



Der Kreis  
Groß-Gerau

# Klima Sparbuch

Kreis Groß-Gerau



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

# Klima Sparbuch

**Kreis Groß-Gerau**

Klima schützen & Geld sparen



Herausgegeben vom  
Kreis Groß-Gerau und vom oekom e. V.

# Inhalt

Grußwort .....	3
Klimaschutz im Kreis Groß-Gerau.....	4
Interview mit Dr. Marta Wachowiak .....	8
Ökologischer Fußabdruck & Handabdruck .....	10

## Klimatipps

 <b>Gesünder essen und genießen</b> .....	12
 <b>Bewusster leben und konsumieren</b> .....	28
 <b>Nachhaltig unterwegs</b> .....	46
 <b>Grüner und schöner wohnen</b> .....	62
 <b>Ökologisch bauen und renovieren</b> .....	78
Klimagutscheine .....	94



**Thomas Will**  
Landrat des  
Kreises



**Adil Oyan**  
Erster Kreis-  
beigeordneter

## **Liebe Menschen im Kreis Groß-Gerau,**

mit den beiden größten Naturschutzgebieten Hessens bildet der Kreis Groß-Gerau die »grüne Lunge« des Rhein-Main-Gebiets. Für den Erhalt dieser Lebensqualität brauchen wir gesundes Klima. Nicht nur deswegen ist Klimaschutz ein wichtiges Anliegen im Landratsamt. Wir wollen den Kreis mit seinen Kommunen klimaresilienter machen, um Umwelt- und Naturveränderungen genauso wie soziale und wirtschaftliche Krisen besser zu meistern.

Das Thema ist vielfältig und komplex mit zahlreichen Wechselwirkungen. Es bedarf daher vereinter Kräfte für mehr Information, Beratung und Gestaltung. Nicht jede Entscheidung ist bequem. Die Transformation verlangt von uns allen eine solidarische Anstrengung.

Mit dem Klimaschutzbuch machen wir auf nachhaltige Angebote in unserem Kreis aufmerksam: lokale Wirtschaft unterstützen, Energie und Geld sparen und Lebensqualität gewinnen. Getreu dem Motto: Gemeinsam handeln – zusammen gutes Klima schaffen.

Ihr

Thomas Will  
Landrat des Kreises

Adil Oyan  
Erster Kreisbeigeordneter

## **Für eine lebenswerte Umwelt**

Klimaschutz ist wichtig und das wird so bleiben. Um unsere Lebensgrundlagen zu erhalten, müssen wir die Treibhausgasemissionen senken – und zwar deutlich schneller als bisher geplant. Klimaschutz ist aber nicht nur Selbstzweck, er hat viele weitere positive Effekte: Er bedeutet auch Wandel, Innovation, Entwicklung und Einsatz von Spitzentechnologie, Solidarität und Gesundheitsfürsorge: Grüne Städte sind für uns lebenswerter, energieeffiziente Gebäude komfortabler und nachhaltiger Verkehr ist oft entspannter. Wir möchten energieautark werden, und zwar wirtschaftlich und ökologisch nachhaltig.

Parallel werden wir uns an das neue Klima anpassen, denn manche seiner Folgen sind bei uns im Kreis Groß-Gerau bereits angekommen. Mehr dazu erfahren Sie auf S. 8. Deshalb gilt umso mehr: Jeder kleine Schritt zählt, wir alle können zur nachhaltigen Transformation beitragen: zu Hause, unterwegs und beim Einkauf.

## **Der Fachdienst Klimaschutz**

Der Fachdienst Klimaschutz ist Anlaufstelle für Bürger\*innen, Schulen, Unternehmen und Kommunen. Zum Tätigkeitsfeld gehören u. a. Initialberatungen, Wettbewerbe und Veranstaltungen zu Klimaschutz und Energiewende.

Der Kreis Groß-Gerau hat sich den Klimaschutz schon lange auf die Fahnen geschrieben: Bereits 2009 hat der Kreistag beschlossen, eigene Neubauten und Sanierungen im Passivhausstandard auszuführen. 2014 folgte mit dem integrierten Verkehrsentwicklungskonzept der Beschluss, den kreiseigenen Fuhrpark effizient und elektromobil umzubauen. Der Kreis unterstützt die Agenda 2030 und



die 17 Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen, so beschlossen 2018. Außerdem ist er seit 2015 offizieller Fairtrade-Kreis.

