wie nötig, so wenig wie möglich

Füllen Sie in den Wasserkocher nur so viel Wasser, wie Sie auch wirklich benötigen. Mehr Wasser bedeutet mehr Stromverbrauch, zudem braucht der Wasserkocher dann länger. Gleiches gilt auch für die benötigte Temperatur – es müssen nicht immer 100 °C sein. Dank eines Wasserkochers mit Temperatureinstellung können Sie den Heizvorgang je nach Bedarf auch schon bei 40, 60 oder 80 Grad stoppen.



## Dusche, Waschbecken & Co.

### Duschen statt Baden

Ziehen Sie eine Dusche dem Vollbad vor und duschen Sie nicht länger als nötig. Beides spart eine erhebliche Menge Energie ein!

### Wasserhahn zudrehen

Drehen Sie den Wasserhahn zu, während Sie sich beispielsweise die Zähne putzen, die Hände einseifen oder das Shampoo in die Haare einmassieren.

### Niederdruck-Brausekopf installieren

Wenn Sie einen Niederdruck-Brausekopf in Ihre Dusche einbauen, begrenzen Sie Ihren Warmwasserverbrauch. In der Regel sparen Sie damit mehr als die Hälfte der vorher benötigten Energie.

### Einhandhebelmischer einbauen

Nutzen Sie Einhandhebelmischer für Küche und Bad. Sie können so schneller die gewünschte Temperatur einstellen und damit Wasser einsparen.

### Halt, Stopp!

Nutzen Sie eine Spülstopp- bzw. Spartaste, um den Wasserverbrauch zu senken. Achten Sie außerdem darauf, dass der Spülkastenablauf richtig abgedichtet ist.

### Im blauen Bereich bleiben

Die Temperatur des Wassers hat keinen Einfluss auf die Reinigungswirkung beim Händewaschen. Keime und Bakterien werden bei richtiger Durchführung des Händewaschens mit Seife auch durch kaltes Wasser zuverlässig abgetötet. Das spart nicht nur Energie, sondern fördert auch die Durchblutung.

### Und es läuft und läuft und läuft...

Häufig verschwenden wir täglich unnötige Mengen Wasser ohne es zu merken. Ein Wasserhahn, der pro Minute 20 Tropfen verliert, vergeudet über das ganze Jahr gesehen circa 2.600 Liter. Zum Vergleich: Mit so viel Wasser könnten Sie eine herkömmliche Badewanne ungefähr 17 Mal befüllen. Ein undichter WC-Spülkasten verliert sogar noch mehr Wasser. Sollte Ihnen daher ein tropfender Hahn oder ein undichter Spülkasten ins Auge springen, versuchen sie die Ursache schnellstmöglich beheben zu lassen.



## Waschmaschine, Trockner & Co.

### Bei niedriger Temperatur waschen

Kleidung bei 90 Grad zu waschen ist heutzutage in der Regel unnötig. Meistens reichen sogar 40 Grad völlig aus. Weitere Energie sparen Sie ein, wenn Sie auf die Vorwäsche verzichten.

### Wasch- und Spülmaschine gänzlich füllen

Das Volumen der Wasch- und Spülmaschine sollten Sie möglichst immer voll ausnutzen. Weniger Wäsche bzw. Geschirr bedeutet mehr Waschgänge und somit auch mehr Energieverbrauch.

### Auf den Trockner verzichten

Verzichten Sie möglichst auf die Nutzung eines Wäschetrockners, da dieser in der Regel noch mehr Strom als die Waschmaschine benötigt. Trocknen Sie die Wäsche stattdessen lieber im Waschkeller oder im besten Fall an der frischen Luft.

### Den Energiesparmodus nutzen

Sofern vorhanden, lassen Sie den Geschirrspüler und die Waschmaschine im Energiespar- bzw. Eco-Modus laufen, da der Wasser- und/oder Energieverbrauch mit diesem Programm wesentlich geringer ist.



