



# KLIMASCHONEND DURCH DEN ALLTAG



Wir alle können täglich zum Klimaschutz beitragen.  
Auf den folgenden Seiten findest du viele Tipps für kleine  
Änderungen im Alltag, die das Klima schützen. Fang gleich  
heute mit dem Klimaschutz an. Oder, falls du schon dabei bist,  
bleib gemeinsam mit uns dran.

## LIEBE KLIMAFREUNDE,

durch den Klimawandel nehmen extreme Wetterereignisse wie Hitzeperioden oder Überschwemmungen zu.

Um die Erderwärmung zu bremsen, sollten pro Tag und pro Person maximal 6.800 Gramm CO<sub>2</sub> freigesetzt werden. Das entspricht ca. dem CO<sub>2</sub>-Ausstoß, den eine 48 Kilometer lange Autofahrt verursacht.\*

Derzeit ist der durchschnittliche CO<sub>2</sub>-Ausstoß in Deutschland noch ca. vier Mal so hoch. Höchste Zeit, etwas zu tun!

Gemeinsam mit DIE UMWELTBERATUNG hat ALDI SÜD deshalb besonders einfache und wirksame Tipps für zwölf Alltagsbereiche zusammengestellt. Beim Einkauf, beim Kochen oder am Computer: Überall kannst du das Klima schützen.



[www.umweltberatung.at](http://www.umweltberatung.at)

\* Berechnung DIE UMWELTBERATUNG



# BEWUSST GENIESSSEN

Die Nahrungsmittelproduktion ist für 27 Prozent der weltweiten Treibhausgase verantwortlich.\* Doch du kannst dein Essen auch klimafreundlich genießen. Lass es dir gemeinsam mit ALDI SÜD schmecken!

## 1 SAISONAL ESSEN

Gemüse- und Obstsorten, die bei uns gerade reif sind, schmecken nicht nur besser, sie haben auch keinen langen Transportweg hinter sich und bringen Abwechslung auf den Tisch. Saisonkalender\*\* helfen bei der Auswahl, welches Obst und Gemüse gerade passend zur Jahreszeit erhältlich ist.

## 2 BIO-QUALITÄT GENIESSSEN

Produkte in Bio-Qualität haben viele Vorteile für die Umwelt: Sie werden z. B. ohne chemisch-synthetische Spritzmittel und Kunstdünger erzeugt. Die schonende Bodenbearbeitung lässt eine größere Artenvielfalt an Pflanzen und Tieren zu.\*\*\* Bei ALDI SÜD wird die umfangreiche Auswahl an Bio-Produkten größtenteils unter den Eigenmarken „GUT bio“, „Mamia bio“ sowie der Exklusivmarke „Schneekoppe“ angeboten. Alle Produkte tragen zudem das EU-Bio-Logo und das deutsche Bio-Siegel.

## 3 REGIONALES BEVORZUGEN

Der Lkw-Transport von Erdbeeren aus Spanien erzeugt etwa 10 Mal mehr CO<sub>2</sub> als der von Erdbeeren aus Deutschland.\*\*\*\* Unter seinen Eigenmarken „Einfach Regional“, „Unser Bayern“ und „Unser Franken“ zeigt ALDI SÜD, dass mit regionalen Produkten aus Deutschland ein umfangreiches Sortiment angeboten werden kann.

\* WWF, Bending the curve: the restorative power of plant-based diets, 2020,  
 \*\* [https://s7g10.scene7.com/is/image/aldi/ALDI\\_SUED\\_Saisonkalender\\_1200x800](https://s7g10.scene7.com/is/image/aldi/ALDI_SUED_Saisonkalender_1200x800)  
 \*\*\* Sanders S., Heß J., Thünen Report 65, Leistungen des ökologischen Landbaus für Umwelt und Gesellschaft, 2019, [www.thuenen.de/media/publikationen/thuenen-report/Thuenen\\_Report\\_65.pdf](http://www.thuenen.de/media/publikationen/thuenen-report/Thuenen_Report_65.pdf),  
 \*\*\*\* Berechnungen von DIE UMWELTBERATUNG der CO<sub>2</sub> Mengen aufgrund der Transportkilometer, basierend auf SERI-Rechner



## 4 EIWEISS VON DER BOHNE

Der tägliche Eiweißbedarf kann leicht und klimaschonend mit pflanzlichen Produkten anstatt mit Fleisch gedeckt werden. Hülsenfrüchte wie Bohnen, Linsen und Soja sind besonders eiweißreich und aus regionaler Produktion erhältlich. Genieße die vielfältige pflanzliche Küche!

## 5 KRUMME DINGER BEVORZUGEN

ALDI SÜD sorgt dafür, dass auch solche Lebensmittel ins Regal kommen, deren Form, Farbe oder Größe nicht der Norm entsprechen. Unter der Marke „Krumme Dinger“ kannst du leckeres Obst mit kleinen Schönheitsfehlern, beispielsweise Äpfel, erwerben und damit einen Beitrag gegen Lebensmittelverschwendung leisten.

