

Klima Sparbuch

Regensburg



- › **Klimatipps** für den ökofairen Alltag
- › **Attraktive Gutscheine** zum Ausprobieren
- › **Geld und Energie** sparen



um:welt
Energie-Bildungszentrum

MACH DICH BEREIT FÜR DIE ZUKUNFT

**Die um:welt nimmt Dich mit auf eine
Reise im Raumschiff Erde.**

- ▶ Entdecke die Zusammenhänge zwischen Energienutzung und Klima.
- ▶ Lern Dich selbst als Teil des Klimasystems kennen.
- ▶ Hol Dir Anregungen für mehr Verantwortung und Klimaschutz.



um:welt – Energie-Bildungszentrum

Rudolf-Vogt-Straße 18
93053 Regensburg

www.um-welt.bayern

Klima Sparbuch

Regensburg 2022

Klima schützen & Geld sparen



Herausgegeben von Stadt und Landkreis Regensburg
und dem oekom e.V.

Grußwort



Liebe Regensburger Mitbürgerinnen
und Mitbürger,

wie können wir unser Leben
klima- und umweltfreundlicher
gestalten? Unser Klimasparbuch
gibt dazu Tipps und hilft
uns, Nachhaltigkeit in unserem
Alltag zu verankern.

Als kleinen Anreiz bietet dieses
Buch Gutscheine klimafreundlicher
Anbieter. Mit diesen können Sie
regionale Produkte und Dienstleistungen
günstiger erwerben und vielleicht auch
Ihren neuen Lieblingsladen entdecken.

Mit Herausgabe des Klimasparbuches
arbeiten wir an unseren mit dem
Green Deal Regensburg beschlossenen
Klimazielen. Bis zum Jahr 2030
wollen wir 65 Prozent unserer
Treibhausgasemissionen einsparen.
2030 soll die Stadtverwaltung und
im Anschluss 2035 die Gesamtstadt
klimaneutral werden. Diese Ziele
erreichen wir nur, wenn alle Akteure
an einem Strang ziehen und sich
aktiv einbringen.

Helfen Sie uns, Regensburg weiterhin
klimafreundlich und lebenswert zu
gestalten!

A handwritten signature in blue ink, which reads "G. Maltz-Schwarzfischer". The signature is stylized and includes a long horizontal flourish at the end.

Gertrud Maltz-Schwarzfischer
Oberbürgermeisterin der Stadt Regensburg

Grußwort



Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

Klimaschutz ist eine der größten Herausforderungen unserer Zeit. Wir tragen Verantwortung dafür, dass unsere Heimat für unsere Nachkommen lebenswert bleibt. Unter anderem müssen wir in nur zwanzig Jahren die Treibhausgasemissionen auf null reduzieren.

In Richtung Klimaneutralität ist der Landkreis auf einem guten Weg: Unsere kreiseigenen Gebäude beziehen Ökostrom, bereits über die Hälfte ihres Wärmebedarfs wird aus erneuerbaren Energien gedeckt, auf fast sämtlichen Dächern unserer Gebäude wird klimafreundlicher PV-Strom erzeugt. Zudem erweitern wir unseren Landkreis-Fuhrpark kontinuierlich mit E-Fahrzeugen. Sichtbares Zeichen unseres Engagements ist die Zertifizierung des Landkreises mit dem European Energy Award 2019.

Jeder Einzelne kann seinen Beitrag leisten. Anregungen dazu gibt das Klimasparsbuch. Lassen Sie sich davon inspirieren!

A stylized, handwritten signature in blue ink, consisting of several fluid, connected strokes.

Tanja Schweiger
Landrätin Landkreis Regensburg

Gesünder essen und genießen



Werden Sie mit unseren Anregungen zum Klimagourmet und lassen Sie sich überraschen, wie einfach, vielfältig und genussreich eine klimaschonende Ernährung sein kann. Lebensmittel aus regionaler und biologischer Erzeugung gibt es zum Glück beinahe an jeder Ecke und die »Ecken« werden immer mehr.

