

CO₂-Einsparungen im Alltag

Was verändere ich?

Entscheiden Sie selbst, wo Sie Ihre Klimakalorien einsparen. Vieles wird Ihnen wahrscheinlich leichtfallen. Fangen Sie bei diesen Punkten an.

Punkte, die Ihnen schwerfallen, schieben Sie erstmal auf. Setzen Sie sich realistische Ziele!

<i>Ernährung</i>	<i>Verursachte CO₂-Mengen pro Person</i>	<i>Diese Maßnahmen setze ich um</i>
Ich esse häufiger vegetarische und biologisch hergestellte Lebensmittel	Vegetarisch, Bio: 2.354kg CO ₂ /Jahr Vegetarisch/konventionell: 2.888kg CO ₂ /Jahr ¹ Alles-Esser, Bio: 5.209kg CO ₂ /Jahr Alles-Esser, konventionell: 5.662kg CO ₂ /Jahr ¹	
Ich esse häufiger vegane und biologisch hergestellte Lebensmittel	Vegan, Bio: 334kg CO ₂ /Jahr, Vegan, konventionell: 749kg CO ₂ /Jahr ¹ Alles-Esser, Bio: 5.209kg CO ₂ /Jahr, Alles-Esser, konventionell: 5.662kg CO ₂ /Jahr ¹	
Ich esse häufiger saisonales Obst und Gemüse	Tomaten, saisonal: 350g CO ₂ /kg, Tomaten, nicht saisonal: 3.150g CO ₂ /kg ²	
Ich esse häufiger regionales Obst und Gemüse, das nicht tiefgekühlt ist	Anteil am Treibstoffverbrauch pro kg/Ware Region: 230g CO ₂ /kg Europa: 460g CO ₂ /kg Übersee (Flugzeug): 11.000 CO ₂ /kg Frisch: 150g CO ₂ /kg Tiefgekühlt: 400g CO ₂ /kg ²	
Ich werfe keine Lebensmittel weg	Jedes produzierte Kilo Lebensmittel verursacht 4,5kg CO ₂ ³	
Ich trinke Leitungswasser	Leitungswasser: 0,37g CO ₂ /l ⁴ Mineralwasser: 200g CO ₂ /l (Abfüllung und Transport)	
Ich kaufe Getränke in Mehrweg-Flaschen	1L-Mehrwegflasche: 56g CO ₂ /l ² 1L-PET-Flasche (Einweg): 112g CO ₂ /l,	
Ich koche mein Essen nicht ohne Topfdeckel	Kochen mit Topfdeckel spart 40kg CO ₂ /Jahr ⁶	

¹ <https://bundjugend.de/files/klimaexperimente-fuer-deinen-alltag-broschuere.pdf>

² pendos

³ <https://bund.net/service/presse/pressemitteilungen/detail/news/gesetzlicher-rahmen-gegen-das-verschenden-von-lebensmitteln-notwendig/>

⁴ <https://nachhaltig-sein.info/lebensweise/leitungswasser-mineralwasser-vergleich-nachhaltigkeit-gesundheit>