## 6 VEGANEN TAG AUSPROBIEREN

Pflanzliche Lebensmittel wirken sich weniger schädlich auf das Klima aus als tierische. ALDI SÜD bietet seinen Kundinnen und Kunden eine gut sortierte Auswahl an veganen Produkten, welche durch die Kennzeichnung mit dem „V-Label vegan“ leicht zu erkennen sind.



# DEN EINKAUF GUT PLANEN

Durch verschwendete Lebensmittel gelangt unnötig CO<sub>2</sub> in die Luft. \* 14 Prozent der weltweit hergestellten Lebensmittel werden schon entsorgt, bevor sie in den Verkauf kommen. \*\* In Deutschlands Privathaushalten landen pro Person jährlich 75 Kilogramm Lebensmittel im Abfall. \*\*\* Mit ein paar Tricks kannst du leicht vermeiden, dass Lebensmittel in deinem Haushalt verderben.

## 1 VORRÄTE PRÜFEN UND VERPACKUNGSMÜLL GETRENNT SAMMELN

Müllvermeidung beginnt schon beim Einkauf: Überprüfe, welche Lebensmittel du im Kühlschrank und Vorratsschrank hast, bevor du einkaufen gehst. Unsere ALDI Trennhinweise bieten dir zudem eine gute Hilfestellung für die getrennte Sammlung der Verpackungen. Nur so können die verwendeten Materialien dem Kreislauf wieder zugeführt und Ressourcen geschont werden.

## 2 MIT KÖPFCHEN VORKOCHEN

„Meal-Prep“ ist effizient: z. B. werden gleich mehr Kartoffeln gekocht und am nächsten Tag für ein neues Gericht verwendet. Das bedeutet weniger Zeitaufwand, Abwechslung auf dem Teller, ausgewogene Ernährung und weniger Verschwendung.

## 3 DIE GUTE ALTE EINKAUFLISTE

Wer kennt es nicht: Ohne Plan einkaufen gehen heißt, mit viel zu viel nach Hause zurückzukommen. Schade, wenn Lebensmittel dadurch im Mülleimer landen! Schreibe vorab ganz einfach eine Einkaufsliste und plane deine Woche vor. Das schont auch den Geldbeutel.

## 4 ROBUSTE TRAGETASCHEN

Wegwerftaschen schaden der Umwelt. Nutze lieber die wiederverwendbaren, farbenfrohen Tragetaschen von ALDI SÜD oder nehme einen Einkaufstrolley mit!

\* FAO, Global food losses and food waste 2011,

\*\* FAO, The State of Food and Agriculture 2019,

\*\*\* [www.thuenen.de/media/publikationen/thuenen-report/Thuenen\\_Report\\_71.pdf](http://www.thuenen.de/media/publikationen/thuenen-report/Thuenen_Report_71.pdf)



# RICHTIG KOCHEN UND VERWERTEN

Im Haushalt fallen etwa 17 Prozent des Stromverbrauchs für das Kochen und Spülen an.\* Mit ein paar einfachen Tricks lässt sich auch dieser Verbrauch leicht reduzieren!

## 1 RESTWÄRME NUTZEN

Wenn du den Herd oder den Backofen ca. 10 Minuten vor Ende der Garzeit ausschaltest, reicht die Restwärme, um die Mahlzeit fertig zu garen. So kannst du bei einer Garzeit von 50 Minuten 20 Prozent des Energieverbrauchs einsparen.\*\*

## 2 PASSENDE PLATTE

Verwende immer die passende Kochplatte, um die Energie bestmöglich zu nutzen. Ist die Platte nur um 1 bis 2 cm größer als der Topfboden, werden schon 20 bis 30 Prozent mehr Energie verbraucht.\*\*\* Wer den Deckel auf den Topf setzt, spart noch mehr Energie und Kochzeit.

## 3 UMLUFT WÄHLEN

Falls es das Rezept erlaubt, solltest du statt Ober- und Unterhitze bei Ofengerichten immer Umluft wählen. Der Ofen arbeitet dann effizienter, weil sich die heiße Luft besser verteilt. Pro Stunde werden so rund 76 Gramm klimaschädlicher CO<sub>2</sub>-Ausstoß eingespart – das entspricht etwa 10 Luftballons voller Treibhausgas.\*\*\*\*



\* [www.bdew.de/media/documents/210305\\_BDEW\\_Grafik\\_Stromverbrauch\\_HH\\_nach\\_Anwendungen.pdf](http://www.bdew.de/media/documents/210305_BDEW_Grafik_Stromverbrauch_HH_nach_Anwendungen.pdf),  
 \*\* Berechnung DIE UMWELTBERATUNG,  
 \*\*\* Berechnung DIE UMWELTBERATUNG,  
 \*\*\*\* <https://www.umweltbundesamt.de/themen/klimaenergie/energieversorgung/strom-waermeversorgung-in-zahlen#Strommix>

## 4 KOCHEN, WAS DIE VORRÄTE HERGEBEN

Reste zu verkochen, spart Geld, vermeidet Lebensmittelabfälle und weckt die Kreativität. Aus übrig gebliebenen Zutaten lassen sich schnell köstliche Gerichte zaubern. So werden zum Beispiel aus alten Brötchen oder Weißbrot Knödel: einfach in Würfel schneiden, trocknen lassen und für Knödel aufheben.