Manchmal muss man Prioritäten setzen

Bio, saisonal, regional – der perfekte Einkauf ist nicht immer einfach. Doch wenn Sie Prioritäten setzen, ist schon viel gewonnen! Mit Obst und Gemüse der Saison, das aus Ihrer Region kommt, tun Sie schon sehr viel für das Klima. Auch auf exotische Früchte muss niemand komplett verzichten. Achten Sie bei importierten Lebensmitteln einfach stärker auf Bio-Qualität. Und lassen Sie sich Erdbeeren und Kirschen schmecken, wenn sie Saison haben. Denn im Winter importiertes Obst aus Übersee ist garantiert mit dem Flugzeug gereist. Wenn Sie diese drei Schritte beachten, verbessern Sie die Klimabilanz Ihrer Lebensmittel schon ganz erheblich.

Welche Lebensmittel gerade Saison haben, zeigt Ihnen unser Saisonkalender auf der nächsten Seite.





Die liebe Fleischeslust

Fleisch war früher etwas Besonderes. Heute essen wir es fast täglich – dabei ist die Wertschätzung für das Tier und die Landwirtschaft verloren gegangen. Das Motto müsste »Klasse statt Masse« lauten, also weniger und hochwertigeres Fleisch aus artgerechter Haltung – am besten mit Bio-Siegel.

Tiere, die auf heimischen Weiden Gras fressen – also Rinder, Schafe und Ziegen – sind übrigens viel umweltfreundlicher als Geflügel, Schweine und Rinder aus der Tiermast. Setzen Sie auf Fleisch- und Wurstwaren von bäuerlichen Betrieben aus der Region statt Billigfleisch aus dem Discounter. In und um Regensburg gibt es mehrere Metzgereien, die auf Tierwohl und hohe Qualität achten. Unter juradistl.de finden Sie z.B. heimisches Rind- und Lammfleisch aus dem Naturschutzprojekt »Juradistl«. Regionalmärkte und Direktvermarkter finden Sie zudem unter landkreis-regensburg.de > [Regionalmärkte und Direktvermarkter](#)



Achten Sie auch darauf, nicht nur Filetstücke zu kaufen. Kaufen Sie gemäß dem »Nose to Tail«-Trend doch auch mal Innereien wie Hirn und Herz, Leber, Kutteln sowie Nieren.



Bewusster leben und konsumieren



Dinge zu tauschen, zu verschenken oder zu reparieren, statt sie wegzwerfen, kann nicht nur Spaß machen, sondern erweitert auch Ihren Horizont. Wenn Sie außerdem nur kaufen, was Sie wirklich brauchen und was Sie glücklich macht, sparen Sie Geld, Zeit und Platz in Ihrer Wohnung. Wo Sie klimafreundlich einkaufen können und welche ökologischen Alternativen es zu herkömmlichen Angeboten gibt, erfahren Sie auf den nächsten Seiten.

Reparieren statt wegwerfen

Wissen Sie eigentlich, wie das kaputte Waffeleisen wieder duftende Waffeln bäckt? Indem wir Dinge reparieren, lernen wir sie wertzuschätzen und sparen Geld sowie Rohstoffe für Neuanschaffungen. Fachkundige Anleitung, oftmals bei Kaffee oder Tee, gibt's in sogenannten Repair-Cafés. Bei »Regensburg repariert« in der »Binary Kitchen« (regensburg-repariert.de) können Sie selbst technische Kniffe weitergeben oder bekommen Hilfe bei der Reparatur. Unter ifixit.com finden Sie ebenfalls Schritt-für-Schritt-Anleitungen und müssen dafür nicht mal Ihr Zuhause verlassen.

Neues Leben erhalten alte Laptops beim »Computerspende Regensburg e.V.« (computerspende-regensburg.de). Der Verein repariert die Geräte, und einkommensschwache Personen können sie anschließend gegen einen geringen Betrag erwerben. Auch Waschmaschinen werden im Landkreis wiederaufbereitet: Einige Wertstoffhöfe im Landkreis sammeln, der »Werkhof« repariert und verkauft sie (werkhof-regensburg.de).





Der einen Last, der anderen Freud

Flohmärkte und Secondhand-Läden sind voller Schätze, günstig und obendrein gut fürs Klima. Denn für gebrauchte Waren müssen weder Rohstoffe noch Energie eingesetzt werden. Auch Ihren eigenen ungenutzten Krimskrams können Sie zu Geld machen.