## Heizung, Dämmung & Co.

### Nicht durchheizen

Sie können viel Heizenergie sparen, wenn Sie die Temperatur an der Heizung über Nacht, bei (mehrtägiger) Abwesenheit, übers Wochenende oder während einer Urlaubsreise verringern und erst dann wieder auf die gewünschte Temperatur einstellen, wenn Sie sie wirklich benötigen. Das kann manuell oder mit Hilfe von programmierbaren Thermostaten geschehen.

### Heizung nicht voll aufdrehen

Thermostate müssen nicht auf Stufe 5 stehen, damit es wohlig warm wird. „Voll-Aufdrehen“ heißt nicht schneller heizen, sondern länger – nämlich bis zur gewählten Zimmertemperatur. In Wohnräumen wird eine Raumtemperatur von 20 bis 21 °C empfohlen, das entspricht in etwa der Stufe 3 auf herkömmlichen Thermostaten. Jedes zusätzliche Grad erhöht den Wärmeverbrauch durchschnittlich um 6 %. Schauen Sie also einfach mal nach, wie warm es in Ihren Räumen ist und ob Sie die Heizung ggf. herunterdrehen können.

### Heizkörper nicht verdecken

Stellen Sie keine Möbel vor die Heizkörper und verdecken Sie diese nicht mit Vorhängen. Diese Barrieren verhindern den Wärmefluss in den Raum und erhöhen so die Heizkosten.

### Nachts Rollläden und Vorhänge schließen

Bei tiefen Außentemperaturen in der Nacht geht die meiste Wärme über die Fenster verloren. Wenn Sie Rollläden, Vorhänge und Klappläden schließen, können Sie diesen Wärmeverlust um einige Prozent eindämmen.

### Lüften muss sein – Aber bitte kontrolliert

Für die richtige Beheizung der Räume ist es vor allem im Winter wichtig, kontrolliert zu lüften. Empfohlen ist es, ein paar Mal am Tag bei weit geöffnetem Fenster und komplett heruntergedrehter Heizung für 5 bis 10 Minuten zu lüften und danach das Fenster wieder ganz zu schließen.

Übrigens: Auf ‚Kipp‘ sollten Fenster zum Lüften nie stehen, da so kaum ein Luftaustausch stattfinden kann, der Sturzbereich des Fensters zu stark auskühlt und dadurch sogar die Schimmelbildung begünstigt wird.

### Türen und Fenster abdichten

Das Abdichten von Fenstern und Türen verhindert, dass Wärme nach außen entweicht.

### Heizung regelmäßig warten (lassen)

Gerade bevor die kalte Jahreszeit beginnt, sollten Sie einen Fachmann Ihre Heizungsanlage warten lassen. Funktioniert die Heizungsanlage einwandfrei, sind auch die Verbrauchswerte optimal, wodurch Sie nicht nur Energie, sondern auch Kosten sparen.





### Doppel- statt Einfachverglasung

Falls Sie Fenster mit einfacher Verglasung haben, ersetzen Sie diese durch solche mit Doppelverglasung. Die Dämmwirkung hält die Wärme viel besser im Raum und spart damit einen Teil Heizenergie.

### Grün, grün, grün sind alle meine Dächer

Dachbegrünungen weisen – neben vielen weiteren Vorteilen – im Winter eine dämmende Wirkung auf und tragen somit zum Einsparen von Heizenergie bei.

Das grundlegende Potenzial Ihres Daches zur Anlage einer Dachbegrünung kann mit dem Gründachkataster des Regionalverbands Ruhr (<https://www.rvr.ruhr/themen/oekologie-umwelt/startseite-klima/gruendachkataster/>) überprüft werden.

### Solarenergie nutzen

Solarthermie-Anlagen auf dem Dach lohnen sich vor allem für die Wärmeerzeugung als Ergänzung zur Heizung und für die Warmwasserbereitung. Sie können bis zur Hälfte des jährlichen Wärmebedarfs abdecken, bei Häusern nach Niedrig-Energie-Standard sogar mehr.