## KINDERTIPP: PAUSENBROT

Nimm dein Essen in einer Box in die Schule mit. Die Box kannst du waschen und ganz oft wiederverwenden. Außerdem wird dein Pausenbrot darin nicht zerquetscht. Eine Alufolie wirfst du weg, wenn du aufgegessen hast. Das schadet der Umwelt!



# LEBENSMITTEL RICHTIG LAGERN

75 Kilogramm Lebensmittel pro Kopf werden pro Person in deutschen Haushalten in einem Jahr entsorgt. Etwa die Hälfte davon wäre durch bessere Planung und Lagerung vermeidbar.\* Auch der richtige Umgang mit dem Mindesthaltbarkeitsdatum kann zur Lebensmittelrettung beitragen.

## 1 ABGELAUFENES MUSS NICHT SCHLECHT SEIN!

Wer sich vom Mindesthaltbarkeitsdatum nicht abschrecken lässt und die Lebensmittel auch nach dem Erreichen dieses Datums konsumiert, reduziert Lebensmittelabfälle und spart dabei Geld. Bei ALDI SÜD werden Lebensmittel kurz vor Erreichen des Mindesthaltbarkeitsdatums preisreduziert verkauft. Außerdem werden ausgewählte Milchprodukte mit dem Hinweis „Riech mich! Probier mich! Ich bin häufig länger gut.“ gekennzeichnet.

## 2 NICHT ALLES MUSS GEKÜHLT WERDEN!

Lebensmittel sollten kühl, trocken, sauber und lichtgeschützt gelagert werden. Aber nicht alle Produkte müssen dafür in den Kühlschrank. Wer weniger kühlt, spart Energie. Zwiebeln, Kürbisse oder Tomaten lassen sich auch bei Zimmertemperatur gut lagern.

## 3 FRISCHE PRODUKTE HINTEN EINRÄUMEN

Je näher das Haltbarkeitsdatum von Produkten rückt, desto weiter vorne sollten sie eingeräumt sein. Das gilt für den Kühlschrank genauso wie für den Vorratsschrank. So bewahrst du den Überblick und verbrauchst die Lebensmittel rechtzeitig.

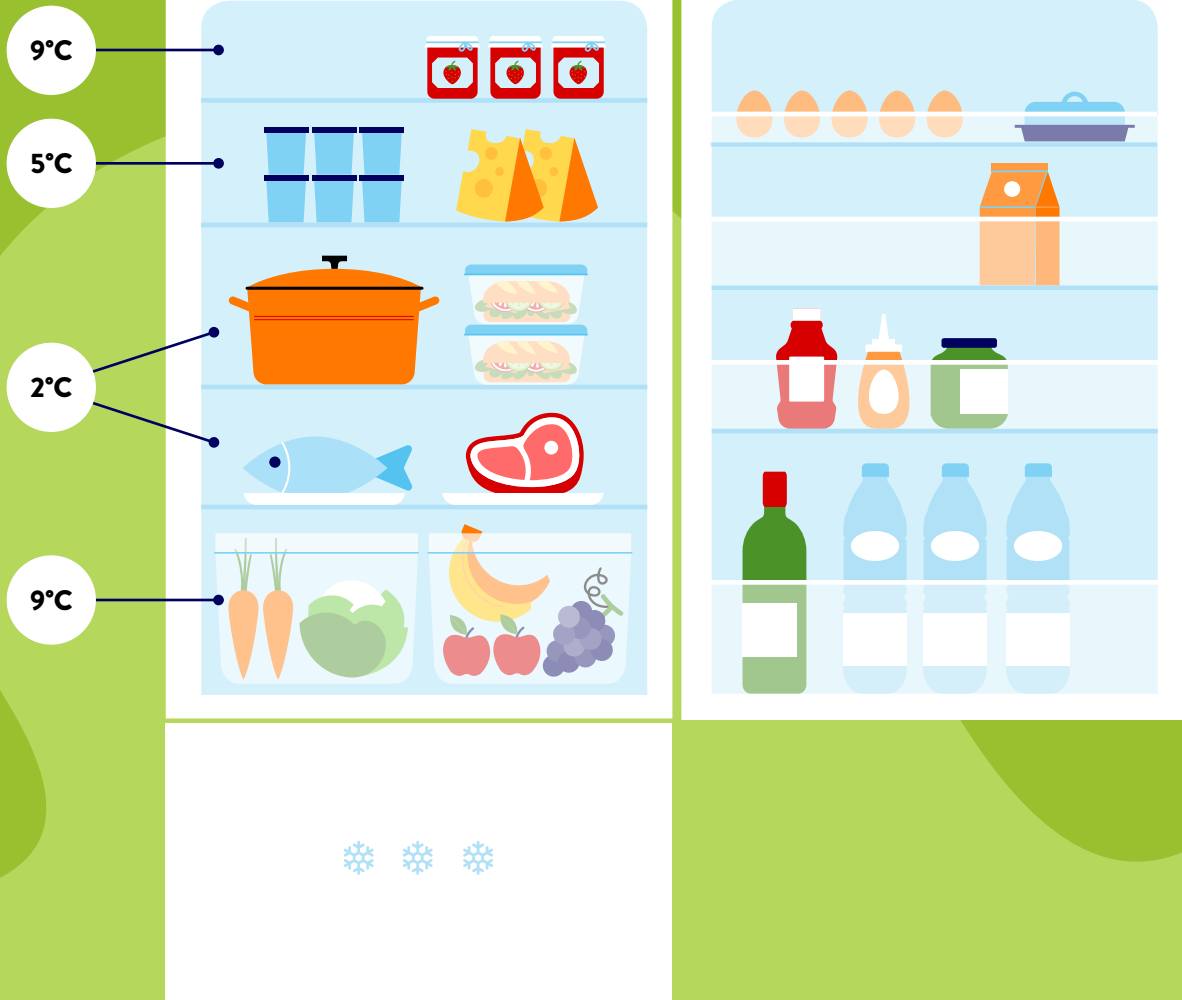
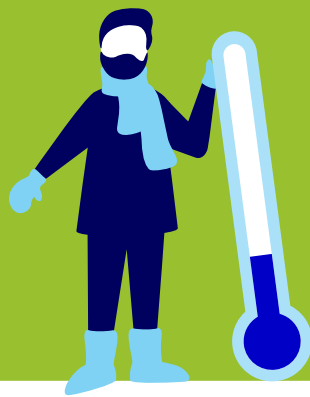