Unter regensburg-now.de/maerkte finden Sie z. B. Flohmärkte in Stadt und Landkreis.

Eine gute Gelegenheit, direkt mit den neuen Nachbarn warm zu werden und Ihr Viertel zu entdecken, sind Hofflohmärkte. Also melden Sie sich fürs nachbarschaftliche Trödeln an! Unter regensburgnow.de/hofflohmaerkte-ostenviertel finden Sie Termine zu Hofflohmärkten im Ostenviertel.

Nachhaltig unterwegs sein



Klimaschonend und trotzdem flexibel unterwegs sein ist für Sie ein Gegensatz? Dann lassen Sie sich von unseren Tipps überraschen. Schnell und kostengünstig mobil sein schließt klimabewusstes Verhalten nicht unbedingt aus. Sie können zu Fuß gehen, mit dem Fahrrad fahren, Ihr Auto teilen oder Ausflüge und Reisen in der Region unternehmen. Und jetzt rauf aufs Fahrrad gemäß dem Sinnspruch: Für den Klimaschutz müssen wir das Rad nicht neu erfinden, nur öfter nutzen!

Radeln mit Elektro-Power

Ob beim Wochenendausflug oder bei der täglichen Fahrt zur Arbeit – mit einem E-Bike liegen Sie voll im Trend und sind klimaschonend unterwegs. Dank dem kleinen Elektromotor schaffen Sie auch größere Distanzen ganz locker und entspannt. Aufladen können Sie den Akku an jeder Steckdose. Eine Übersicht an Aufladestationen für E-Bikes und Pedelecs im Landkreis finden Sie unter landkreis-regensburg.de > Freizeit & Tourismus > Radeln > Pedelec- & E-Bike-Ladestationen.

Und das Beste daran: Während die Spritpreise steigen, ist E-Radfahren enorm günstig und hält noch dazu fit.



Nehmen Sie die Bahn!

Wesentlich günstiger als ein Auto und mehr Zeit zum Lesen, Musikhören oder einfach nur zum Entspannen – öffentliche Verkehrsmittel steigern Ihre Lebensqualität! Der Regensburger Verkehrsverbund bringt Sie überall schnell hin – ohne Stau, Stress und Parkplatzsuche. Und ganz nebenbei holen Sie sich Pluspunkte für Ihr Klimakonto.

Weitere Infos zu Fahrplänen, Karten, Tarifen uvm. finden Sie unter rvv.de und für bayernweite Touren unter bayernfahrplan.de. Oder unternehmen Sie eine kleine Altstadtreise mit *emil*, dem Elektrobus der Regensburger Verkehrsvertriebe (regensburg.de, Suchbegriff: emil).



Grüner und schöner wohnen



Zu Hause können Sie richtig was tun für den Klimaschutz. Selbst auf einem noch so kleinen Balkon können Sie Blumen pflanzen, auf die Bienen fliegen. Auch alltägliche Handlungen wie Stoßlüften oder Waschen bei niedrigen Temperaturen bewirken eine CO₂-Ersparnis. Ganz nebenbei sparen Sie auch noch viel Geld. Weitere Tipps für ein angenehmes Klima – für Sie und die Natur – finden Sie auf den nächsten Seiten!



Sparen nach Buchstaben – beim Elektrogeräte-Neukauf

Achten Sie schon beim Kauf von Elektrogeräten auf den Stromverbrauch. Manches – auf den ersten Blick günstige – Schnäppchen entpuppt sich durch hohe Betriebskosten als Strom- und Geldfresser. Energieeffiziente Geräte sind mit einem Etikett versehen, das den Energiebedarf in verschiedenen Energieverbrauchsklassen angibt.