## **Klimanotstand**

Am 22.06.2020 hat der Kreistag den Klimanotstand ausgerufen. Demnach sind die kommunalen Treibhausgasemissionen so schnell wie möglich auf null zu fahren. Der im Klimanotstandsbeschluss geforderte Klimacheck in Verwaltungsangelegenheiten wurde bereits eingeführt: Das heißt, dass klimarelevante Beschlussvorlagen an den Kreisausschuss einem übersichtlichen, aber aussagekräftigen Klimacheck unterzogen werden.

## Interview mit Frau Dr. Marta Wachowiak, Leiterin des Fachdiensts Klimaschutz



### Wo zeigen sich die Folgen des Klimawandels im Landkreis Groß-Gerau?

Es gibt mehr Hitzetage und längere Dürren, parallel steigt die Wahrscheinlichkeit für intensive Starkregenereignisse. Die Landwirtschaft ist bereits jetzt stark belastet: Einerseits wird schon heute im hessischen Ried deutlich mehr als 90 Prozent der land-

wirtschaftlichen Nutzfläche bewässert, andererseits führen starker Regen und Überschwemmungen zu Bodenerosionen. Die Wetterextreme sind hier gut erkennbar. Weiteres Beispiel: In einem der trockensten Jahre musste aufgrund des niedrigen Pegelstands die Schifffahrt fast ganz eingestellt werden. Umgekehrt gibt es auch solche Hochwasser, dass Dämme überflutet werden.

### Gibt es Ihrer Meinung nach bereits ein Bewusstsein bei der Bevölkerung für den Klimawandel?

Das Problembewusstsein für Fragen des Umwelt- und Klimaschutzes hat in den letzten Jahren zugenommen. Vor allem die Jugend ist sensibilisiert. Das stellen wir auch im Kreis Groß-Gerau fest. Wie in ganz Deutschland gab es auch bei uns Klimaproteste.

### Was ist das Nonplusultra des klimafreundlichen Verhaltens für Sie?

Für mich heißt das zuallererst, mir bewusst darüber zu werden, wie sich meine Handlungen auf die Umwelt und das Klima auswirken. Nur wenn wir die Konsequenzen unseres Handelns begreifen, können wir unser eigenes Verhalten klimafreundlicher gestalten.

# Der ökologische Fußabdruck



Der ökologische Fußabdruck ist eine Möglichkeit, das eigene Verhalten im Lebensumfeld (Ernährung, Mobilität, Wohnen, etc.) zu bewerten. Er sollte stets so klein wie möglich sein. Ein Beispiel: Der Anbau von Getreide für mein Müsli benötigt Anbaufläche. Diese sollte aber die zur Verfügung stehenden Ressourcen nicht übersteigen. Müsli ist natürlich nicht das Einzige, das ich esse und so kommen mit anderen Lebensbereichen (Auto, Handy, etc.) eine beträchtliche Fläche und viele Ressourcen zusammen, die ich für meinen Lebensstil benötige. Durch diesen Konsum leben wir generell über unsere Verhältnisse. Das zeigt jedes Jahr der Earth Overshoot Day, der »Erdüberlastungstag«: Das ist der Tag, an dem unsere Ressourcen, die uns für ein Jahr zu Verfügung stehen, aufgebraucht sind. Dieser Tag rückt jedes Jahr weiter nach vorne. 2022 war er z. B. am 28. Juli.

Unter [fussabdruck.de](https://www.fussabdruck.de) kann man seinen eigenen Fußabdruck berechnen.



# 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.**

## Das Gute liegt so nah

Wenn Sie im Kreis Groß-Gerau wohnen, finden Sie ein hervorragendes Angebot an Produkten und Speisen aus der Region vor. Vor Ihrer Haustür werden über 50 verschiedene Ackerkulturen angebaut, z. B. Kartoffeln, Erdbeeren oder Spargel. Jährlich finden z. B. die Spargeltage statt. [spargeltage.de](http://spargeltage.de)

Kaufen Sie also direkt von den Erzeuger\*innen und in Hofläden oder genießen Sie Köstlichkeiten in Cafés und Restaurants, die regionale Produkte verarbeiten.

Regional erzeugte Produkte punkten auf ganzer Linie: Kurze Wege schützen das Klima, die Qualität wird durch Frische erhöht und heimische klein- und mittelständische Betriebe werden unterstützt. Außerdem wird die Kulturlandschaft vor Ort erhalten und gepflegt. Welche Lebensmittel wann Saison haben, zeigt Ihnen unser Saisonkalender auf der nächsten Seite.





desto besser ist die persönliche Klimabilanz, denn die Nutztierhaltung macht einen wesentlichen Anteil der weltweiten CO<sub>2</sub>-Produktion aus. Hier spielen Emissionen aus der Produktion von Futtermitteln für die konventionelle Tierhaltung ebenso eine Rolle wie die Tatsache, dass Wiederkäuer während ihres Verdauungsvorgangs klimaschädliches Methan produzieren.