\* [www.zugutfuerdietonne.de/fileadmin/zgfdt/inhalt/hintergrund/Thuenen\\_Kurzfassung.pdf](http://www.zugutfuerdietonne.de/fileadmin/zgfdt/inhalt/hintergrund/Thuenen_Kurzfassung.pdf)



## 4 DEN KÜHLSCHRANK RICHTIG BEFÜLLEN

Die richtige Lagerung verlängert die Haltbarkeit. Ein Kühlschrank ist nicht überall gleich kalt, räume ihn daher entsprechend ein: Gläser mit Konfitüre und Gewürzgurken nach oben, Käse und Milchprodukte gehören in die mittlere Etage und Fisch oder Fleisch ins Fach über der Gemüselade.



# NACHHALTIG GÄRTNERN

Biologisches Gärtnern schützt das Klima und fördert die bunte Vielfalt von Pflanzen und Tieren. Eine standortgerechte Bepflanzung und torffreie Erden sind die wichtigsten Grundlagen für deinen Bio-Garten, in dem auch gilt: Hände weg von Pestiziden und Kunstdünger!

## 1 BIO-PFLANZEN KAUFEN

Bio-Pflanzen werden klimafreundlich, gentechnikfrei, ohne Kunstdünger und ohne giftige Pestizide produziert. Bei ALDI SÜD findest du ein breites Angebot an Bio-Topfkräutern.

## 2 KLIMAFESTE PFLANZEN SETZEN

Mit den richtigen Pflanzen kannst du dir im Garten, auf Balkon und Terrasse trotz steigender Temperaturen ein eigenes grünes Paradies schaffen. Wähle Pflanzen, die für den Boden, die Niederschlagsmengen und Lichtverhältnisse am Standort geeignet sind.

## 3 VORBEUGEN UND STÄRKEN

Verwende biologische Produkte zur Pflanzenstärkung und zur Behandlung von Schädlingsbefall. Dazu werden zum Beispiel Brennesseln oder Ackerschachtelhalme gesammelt und mit Wasser aufgegossen. Nach ein paar Tagen kann dieser Sud gegen Blattläuse und andere Schädlinge verwendet werden.





## KLIMASCHUTZTIPPS

### 4 NÜTZLINGE FÖRDERN STATT GIFT SPRITZEN

Eine bunte Mischung regionaltypischer Sträucher, Stauden und Blumen fördert nicht nur Bienen, sondern auch zahlreiche nützliche Tiere im Garten. Die Larven des Marienkäfers fressen zum Beispiel Blattläuse und tragen so zum natürlichen Gleichgewicht im Garten bei. ALDI SÜD verzichtet seit 2016 beim Anbau von Obst und Gemüse auf bienengefährdende Pflanzenschutzmittel und bietet regelmäßig Aktionsartikel an, die Insekten schützen und die Artenvielfalt fördern. Darunter sind insektenfreundliche Beetpflanzen, Nisthilfen für Insekten oder Artikel, die das „INSECT RESPECT“-Zeichen tragen. Dieses Zeichen stellt sicher, dass der Insektenverlust durch neuen Lebensraum kompensiert wird.