Eine erste Einschätzung, ob sich Ihr Dach für die Anlage einer Solarthermie-Anlage eignet, liefert beispielsweise das Solardachkataster des Regionalverbands Ruhr (<https://www.rvr.ruhr/themen/oekologie-umwelt/startseite-klima/solardachkataster/>).

### Heizung modernisieren

Richtig Energie sparen lässt sich nicht zuletzt mit einer neuen Heizung, sofern die bisherige schon einige Jahre bzw. Jahrzehnte auf dem Buckel hat. Die Investition amortisiert sich in der Regel schnell aufgrund der eingesparten Brennstoffkosten. Neben modernen und effizienten Brennwertkesseln gibt es auch Alternativen wie Erdwärmeheizungen oder so genannten Pellets, die aus kleinen Holzstückchen gepresst werden.

Bei der Investition für eine neue Heizungsanlage können Ihnen verschiedene Förderprogramme unter die Arme greifen. Zudem kann Sie ein Energieberater bei der Analyse Ihres Energieverbrauchs unterstützen und einen individuellen Plan zur Optimierung des Wärmeverbrauchs erarbeiten.



## Beleuchtung, Sonnenlicht & Co.

### Nutzung von LED-Lampen

Der Einsatz von LED-Lampen bietet enormes Potenzial zur Minderung des Kohlendioxid-Ausstoßes. LED-Lampen sind zwar in der Regel teurer als Glühlampen oder Energiesparlampen, sparen aber das Vielfache an Strom und halten in der Regel deutlich länger, sodass sich der Kauf schon nach kurzer Zeit rentiert. Für Stellen, an denen oft und/oder lange das Licht brennt, sollten sie stets die erste Wahl sein.

### Leuchtendes Vorbild

Eingeschaltete Lichtquellen verbrauchen unnötig Energie, wenn der Raum verlassen bzw. nicht genutzt wird. Gehen Sie mit gutem Beispiel voran, der Letzte macht stets das Licht aus.

### Unnötige Beleuchtung ausschalten

Unter Umständen sind in einem Raum mehrere Deckenleuchten vorhanden, die einzeln an- bzw. ausgeschaltet werden können. Für eine ausreichende Beleuchtung müssen zumeist nicht alle Leuchten an sein.

### Let the sun go down on you

Halten Sie die Fenster frei, damit das Tageslicht voll ausgenutzt werden kann und schalten Sie bei ausreichendem Tageslicht die Beleuchtung ab. Gegen blendendes Sonnenlicht helfen Rollos bzw. Lamellenjalousien, die von außen oder innen angebracht werden können.

### Solarenergie nutzen

Photovoltaik-Anlagen auf dem Dach erzeugen Strom aus der Sonnenstrahlung, wodurch einerseits der Verbrauch von fossilen Brennstoffen reduziert und andererseits eine unabhängige(re) Stromversorgung ermöglicht wird. Mit Hilfe eines Solarspeichers kann der produzierte Strom darüber hinaus gespeichert und beispielsweise nachts und/oder bei schlechtem Wetter genutzt werden.

Unter anderem das Solardachkataster des Regionalverbands Ruhr (<https://www.rvr.ruhr/themen/oekologie-umwelt/startseite-klima/solardachkataster/>) liefert Ihnen einen ersten Überblick darüber, ob sich Ihr Dach für die Installation und den Betrieb einer Photovoltaik-Anlage eignet.





## Mülltrennung, Recycling & Co.

### Vermeidung vor Verwertung

Für die Produktion und das Recycling von Waren sind Rohstoffe und Energie nötig, weshalb das oberste Ziel immer die Vermeidung von so viel Abfall wie möglich sein sollte.