Da Anfang 2021 eine neue Skala zur Bewertung der Effizienz von Elektrogeräten eingeführt wurde, tragen die bisher am besten ausgezeichneten Geräte neuerdings ein B. So soll für Hersteller der Anreiz entstehen, ihre Geräte effizienter zu machen, um in Zukunft die Anforderungen der neuen Energie-Effizienzklasse A zu erreichen. Nutzen Sie Vergleichsportale wie ecotopfen.de: Nicht nur die Anschaffungskosten werden dargestellt, sondern auch die Energiekosten für ein Jahr. Der Blaue Engel bezieht auch das Thema Recycling in die Energieeffizienz mit ein (blauer-engel.de > [Produktwelt](https://produktwelt.de)).

Die Stadt Regensburg fördert die Anschaffung neuer energieeffizienter Haushaltsgeräte (greendeal-regensburg.de).

Heizen mit heimischem Holz

Klimafreundlich das Haus warm halten, das geht z.B. mit einer Pellet- oder Hackschnitzelheizung. Bei der Verbrennung der Pellets beziehungsweise Hackschnitzel wird nur so viel CO₂ abgegeben, wie das Holz während des Wachstums aufgenommen hat. Noch besser ist, dass Holzpellets ressourcenschonend sind, denn das Holz stammt aus den Resten von Sägewerken. Achten Sie beim Kauf einer Pelletheizung auf den Blauen Engel. Dieses Siegel garantiert neben der Energieeffizienz auch einen geringen Ausstoß von Feinstaub. Unter pelletheizung-infos.de finden Sie Informationen und Preise.

Holzprodukte wie Scheitholz, Pellets und Hackschnitzel gibt es auch aus Ihrer Region!



Ökologisch bauen und renovieren



Wie Sie durch kleine und große Veränderungen rund ums Haus nicht nur Geld sparen, sondern sogar welches verdienen können, erfahren Sie durch die folgenden Tipps. Und gemütlich bleiben die eigenen vier Wände auch. Probieren Sie es aus: Klimaschützend fördern Sie die Wohlfühl-atmosphäre in Ihrem Zuhause.



Förderprogramme

Bauliche Sanierungen sind nicht günstig. Ein Glück, dass Sie auf zahlreiche Förderprogramme zurückgreifen können – auf kommunaler wie auf Bundesebene:

- **Gebäudesanierung mit nachwachsenden Rohstoffen:** Eine Gebäudesanierung mit nachwachsenden Rohstoffen kann sehr umfassend sein. Die Stadt Regensburg fördert eine ökologische Wärmedämmung, Fenster und -Außentüren aus Holz sowie Holz-Alu-Fenster und -Außentüren.
- **Technische Gebäudeausstattung:** Neben der Reduzierung des Energieverbrauchs ist auch die Modernisierung Ihres Gebäudes förderfähig. Dies beinhaltet eine kontrollierte Wohnraumlüftung mit Wärmerückgewinnung, den Anschluss an ein Nahwärmenetz sowie eine solarthermische Anlage. Darüber hinaus können die Anschaffung von Biomasseheizsystemen, Wärmepumpensystemen sowie Biomasse KWK-Anlagen gefördert werden.

Dächer nutzen – Klima schützen

Die Sonne schickt keine Rechnung. Das gilt für die Gewinnung von Wärme durch Solarthermie ebenso wie für die Stromerzeugung durch Photovoltaik. Die Nutzung von Sonnenenergie zur Stromerzeugung ersetzt konventionelle Energieträger wie Öl, Gas, Kohle und Uran und vermindert Umweltbelastungen durch CO₂-Emissionen und andere Abgase. Zusätzlich entfallen bei der Solartechnik sowohl Lärm, Kosten als auch Risiken von Transporten (Öltanker, Pipelines, Castor-Transporte). Eine rundum lohnende Sache!

Sonnenkollektoren bieten wohl die ökologischste Möglichkeit der Wärmeproduktion. Nach etwa zwei Jahren hat ein Kollektor mehr Energie erzeugt, als seine Herstellung benötigte. Bei einer Lebensdauer von über 20 Jahren ist das ein sehr gutes Verhältnis. Mit Standardanlagen können ca. 70 Prozent des Warmwasserbedarfs und bei Heizungsunterstützung noch zusätzlich etwa 30 Prozent der Heizenergie erzeugt werden.