### 5 KOMPOST: SCHWARZES GOLD FÜR DEN GARTEN

Bei der Herstellung und Verwendung von Kunstdünger entsteht CO<sub>2</sub>. Verwende lieber organischen Dünger wie Hornspäne oder Kompost. Aus Bio-Abfällen kannst du im Garten selbst Kompost herstellen und gleichzeitig die Abfallmenge reduzieren.

### 6 TORFFREIE ERDE KAUFEN

Moorgebiete sind große Kohlenstoffspeicher. Beim Abbau von Torf für Blumen-erden werden sie zerstört und das darin gebundene Kohlendioxid wird freigesetzt. Achte beim Kauf von Erde auf die Aufschrift „torffrei“, denn auch Bio-Erden dürfen Torf enthalten. ALDI SÜD bietet zum Beispiel Kokos- oder Orchideen-Blumenerde an, die frei von Torf ist.



# KLIMAFREUNDLICH UNTERWEGS

Wenn du zu Fuß gehst oder mit dem Fahrrad fährst, vermeidest du Abgase und hältst dich fit. Lass das Auto stehen und spare mit jedem nicht gefahrenen Kilometer 143 Gramm CO<sub>2</sub>. Das entspricht einer Bahnfahrt von 5 Kilometern.\*

## 1 KLIMASCHUTZ MACHT FIT

Der Weg zur Arbeit, zur Schule oder zum Supermarkt ist oft ohne Auto möglich. Täglich kurze Strecken zu Fuß zu gehen oder mit dem Rad zu fahren, sind gute Gelegenheiten, gesünder zu leben. Auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln kommst du umweltfreundlich und preiswert ans Ziel.

## 2 AUTO EFFIZIENT NUTZEN

Wenn es ohne Auto doch nicht geht, kannst du z.B. einen Großeinkauf für die ganze Woche machen, anstatt öfter für kleine Einkäufe ins Auto zu springen. Fahrgemeinschaften entlasten die Geldbeutel sowie das Klima. Immer mehr ALDI SÜD Filialen von ALDI SÜD bieten auch Ladestationen für E-Autos an.

## 3 KLIMAFREUNDLICH REISEN

Reise bequem mit der Bahn in den Urlaub oder zu beruflichen Terminen. Bahnreisen sind die entspannende, klimaschonende Alternative zu Kurzstreckenflügen. Pro zurückgelegtem Kilometer entsteht beim Fliegen 7,4 Mal mehr CO<sub>2</sub> als beim Bahnfahren.\*\*

### KINDERTIPP: ZU FUSS IN DIE SCHULE

Frag doch mal deine Eltern: Ist deine Schule vielleicht nur ein paar Minuten von eurem Zuhause entfernt? Dann kannst du zu Fuß mit deinen Freundinnen und Freunden oder Eltern hingehen, statt mit dem Auto gebracht zu werden. So schützt du das Klima und kommst fit und munter an.

\* [www.umweltbundesamt.de/themen/verkehr-laerm/emissionsdaten#grafik](https://www.umweltbundesamt.de/themen/verkehr-laerm/emissionsdaten#grafik),

\*\* <https://www.umweltbundesamt.de/themen/verkehr-laerm/emissionsdaten#grafik>



# WENIGER HEIZEN UND KÜHLEN

Für das Heizen verbrauchen wir mehr als zwei Drittel der Haushaltsenergie.\* Durch den Klimawandel steigt zugleich der Stromverbrauch für das Kühlen der Wohnräume. Aber schon kleine Änderungen bringen finanzielle Vorteile und verringern den CO<sub>2</sub>-Ausstoß.

## 1 FENSTER NICHT KIPPEN: STOSSLÜFTEN!

Lüfte auch in der kalten Jahreszeit mehrmals täglich, indem du die Fenster für ein paar Minuten ganz öffnest. Dieses Quer- oder Stoßlüften kann bis zu 20 Prozent der Heizkosten sparen.\*\* Mit gekippten Fenstern hingegen heizt du zum Fenster hinaus! Außerdem kühlen dabei die Wände ab und es kann sich Schimmel bilden.

## 2 RAUMTEMPERATUR SENKEN

Wenn du die Raumtemperatur nur um 1 Grad senkst, sparst du bereits 6 Prozent der Heizenergie ein.\*\*\* Besonders in selten benutzten Räumen, bei längerer Abwesenheit oder in der Nacht kann es ruhig etwas kühler sein.