### Müll richtig trennen

Wenn dies jedoch (mal) nicht möglich ist, sollte der anfallende Müll soweit es geht ‚stofflich verwertet‘, das heißt recycelt werden. Je besser der Müll dabei bereits im Vorfeld getrennt wird, desto leichter können die unterschiedlichen Müllarten in den Sortier- und Müllanlagen sortiert bzw. verwertet werden. Wie Sie das bestmöglich schaffen wird folgend erklärt:

- Wertstoffe  
In die Gelbe Tonne gehören Verpackungen aus Kunststoff, Weißblech und Aluminium – beispielsweise Folien, Tuben, Konservendosen oder Plastiktüten – sowie Getränkekartons oder Tiefkühlverpackungen. Zu den Verpackungen zählen auch Serviceverpackungen wie etwa Coffee to go-Behälter, Styroporboxen und Einwickelpapier aus der Metzgerei oder vom Käsestand.
- Glas  
Getrennt gesammeltes Glas kann zu fast 100 % recycelt werden – und das immer wieder ohne große Qualitätsverluste. Dafür muss Glas aber ordentlich nach Farben getrennt und in die passenden Sammelbehälter für Weiß-, Braun- und Grünglas einsortiert werden. Blaues und gelbes Glas können als Grünglas entsorgt werden. Wichtig: Den Deckel müssen Sie von Gläsern nicht mehr abschrauben, da sie dank moderner Technik sehr gut aussortiert werden. Glühbirnen, Keramik, Porzellan oder feuerfestes Glasgeschirr dürfen nicht in die Sammelcontainer, sondern gehören in die Restmülltonne.
- Papier  
Seien es Kopierpapier, Zeitungen, Zeitschriften, Kartons oder Papierverpackungen – jeden Tag fällt eine Unmenge an Papiermüll an. Ebenso wie Glas kann Papier nahezu vollständig wiederverwertet werden, weshalb dessen Trennung von dem restlichen Müll äußerst sinnvoll ist. Wichtig: In die Papiertonne gehören kein Thermopapier (z.B. Kassenzettel oder Fahrkarten), kein verschmutztes Küchen- und Hygienepapier, keine Tetra Paks (z.B. Saft- und Milchkartons) und keine Aktenordner. Zudem sollten größere Papierformate und Kartons möglichst immer zerkleinert werden, um nicht allzu viel Platz im Müllcontainer einzunehmen.
- Biomüll  
In die Biotonne können alle zur Kompostierung geeigneten organischen Abfälle wie alte Lebensmittel, Pflanzenreste und Gartenabfälle (ohne Erde), Obst- und Gemüseabfälle, aber auch Kaffee- und Teefilter landen. Am besten sammeln Sie den Biomüll ohne Tüte.
- Restmüll  
Wird alles richtig getrennt, bleibt für die Restmülltonne nicht mehr viel übrig. Hier hinein gehören beispielsweise verschmutzte Papiere, Hygieneartikel, ausgetrocknete Filzstifte, Medikamente, Zigarettenkippen, alte Fotos sowie kaputte Kunststoff- oder Haushaltsgegenstände.



## Mobilität, Fahrzeugwahl & Co.

### Klimakiller Kurzstrecken

Der Treibstoffverbrauch direkt nach dem Start und nach den ersten Kilometern ist um ein Vielfaches höher als das normale Niveau, welches erst nach einigen Kilometern Fahrt erreicht wird. Insbesondere bei kurzen Strecken lohnt es sich also, diese mal zu Fuß oder mit dem (Dienst-)Rad zurückzulegen. Weitere Vorteile: Eine Ankunft direkt vor der Tür, keine lästige Parkplatzsuche, keine Parkgebühren und noch etwas für die Gesundheit getan.

### Keine Ent-Zugs-Erscheinungen

Die öffentlichen Verkehrsmittel tragen nachhaltig zur Verkehrsentlastung, zum Klimaschutz und zur Ressourcenschonung bei. So spart eine Bus- bzw. Zugfahrt im Vergleich zum Auto fast 50 % an Treibhausgas-Emissionen ein – bei der Nutzung der Bahn im Fernverkehr sind es sogar knapp 70 %. Ein weiterer Vorteil: die tägliche Fortbewegung mit Bus und Bahn ist häufig günstiger als die mit dem Auto.