Impressum

Herausgeber: Stadt Regensburg, Landkreis Regensburg sowie
der oekom e.V. – Verein für ökologische Kommunikation



© 2021 oekom verlag, Gesellschaft für ökologische Kommunikation mbH, München
Waltherstraße 29, 80337 München

Idee und Konzept: oekom e.V.

Projektleitung: Verena Dembianny (Stadt Regensburg), Dr. André Suck (Landkreis Regensburg),
Hanna Kloepfer (oekom verlag)

Projektmitarbeit: Judith Oechsle (oekom verlag)

Gestaltung und Satz: Anita Mertz (Augsburg)

Umschlaggestaltung und Illustration: Ulrike Huber (uhu-design.de)

Druck: Aumüller Druck GmbH & Co. KG, Regensburg

Alle Rechte vorbehalten

Printed in Germany



Dieses Buch wird auf 100 % Recyclingpapier (zertifiziert mit dem Blauen Engel) gedruckt. Der oekom verlag kompensiert unvermeidbare Emissionen durch Investitionen in ein Klimaschutzprojekt nach »Gold-Standard«. Mehr Informationen unter oekom.de

Die Herausgeber übernehmen keine rechtliche Verantwortung für den Inhalt der aufgeführten Weblinks sowie für die Richtigkeit der CO₂-Angaben.

Bei der Berechnung der CO₂-Werte in diesem Buch wurden CO₂-Äquivalente wie Methan oder Lachgas berücksichtigt.

Aufgrund der Corona-Lage kann es vorkommen, dass einige der im Buch genannten Aktivitäten und Veranstaltungen derzeit nicht (mehr) stattfinden können.

Bildnachweise:

Stadt Regensburg (19, 35, 66, 68.), Büro Osmonskey (8), Stefan Effenhauser, Stadt Regensburg (4, 6), Energieagentur Regensburg (7, 8), Fotofuerst (11), Carola Benz (21), Monika Ernst (25), Selina Eißler (24), Antonia Pröls (26), Juradistl_Lamm (29), Foodsharing Deutschland e.V (30), Peter Ferstl, Sebastian Felkner (40), Kolpingsfamilie Regenstein (44), Georgina Forstner (50), ADFC/Jens Lehmkuhler (56), Nihola (58), Stefan Gruber (62, 63), WWOOOF-Deutschland. (65), Landratsamt Regensburg (4, 69), **Photocase:** N.O.B (10) **Fotolia:** Peter Ferstl (9), Alexander Rath (14), HQUALITY (17), sonyakamoz (22), bernardbodo (32), Brunnen@www.karrastock.com (34), DutchScenery (39), highwaystarz (43), Rawpixel.com (45, 80), Patrizia Tilly (59), yossarian6 (64), Eisenhans (73) **AdobeStock:** vicuschka (18), juefraphoto (27), bit24 (28), Marek Gottschalk (33), Marco2811 (20), Forenius (47), SFIO CRACHO (49), artem_goncharov (51), Prostock-studio. (55), Juliasudnitskaya (53), amixstudio (46), Freepik (60), Photographee.eu (70), Yvonne Weis (72), diego cervo (74), miss_mafalda (75), pololia (76), Evgenb (77), digitalstock (78), Andrey Popov (79), Stockwerk-Fotodesign (83), Ing o Bartussek (84), Ines Porada (86) **Unsplash:** cayla1 (13), shanna-camilleri (36), charisse-kenion (48), phad-pichetbovornkul. (41)

Das erste Klimaschutzbuch für die Stadt und den Landkreis Regensburg lädt dazu ein, die eigenen Lebensgewohnheiten unter die Lupe zu nehmen. Ob Ernährung, Konsum, Mobilität oder Wohnen und Bauen – das Klimaschutzbuch bietet zahlreiche Tipps und Tricks für einen klimafreundlicheren Alltag, die zudem oft auch eine Geldersparnis mit sich bringen!

30 attraktive Gutscheine aus der Region motivieren zum Ausprobieren von lokalen, klimafreundlichen Alternativen: Machen Sie mit und entdecken Sie Regensburg neu mit Rabatten auf Bio- und Upcycling-Produkte, tolle Secondhand-Sachen und Beratungsangebote!

Erfahren Sie mehr unter
klimasparbuch.de

 oekom