\* 2020 [www.umweltbundesamt.de/daten/private-haushalte-konsum/wohnen/energieverbrauch-privater-haushalte](http://www.umweltbundesamt.de/daten/private-haushalte-konsum/wohnen/energieverbrauch-privater-haushalte)  
#hochster-anteil-am-energieverbrauch-zum-heizen,

\*\* Berechnungen DIE UMWELTBERATUNG, basierend auf Statistik Austria Energietagebücher,

\*\*\* Berechnungen DIE UMWELTBERATUNG, basierend auf Berechnungsgrundlagen zur Energieausweisberechnung,

### 3 KÜHLSCHRANK EFFIZIENT NUTZEN

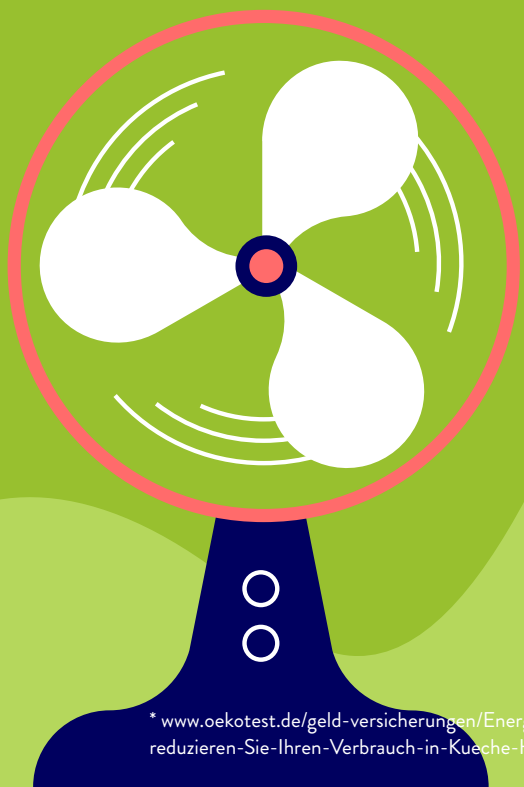
Stell die Temperatur deines Kühlschranks nicht zu kalt ein. Die ideale Temperatur liegt zwischen 6 und 8° C. Lass gekochte Speisen vor dem Einräumen auskühlen und taue das Gefrierfach regelmäßig ab. Bereits das Abtauen von fünf Millimetern Eis reduziert den Stromverbrauch eines Kühlschranks um etwa 30 Prozent.\*

### 4 VENTILATOR STATT KLIMAGERÄT

Klimageräte sind große Stromfresser. Die Alternativen dazu sind Ventilatoren oder Außenjalousien, um die Hitze gar nicht reinzulassen. Lüfte in der Nacht, wenn es draußen kühler ist.

### KINDERTIPP: KÜHLSCHRANK NUR KURZ ÖFFNEN

Öffne die Kühlschranktür so kurz wie möglich, damit die kalte Luft im Kühlschrank bleibt. Wenn du dir ein Getränk einschenkst, nimm die Flasche raus und mach die Kühlschranktür zu, bis du die Flasche wieder hineinstellst.



\* [www.oekotest.de/geld-versicherungen/Energie-sparen-Mit-diesen-Tipps-reduzieren-Sie-Ihren-Verbrauch-in-Kueche-Haushalt-Co-\\_10917\\_1.html](http://www.oekotest.de/geld-versicherungen/Energie-sparen-Mit-diesen-Tipps-reduzieren-Sie-Ihren-Verbrauch-in-Kueche-Haushalt-Co-_10917_1.html)

# TECHNOLOGIE CLEVER NUTZEN

Das Internet ermöglicht uns den Kontakt zur ganzen Welt. Serien schauen, E-Mails senden und unterhaltsame Videos sorgen für Abwechslung. Was man dabei oft nicht bedenkt: Die großen Datenmengen, die im Internet im Umlauf sind, und Geräte im Stand-by-Modus verursachen enorme Mengen an CO<sub>2</sub>.

## 1 AUFLÖSUNG BEIM STREAMEN REDUZIEREN

Das Streamen von Filmen und Serien ist energieaufwändig. Der CO<sub>2</sub>-Ausstoß ist geringer, wenn statt per Mobilfunk über Kabelverbindung oder WLAN gestreamt wird.\* Außerdem gut zu wissen: Mit der Bildschirmgröße steigt der Energieverbrauch und somit auch der CO<sub>2</sub>-Ausstoß.