### Flüge vermeiden

Nach wie vor stoßen Flugzeuge eine hohe Menge Schadstoffe aus. Gerade Inlandsflüge lassen sich oft vermeiden. Aber auch bei Fernreisen sind die Bahn und sogar Reisebusse die umweltfreundlichere Wahl. Bei unvermeidbaren Flügen gibt es beispielsweise unter [www.atmosfair.de](http://www.atmosfair.de) die Möglichkeit, die entstandenen Emissionen berechnen und ausgleichen zu lassen. Sie zahlen freiwillig für die durch Ihren Flug verursachten Treibhausgase und das Geld wird zum Beispiel in Solar-, Wasserkraft-, Biomasse- oder Energiesparprojekte in Entwicklungsländern investiert, um dort eine Menge Treibhausgase einzusparen, die eine vergleichbare Klimawirkung haben wie die Emissionen aus dem Flugzeug.

### Aufzügen einen Korb geben

Etwa 50 Wattstunden Strom werden verbraucht, wenn Sie einen Aufzug zweimal am nutzen. Lassen Sie ihn ruhen: Treppensteigen hält fit und spart Strom.

### Fahrgemeinschaften bilden

Kennen Sie Kollegen, die mehr oder weniger denselben Arbeitsweg haben wie Sie? Vielleicht macht eine Fahrgemeinschaft Sinn! Durch diese kann Sprit und Geld gespart werden und Sie und Ihre Kollegen können sich mit dem Fahren abwechseln. Zudem ist der Arbeitsweg in einer Fahrgemeinschaft in der Regel viel unterhaltsamer.

### Niedrigtourig fahren

Schalten Sie frühzeitig, geben Sie dafür mehr Gas und fahren Sie stets im höchstmöglichen Gang. In der Regel können Sie bei modernen Autos bei Tempo 30-40 den dritten, bei 40-50 den vierten und bei 50-60 den fünften Gang einlegen. Bis zu 30 % an Kraftstoff können durch niedrigtouriges Fahren eingespart und der Motor geschont werden.





### Motor nicht warm laufen lassen

Lassen Sie Ihren Motor nicht warm laufen - fahren Sie direkt nach dem Starten los und schalten Sie bereits nach wenigen Metern in den zweiten Gang.

### Probier's mal mit Gemütlichkeit, mit Ruhe und Gemütlichkeit

Unnötiges Bremsen und Beschleunigen sowie Rasen und das so genannte Lückenspringen treiben den Benzinverbrauch nach oben. Bei einer Geschwindigkeit über 120 Stundenkilometer steigt der Spritverbrauch überproportional an. Bei gleichmäßigem Reisetempo gelassen und vorausschauend fahren dient also nicht nur der Verkehrssicherheit, sondern schont auch den Geldbeutel – und in der Regel auch die Nerven.

### Bergab vom Gas gehen

Gehen Sie bergab vom Gas. Werden Sie aufgrund der Bremswirkung des Motors zu langsam, schalten Sie in den nächsten Gang und nutzen Sie den Schwung so lange es geht.

### Motor bei längerem Halt abschalten

Schalten Sie nicht nur an Bahnübergängen, sondern auch bei längeren Wartezeiten an der Ampel den Motor ab. Damit sparen Sie spätestens ab 30 Sekunden Sprit ein. In neueren Autos kann die vorhandene Start-Stopp-Funktion genutzt werden, um auch bei kürzeren Standzeiten den Kraftstoffverbrauch und die Umwelt zu schonen.

### Stromfresser maßvoll einsetzen

Je stärker die Lichtmaschine durch elektrische Verbraucher belastet wird, desto höher ist der Kraftstoffverbrauch. Einer der größten Energiefresser ist die Klimaanlage, die den Verbrauch um bis zu 2 Liter je 100 Kilometer erhöht.

### Gepäck über Bord

Je höher das Gewicht, desto höher der Kraftstoffverbrauch. Üblicherweise gilt, dass bei etwa 100 kg Gewicht ein Mehrverbrauch von bis zu 0,3 Litern möglich ist. Es empfiehlt sich also darauf zu achten, was Sie alles im Auto mitnehmen.

