





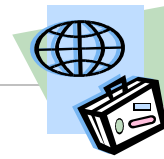
Die BUND-CO₂-Diät:

So purzeln jeden Tag ein paar CO₂-Pfunde

IM BAD		gespart
Zwei Minuten kürzer duschen (Einsparung berechnet für die Warmwasserbereitung über den Heizwasserkreislauf mit Erdgas)		- 318 g
Auf Föhnen (5 min) verzichten und die Haare an der Luft trockenen lassen		- 54 g
BEIM FRÜHSTÜCKEN		
10 g weniger Butter verbrauchen		- 238 g
1 Ei und 1 Liter Milch aus biologischer statt konventioneller Herstellung		- 74 g
Das Teewasser mit dem Wasserkocher statt auf dem Elektroherd kochen		- 33 g
Beim Eierkochen mit dem Elektroherd den Deckel auf dem Topf nicht vergessen oder Eierkocher verwenden		- 220 g
BEIM ARBEITEN		
Den Mittelklassewagen in der Garage lassen und statt abends ins Fitnesscenter zu fahren, den Arbeitsweg heute mit dem Fahrrad zurücklegen (insgesamt 8 km)		- 2000 g
Den Farblaserdrucker über eine abschaltbare Steckerleiste betreiben statt 24 Stunden im Sleep-Modus		- 240 g
Ein Paket Druckerpapier (500 Blatt) aus Recycling statt chloorgebleichtem Papier		- 1500 g
DSL-Router mit WLAN komplett vom Netz trennen wenn er nicht mehr benötigt wird (16 Stunden)		- 128 g
BEI DER HAUSARBEIT		
Die Wäsche nur mit 40 Grad und nicht mit 60 Grad waschen		- 650 g
Zum Trocknen kommt die Wäsche auf die Leine und nicht in den Ablufttrockner		- 2150 g
Eine halbe Stunde mit 1000 Watt statt 2000 Watt staubsaugen		- 711 g

BEIM EINKAUFEN	
Für die kurze Strecke zum Supermarkt auf das Auto verzichten (1 km mit kaltem Motor)	- 833 g
500 g Tomaten außerhalb der Saison weniger kaufen	- 1600 g
Ein Kilogramm Gemüse frisch anstelle tiefgekühlt kaufen	- 250 g
BEIM ESSEN	
Heute mal ein Gericht ohne Fleisch kochen (im Vergleich zu 150 g Rindfleisch)	- 1995 g
Für den Auflauf den Backofen nicht vorheizen und die Umluftfunktion nutzen	- 320 g
Durch einen sparsamen Umgang mit Heizenergie und Strom 	
Eine durchgebrannte Glühbirne von 75 Watt durch eine Energiesparlampe von 20 Watt ersetzen: spart bei täglich 3 Stunden Brenndauer jeden Tag	-107 g
Die Raumtemperatur um ein Grad absenken spart bis zu 6% der Energie, die Nachtabenkung auf 15 bis 16 Grad nochmal bis zu 5 %: spart insgesamt jeden Tag	- 550 g
Auf die Klimaanlage im Haus verzichten (statt sie 4 Stunden zu nutzen)	- 2000 g
Die Hifi-Anlage und den Fernseher vom Stromnetz trennen und nicht im Stand-by-Betrieb belassen (24 Stunden)	- 40 g
IN DER FREIZEIT 	
Mit dem Linienbus zur Einladung zum Nachmittagskaffee bei der besten Freundin fahren (10 km) und nicht mit dem Auto	- 2310 g
Anstelle zwei Stunden fernzusehen einfach mal ein gutes Buch lesen	- 120 g
Abends statt des Vollbades nur kurz Duschen	- 1020 g
An einem Tag eingesparte CO₂-Menge	<hr/>
Durchschnittlich verursacht jeder Deutsche pro Tag 30 kg CO ₂	19 kg

... Und das könnte ich mir für morgen vornehmen



	gespart
Die Urlaubsplanung überdenken – Vielleicht doch lieber das gemütliche Hüttenwochenende im Schwarzwald statt dem Kurzurlaub auf Mallorca mit dem Flugzeug	- 780000 g
Mein nächstes T-Shirt aus ökologischer statt konventioneller Baumwolle kaufen	- 11800 g
Zu einem Ökostromanbieter wechseln bei 1700 kWh/Jahr	- 1032000 g
Vor der geplanten Anschaffung eines neuen PCs gut recherchieren und ein besonders sparsames Gerät kaufen, spart pro Jahr	- 27000 g
Für die kleine Rasenfläche hinter dem Haus einen mechanischen Spindelmäher besorgen: spart im Laufe eines Sommers etwa	- 12420 g

Quelle: Pendo's Klimazähler, co2online gemeinnützige GmbH, 1.Auflage 2007 PendoVerlag GmbH & Co.KG

An das

BUND-Umweltzentrum Ortenau

Hauptstr. 21

77652 Offenburg

Das BUND-Umweltzentrum Ortenau stellt sich vor

Der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland e.V. ist einer der größten Umweltverbände Deutschlands. Der BUND wurde 1975 gegründet – in einer Zeit, in der Umweltschützer noch als hoffnungslose Spinner abgetan wurden. Viele der Vorschläge, die in der Vergangenheit als utopisch abqualifiziert wurden, stehen heute in Regierungsprogrammen und in den Strategiepapieren der Industrie.

Die BUND-Kreisgruppe Ortenau hat 1987 in Offenburg eine Geschäftsstelle eingerichtet, das BUND-Umweltzentrum Ortenau. Seit November 1993 befindet es sich in der Hauptstraße 21. Außer einem Büro gibt es hier auch einen kleinen Verkaufsraum mit Broschüren und Büchern zum Natur-, Umwelt- und Klimaschutz.

Wer sich zu Umweltthemen beraten lassen möchte, Informationsmaterial sucht oder einfach auf unsere Arbeit neugierig ist, kann gerne im Umweltzentrum vorbei schauen. Auch neue Aktive sind jederzeit willkommen.

Hier erhalten Sie weitere Informationen:

BUND-Umweltzentrum Ortenau

Hauptstraße 21, 77652 Offenburg

Tel. 0781/25484, Fax 0781/9707930

E-Mail: BUND.Umweltzentrum-Ortenau@bund.net

www.bund.net/uz-ortenau

Die BUND-Kreisgruppe muss ihre Arbeit und ihre Geschäftsstelle selbst finanzieren. Wir freuen uns deshalb, wenn Sie uns durch eine einmalige oder eine regelmäßige Sende als Pate/Patin unterstützen. Paten des Umweltzentrums erhalten von uns auf Wunsch das halbjährliche Veranstaltungsprogramm sowie die vierteljährlich erscheinende BUND-Zeitschrift kostenlos zugesendet.

Unsere Bankverbindung:

Sparkasse Offenburg/Ortenau
BLZ 664 500 50, Konto: 669153

Patenschaftsformular für das BUND-Umweltzentrum Ortenau

Ja, ich möchte die Arbeit der BUND-Kreisgruppe Ortenau mit folgendem regelmäßigen monatlichen Beitrag in Form einer Patenschaft unterstützen:

„ 5 € „ 10 € „ 15 € „ ___€

Beginn der Patenschaft (Monat/Jahr)_____

Ich bin damit einverstanden, dass die Beiträge 1 x jährlich von folgendem Konto abgebucht werden:

Bank_____BLZ_____Konto-Nr._____

Meine Anschrift:

Name _____ Straße, Nr. _____

PLZ, Ort _____ Geburtsdatum _____

Diese Ermächtigung erlischt nach Widerruf.

Datum_____ Unterschrift_____