## 2 HÄUFIG BESUCHTE WEBSEITEN SPEICHERN

Lege für oft besuchte Seiten Favoriten an und speichere Telefonnummern und Öffnungszeiten, statt sie jedes Mal im Internet zu suchen. Denn bei jeder neuen Internetsuche wird CO<sub>2</sub> ausgestoßen. Wusstest du, dass weltweit pro Tag 3,5 Milliarden Google-Anfragen gestellt werden?\*\*\* Das verursacht so viel CO<sub>2</sub> wie 122 Erdumrundungen mit dem Auto.\*\*\*

\* [www.umweltbundesamt.de/presse/pressemitteilungen/video-streaming-art-der-datenerübertragung](http://www.umweltbundesamt.de/presse/pressemitteilungen/video-streaming-art-der-datenerübertragung),

\*\* [www.seo-suedwest.de/5431-google-liefert-offizielle-zahlen-zum-taeglichen-suchevolumen.html](http://www.seo-suedwest.de/5431-google-liefert-offizielle-zahlen-zum-taeglichen-suchevolumen.html),

\*\*\* Berechnung der Umweltberatung basierend auf Daten der Quelle: [www.umweltbundesamt.de/themen/verkehr-laerm/emissionsdaten#grafik](http://www.umweltbundesamt.de/themen/verkehr-laerm/emissionsdaten#grafik)



### 3 KIPPSCHALTER VERWENDEN

Unbenutzte Elektrogeräte verbrauchen Strom, wenn sie nicht richtig abgeschaltet werden. Selbst im Stand-by-Modus wird laufend Energie verbraucht. Mit Hilfe des Kippschalters an der Steckdosenleiste kannst du auch mehrere Geräte einfach ganz abschalten.

### 4 MODEM AUSSCHALTEN UND CO<sub>2</sub> SPAREN

Auch kleine Änderungen sparen CO<sub>2</sub>. Wenn du das Internetmodem nur drei Stunden pro Tag einschaltest, statt es 24 Stunden durchlaufen zu lassen, sparst du jährlich 28,5 Kilogramm Kohlendioxid ein.\* Das entspricht dem CO<sub>2</sub>-Ausstoß einer 1.000 Kilometer langen Bahnfahrt.\*\*

### KINDERTIPP: NACHTS ALLES ABSCHALTEN

Damit Elektrogeräte schnell eingeschaltet werden können, sind sie im Stand-by-Modus und verbrauchen dadurch ständig Strom. Das erkennst du am kleinen roten Licht, das leuchtet. Schalte deine Geräte wie Tablet, Smartphone und Laptop vor dem Schlafengehen einfach ganz ab, um das Klima zu schützen.



\* Eigene Messung und Berechnung DIE UMWELTBERATUNG,  
\*\* Berechnung der Umweltberatung basierend auf Daten der Quelle:  
[www.umweltbundesamt.de/themen/verkehr-laerm/emissionsdaten#grafik](http://www.umweltbundesamt.de/themen/verkehr-laerm/emissionsdaten#grafik)



# UMWELTSCHONEND SAUBER MACHEN

Die Reinigung des Haushalts zählt zu den großen Energiefressern. Immerhin ein Drittel des Haushaltsstroms wird für Waschen und Saubermachen gebraucht. Da lässt sich ganz einfach was einsparen!

## 1 WASCHEN MIT NIEDRIGEN TEMPERATUREN

Sowohl für das Geschirrspülen als auch für das Wäschewaschen gilt: Niedrige Temperaturen wählen! Wäschewaschen mit 40 statt mit 60°C spart im Jahr rund 4.800 Gramm CO<sub>2</sub>.<sup>\*</sup> Das entspricht einer Bahnfahrt von 165 Kilometern.<sup>\*</sup> Auch ein Waschgang bei niedrigen Temperaturen entfernt so gut wie alle Bakterien und jeden Schmutz.

## 2 WÄSCHESTÄNDER STATT WÄSCHETROCKNER

Hänge deine Wäsche lieber auf den Wäscheständer, statt den energie-fressenden Trockner einzuschalten. Bei drei Trocknungsvorgängen pro Woche spart das 46.800 Gramm CO<sub>2</sub> pro Jahr ein. Das ist so viel, wie bei der Produktion von 300 Kilogramm Gemüse entstehen würde! Nicht zu bügeln, spart rund 25 Prozent der Energie, die für die Wäsche aufgewendet wird.<sup>\*</sup> Handtücher, Bettwäsche und Unterwäsche können getrost ungebügelt bleiben.

## KINDERTIPP: WASSER SPAREN IM BAD

Dreh das Wasser beim Zähneputzen ab und lass es auch nicht laufen, wenn du die Hände einseifst. Damit sparst du 5 Liter warmes Wasser pro Händewaschen und schonst das Klima!

<sup>\*</sup> [www.stromauskunft.de/stromverbrauch/stromverbrauch-haushalte](http://www.stromauskunft.de/stromverbrauch/stromverbrauch-haushalte)

# NACHHALTIG MODISCH KLEIDEN

Die Textilindustrie ist für rund 8 Prozent des weltweiten CO<sub>2</sub>-Ausstoßes verantwortlich.\* Mittlerweile überwiegen in Textilien Kunstfasern aus Polyester und Elasthan. Diese sind in der Produktionsenergie aufwändig. Secondhand- und Naturtextilien sind gute Alternativen.