### Reifendruck prüfen

Ein zu niedriger Reifendruck erhöht nicht nur den Verschleiß, sondern führt auch zu einem größeren Rollwiderstand der Reifen und damit zu einem höheren Spritverbrauch. Selbst wenn der Reifendruck lediglich um 0,5 bar zu niedrig ist, erhöht dies den Verbrauch um rund 5 %.

### Leichtlauföl und Leichtlaufreifen

Verwenden Sie beim nächsten Ölwechsel Leichtlauföl, beim nächsten Reifenwechsel Leichtlaufreifen. Leichtlauföle mindern den Reibungswiderstand im Motor, Leichtlaufreifen senken hingegen den Rollwiderstand, können den Kraftstoffverbrauch um bis zu 6 Prozent reduzieren und machen Ihr Auto hörbar leiser.



### Augen auf beim Autokauf

Achten Sie beim Kauf eines Neuwagens auf Spritverbrauch und Emissionswerte und beziehen Sie Ihre Lebensumstände mit ein. Wenn Sie in der Stadt wohnen und häufig kurze Strecken fahren, eignet sich für Sie ein anderes Fahrzeug als für Langstreckenfahrer.

### Carsharing nutzen

Eine grundsätzliche Frage sollten Sie sich in jedem Fall stellen: benötigen Sie wirklich ein eigenes Auto? Oftmals ist ein Auto im Alltag unnötig oder sogar hinderlich - wer in einer Großstadt lebt, weiß, dass man oft schneller und einfacher mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem Fahrrad ans Ziel kommt. Wer also nur ab und an ein Auto braucht, um zum Beispiel größere Einkäufe zu erledigen oder ins Grüne zu fahren, kann sich zum Carsharing anmelden. Einmal angemeldet kann man schnell und einfach jederzeit ein Auto mieten - ganz unbürokratisch. Eine Liste der Carsharing-Anbieter finden Sie etwa auf der Seite [www.carsharing.de](http://www.carsharing.de).



## Ökostrom, Biogas & Co.

### Den Stromanbieter wechseln

Mit einem Wechsel zu einem Ökostromanbieter leisten Sie ihren individuellen Beitrag zum zukunftsfähigen Umbau unserer Energieversorgung. Ein Ökostromvertrag ist auch nicht zwangsweise teurer als ein herkömmlicher – häufig ist sogar das Gegenteil der Fall. Auf der Website <https://www.ecotopten.de/strom/oe-kostrom-tarife> können Sie beispielsweise verschiedene Ökostrom-Tarife miteinander vergleichen.

### Den Gasanbieter wechseln

Deutsche Haushalte können mittlerweile zwischen vielen verschiedenen Gasversorger wählen, von denen auch immer mehr Biogas- oder Klimatarife anbieten. Dabei heißt ‚öko‘ – wie auch beim Stromvertrag – nicht unbedingt auch teuer. Trotz der höheren Kosten können Ökostromprodukte mit strengen Gütesiegeln günstiger sein als die Grundtarife der örtlichen Stromversorger.

Ob es sich um einen Biogastarif handelt und wie hoch der Anteil an Biogas ist, entnehmen Sie am besten den jeweiligen Tarifdetails.



## Fördermittel, Beratungsangebote & Co.

### Akquise von Fördermitteln

Maßnahmen zur Energieeinsparung oder zur Anwendung Erneuerbarer Energie sind in der Regel (sehr) kostenintensiv. Allerdings werden viele Maßnahmen vom Land Nordrhein-Westfalen oder vom Bund gefördert, einen Überblick zu passenden Förderprogrammen für Ihr Vorhaben finden Sie unter anderem auf folgenden Internetseiten:

- <https://www.co2online.de/foerdermittel>
- [https://www.bezreg-arnsberg.nrw.de/energie\\_bergbau](https://www.bezreg-arnsberg.nrw.de/energie_bergbau)
- <https://foedernavi.energieagentur.nrw>
- <http://www.foerderdatenbank.de>
- <https://www.deutschland-machts-effizient.de>
- <https://www.klimaschutz.de/foerderlotse>
- <https://www.verbraucherzentrale.nrw/wissen/energie/foederprogramme>