Auf [uba.co2-rechner.de](http://uba.co2-rechner.de) können Sie Ihre persönliche Bilanz errechnen.

**Je weniger tierische Produkte Sie zu sich nehmen, desto geringer sind Ihre Emissionen\*:**

Verbrauch von CO<sub>2</sub> bei Ernährung im Vergleich

- **Fleischesser\*in: 1.950 kg CO<sub>2</sub> pro Jahr**
- **Flexitarier\*in: 1.480 kg CO<sub>2</sub> pro Jahr**
- **Vegetarier\*in: 1.160 kg CO<sub>2</sub> pro Jahr**
- **Veganer\*in: 940 kg CO<sub>2</sub> pro Jahr**

\* Berechnet mit Werten aus dem CO<sub>2</sub>-Rechner des Umweltbundesamtes für eine durchschnittliche Person, die sich vorwiegend von regionalen, saisonalen und Bio-Produkten ernährt.





## Butter bei die Fische

Fisch ist ein gesunder Bestandteil unseres Speiseplans. Beim Einkauf sollte man unbedingt darauf achten, dass der Fisch aus nachhaltigem Fang stammt und die Art nicht bedroht ist. Welchen Fisch Sie guten Gewissens essen können, erfahren Sie u. a. in dem Ratgeber von WWF ([fischratgeber.wwf.de](http://fischratgeber.wwf.de)). Der Marine Stewardship Council (MSC) mit dem gleichnamigen Siegel (siehe unten) setzt sich für nachhaltige Fischerei ein. Vorsicht: Nicht alle Siegel, die sich als umweltschonend und fischfreundlich ausgeben, sind auch wirklich ökologisch nachhaltig. Informieren Sie sich und hinterfragen Sie die Vergabekriterien! Eine Alternative zum Wildfang sind Fische aus Bio-Aquakulturen. Hier sind vor allem Naturland und Bioland Vorreiter für ökologischen und nachhaltigen Fisch. Der Aquaculture Stewardship Council (ASC) mit dem dazugehörigen Siegel setzt sich für umweltgerechte Aquakulturen ein. Eine wirkliche Alternative sind in Deutschland Süßwasserfische aus der Region. Die kurzen Transportwege sprechen für sich. In der Öko-Bilanz ist ein Karpfen oder eine Forelle deshalb unschlagbar im Vergleich zu Meeresfisch!



## Tierisch nachhaltig

Milchkaffee, ein gekochtes Ei und ein Brot mit Butter und Honig: Mit den folgenden Tipps können Sie Ihr Sonntagsfrühstück klimafreundlich genießen:

- Mit dem Kauf von Bio-Eiern der Bruderhahn-Initiative ([brudertier.bio](https://www.brudertier.bio)) unterstützen Sie die Aufzucht männlicher Küken für mindestens 14 Wochen. Seit 2022 ist das Kükentöten zwar gesetzlich verboten, jedoch ist das Vernichten von Eiern nach einer Geschlechtererkennung auch nicht das Gelbe vom Ei. Die Eier der Initiative bleiben also die bessere Wahl, weil diese gänzlich ohne Selektion auskommen.
- Milchprodukte mit dem Naturland Fair-Siegel garantieren neben einer umweltschonenden Landwirtschaft und artgerechten Tierhaltung die faire Bezahlung der Milchbauern, sodass diese nachhaltig produzieren können ([naturland.de](https://www.naturland.de)). Auch die beiden Anbauverbände Demeter und Bioland stehen für hohe Umwelt- und Tierschutz-Standards und übertreffen aufgrund ihrer strikteren Auflagen für die Produkterzeugung und -verarbeitung das EU-Bio-Siegel.
- Und aufs Brot streichen Sie am besten regionalen Honig vom Deutschen Imkerbund. Honig wirkt zudem antiallergen – vorausgesetzt, er ist naturbelassen und wurde während der Blütezeit der allergieauslösenden Pflanzen gesammelt. Imkereien im Landkreis finden Sie unter [imker-gg.de](https://www.imker-gg.de).



# CO<sub>2</sub>-Checkliste

Wir alle verbrauchen CO<sub>2</sub> – im Alltag und bei besonderen Gelegenheiten. Aber: Niemand ist perfekt. Wo Sie stehen und was Sie selbst noch verbessern können, erfahren Sie in dieser Checkliste. Kreuzen Sie an!

---

## Ernährung:

### Lebensmittelkauf:

- Kaufen Sie Bio-Lebensmittel aus der Region?
- Ernähren Sie sich vegetarisch oder vegan?
- Kaufen Sie Obst und Gemüse saisonal?