## 1 LÄNGER TRAGEN STATT NEU KAUFEN

Mit wenigen Handgriffen lassen sich kleine Löcher selbst reparieren oder Knöpfe wieder annähen. Wenn etwas nicht mehr passt oder du Lust auf etwas anderes hast, bieten Trödelmärkte, Onlinebörsen und Tauschpartys ein großes Angebot. Wähle Kleidungsstücke, die dir auch in drei Jahren noch gefallen könnten.

## 2 AUF BIO-FASERN MIT SIEGEL ACHTEN

Textilien mit biologisch erzeugten Naturfasern erkennst du bei ALDI SÜD an den Siegeln „Global Organic Textil Standard (GOTS)“ und „Organic Content Standard (OCS)“. Die eingesetzten Naturfasern sind dabei bis zur Herkunft rückverfolgbar. GOTS geht sogar noch einen Schritt weiter: Dieser Standard definiert nicht nur ökologische, sondern auch soziale Anforderungen entlang der gesamten textilen Produktion. Das staatliche Siegel für nachhaltige Textilien, der Grüne Knopf, bietet ebenfalls Orientierung für nachhaltig produzierte Kleidung. Bei ALDI SÜD findest du über das Jahr verteilt eine Vielzahl an Artikeln, die mit dem Grünen Knopf zertifiziert sind.



\* Quantis, Environmental Impact of the Global Apparel and Footwear Industries, 2018

# ENERGIE SINNVOLL NUTZEN

Es ist nicht egal, woher wir unseren Strom beziehen und wie wir ihn einsetzen. Ökostrom-Anbieter stellen Strom aus erneuerbaren Energiequellen bereit.

## 1 GRÜNEN STROM WÄHLEN

Beziehe deinen Strom von ökologischen Stromanbietern. Diese erzeugen Strom aus nachhaltigen Energiequellen wie Wind, Wasser oder Sonnenkraft. ALDI SÜD versorgt bereits seit 2017 all seine Gebäude zu 100 Prozent mit Grünstrom, teilweise aus eigenen Fotovoltaikanlagen. Für Kundinnen und Kunden gibt es ALDI Grüne Energie, die zur Gänze aus Wasserkraft erzeugt wird.

## 2 LED STATT GLÜHLAMPEN

Der Tausch der alten Glühlampen gegen LED-Lampen spart Energie und Geld. Achte beim Kauf einer neuen Leuchte darauf, dass die LED-Lampen austauschbar und nicht fix in der Leuchte montiert sind. Sonst muss die ganze Leuchte entsorgt werden, wenn die Lampen kaputt sind! Bei ALDI SÜD findest du ein großes Angebot an langlebigen LED-Produkten.

## 3 BEWEGUNGSMELDER

Die Technik hilft uns, nicht das Abschalten zu vergessen. Zeitschaltuhren und Bewegungsmelder schalten das Licht automatisch ab. Sie sind sowohl für Innen- als auch für Außenräume eine gute Lösung.

### KINDERTIPP: LICHT AUS

Vergiss nicht: Licht ausmachen, wenn du aus dem Zimmer gehst! Schalte das Licht nur ein, wenn es drinnen zu dunkel zum Lernen oder Spielen ist.



# REPARIEREN UND LÄNGER NUTZEN

Würden alle Waschmaschinen, Notebooks, Staubsauger und Smartphones in der EU nur ein Jahr länger benutzt, hätte das den gleichen Effekt auf den CO<sub>2</sub>-Ausstoß wie zwei Millionen Autos weniger auf den Straßen!\*

## 1 LANGLEBIGE UND ENERGIESPARENDE PRODUKTE KAUFEN

Achte beim Kauf neuer Produkte immer darauf, dass sie hochwertig verarbeitet, reparierbar und energiesparend sind. Das europäische Energielabel hilft, den Energieverbrauch von Geräten zu vergleichen. Wichtig ist nicht nur, energieeffiziente Geräte zu kaufen, sondern diese auch energiesparend zu nutzen.

## 2 ELEKTROGERÄTE WARTEN UND REPARIEREN LASSEN

Ein sorgfältig behandeltes Mobiltelefon oder ein gut gewarteter Geschirrspüler halten länger. Wenn ein Gerät nicht mehr funktioniert, lass es reparieren. Die Lebensdauer wird dadurch verlängert, das spart Ressourcen und schont die Umwelt.

### KINDERTIPP: MOBILTELEFON

Es muss nicht immer das neueste Smartphone sein! „Refurbished“ ist gerade angesagt: Gebrauchte Geräte bekommen ein Update, werden genau überprüft und funktionieren einwandfrei. Nutze das Mobiltelefon so lang wie möglich, damit hilfst du dem Klima. Denn ein Großteil der Klimaschäden entsteht nicht, wenn du das Telefon benutzt, sondern bei seiner Herstellung und Entsorgung.



\* <https://mk0eeborgicuyuctuf7e.kinstacdn.com/wp-content/uploads/2019/09/Coolproducts-briefing.pdf>