### InnovationCity – Sanierungszuschuss

Die Stadt Gladbeck fördert energetische Gebäudemodernisierung in den InnovationCity-Quartieren mit dem Förderprogramm „InnovationCity Sanierungszuschuss“. Das Förderprogramm wird in Gladbeck seit Oktober 2017 angeboten und kann seitdem von Eigentümern ergänzend zu einer Förderung durch Bundes- und Landesförderprogramme in Anspruch genommen werden. Im besonderem Fokus stehen der Austausch von alten Heizungsanlagen, der hydraulische Abgleich oder die Dämmung von Kellerdecken und Fassaden. Zusätzlich gibt es aber auch Fördermöglichkeiten für eine fachmännische Baubegleitung.

Die Stadt nimmt Anträge schriftlich oder per E-Mail entgegen. Weitere Informationen zum Förderprogramm sowie entsprechende Gebietsabgrenzungen und Antragsunterlagen finden Sie auf der Website [https://www.gladbeck.de/Leben\\_Wohnen/Innovation\\_City/Sanierungszuschuss.asp](https://www.gladbeck.de/Leben_Wohnen/Innovation_City/Sanierungszuschuss.asp).

### Energieberatungsangebote

Für die InnovationCity-Quartiere in Gladbeck stehen Ihnen Sanierungsmanager der Stadt Gladbeck zur Verfügung, welche Sie im persönlichen Austausch bei Fragen zu möglichen Sanierungsmaßnahmen und Fördermöglichkeiten beraten. Gemeinsam sollen Lösungen gefunden werden, individuelle Potenziale zu heben und die Sanierungsrate zu erhöhen.

Unabhängig von diesem städtischen Angebot bietet die Verbraucherzentrale NRW verschiedene, zum Teil kostenlose Formen an Energieberatungen (z.B. persönlich zu Hause, vor Ort in einer Beratungsstelle oder per Videokonferenz) an, über welche Sie sich jeweils unter dem Link <https://www.verbraucherzentrale.nrw/beratungsangebote> informieren können.

Nicht zuletzt können Sie sich natürlich auch immer von einer Fachfirma, einem Energieberater oder einem Handwerker Ihres Vertrauens beraten lassen.



## Klimaschutz in der Gesellschaft verankern

### Klimaschutz zum Thema machen

Je mehr darüber geredet wird, was wir für den Klima- und Umweltschutz tun können und warum, desto mehr Aufmerksamkeit und Wirksamkeit erhält das Thema bei unseren Mitmenschen aus dem persönlichen Umfeld. Also bei Zeiten einfach mal mit Nachbarn, Freunden und Verwandten ins Gespräch kommen und ein wenig über die Umwelt plaudern.

### Kinder sensibilisieren

Weisen Sie (Ihre) Kinder früh darauf hin, dass es wichtig ist, Energie zu sparen und die Umwelt zu schützen. Die Vorteile: Kinder und Jugendlichen werden nicht nur alleine durch eine Auseinandersetzung mit der Klimaproblematik erreicht – sie tragen den Klimaschutzgedanken als Multiplikatoren auch in ihre Elternhäuser hinein und stellen als heranwachsende Generation die zukünftigen Entscheidungsträger im Umgang mit unserer Umwelt dar.

### In Umweltverbänden engagieren

Gemeinsam für die Umwelt: Treten Sie bei Interesse einem Umweltschutzverband bei und engagieren Sie sich zusammen mit anderen Menschen für den Klima-, Natur- und Umweltschutz.

### Der Natur Raum geben

Die Natur muss sich an den Klimawandel anpassen. Sie können ihr dabei helfen, indem Sie Raum dafür schaffen. Lebens- und Rückzugsräume können zum Beispiel durch einen naturnahen Garten, eine artenreiche Balkonbepflanzung oder durch Nistkästen und Insektenhotels geschaffen werden.