### Kochen:

- Verwerten Sie Reste, anstatt sie wegzuworfen?
- Verzichten Sie beim Backen auf das Vorheizen?
- Spülen Sie Ihr Geschirr in der (vollbeladenen) Spülmaschine, anstatt von Hand?

## Konsum:

### Müll:

- Mülltrennung? Für Sie nichts leichter als das?
- Verschenken Sie, was Sie nicht mehr brauchen, anstatt es wegzuworfen?
- Vermeiden Sie Müll?

### Kleidung:

- Reparieren Sie Ihre Kleidung oder lassen sie reparieren?
- Tauschen Sie oder kaufen Sie Gebrauchtes?
- Achten Sie beim Neukauf auf ökologisch produzierte und fair gehandelte Kleidung?

# Bewusster leben und konsumieren



Dinge zu tauschen, zu verschenken oder zu reparieren, statt sie wegzuerwerfen, kann nicht nur Spaß machen, sondern erweitert auch Ihren Horizont. Wenn Sie außerdem nur kaufen, was Sie wirklich brauchen, 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.



## Echt fair!

Kaffee, Kakao, Zucker, Palmöl, Bananen und viele andere Produkte werden oft unter ausbeuterischen und gefährlichen Arbeitsbedingungen angebaut. Wenn Sie Waren aus Fairem Handel kaufen, setzen Sie sich für die Menschen ein, die diese Dinge produzieren. Der Kreis Groß-Gerau ist ein Fairtrade-Kreis, d. h. faire Produkte finden Sie in sehr vielen Läden und Gastronomiebetrieben, in einigen Kirchengemeinden und natürlich besonders in den Weltläden, z. B. in Trebur, Dornheim und Raunheim. Das Fairtrade-Siegel, das Naturland Fair-Siegel sowie das Label fair-for-life garantieren im Lebensmittelbereich menschenwürdige Produktionsstandards. Bei Kleidung achten Sie z. B. auf das Siegel der Fair Wear Foundation, bluesign Standard oder das GOTS-Zertifikat. Fairtrade-Städte bzw. Gemeinden im Kreis sind z. B. Büttelborn, Kelsterbach, Bischofsheim und Mörfelden-Walldorf. Eine Übersicht über Fairtrade-Aktivitäten im Kreis finden Sie unter [kreisgg.de/umwelt/faierer-handel-im-kreis-gross-gerau](http://kreisgg.de/umwelt/faierer-handel-im-kreis-gross-gerau) und den Gastronomie- und Einkaufswegweiser unter [kreisgg.de](http://kreisgg.de) > Umwelt > Fairer Handel im Kreis Groß-Gerau.



## Schon mal mit Reparieren versucht?

In Europa werfen wir Unmengen weg. Auch Gegenstände, an denen nicht viel kaputt ist und die nach einer (einfachen) Reparatur wieder verwendet werden können. Leider ist das Reparieren aus der Mode gekommen. Der Grund: Die meisten Menschen wissen einfach nicht mehr, wie das geht. In sogenannten Repair-Cafés versuchen ehrenamtliche Fachleute das zu reparieren, was sonst auf dem Müll landet: Elektrogeräte, Fahrräder, Kleidung, Möbel und vieles mehr. Das Ziel besteht darin, die Nutzungsdauer von Gebrauchsgütern zu verlängern, dadurch Ressourcen zu sparen und nachhaltige Lebensweisen in der Praxis zu erproben. Die Hochschule RheinMain (HSRM), der Caritasverband Offenbach/Main e.V. und die Evangelische Martinsgemeinde Rüsselsheim bieten gemeinsam ein Repair Café an: Jeden zweiten Samstag von 10 bis 13 Uhr findet das »Textil-Repair-Café« im Nachbarschafts- und Familienzentrum Böllensee (NAFAZ) der Martinsgemeinde statt. Im zweiwöchentlichen Wechsel findet dann das »Technik Repair Café« am Campus Rüsselsheim der HSRM jeweils am letzten Dienstag des Monats von 15 bis 18 Uhr statt. Außerdem gibt es Repair-Cafés in Riedstadt-Crumstadt im alten Rathaus und in Mörfelden-Walldorf im KuBa.

### BEISPIEL:

Reparieren  
statt wegwerfen  
spart bis zu  
**24 kg CO<sub>2</sub>**  
pro Reparatur



## Mikroskopisch klein

Dass Sie Plastiktüten und Einwegbehälter, z. B. an der Frischetheke im Supermarkt, umweltfreundlich ersetzen können, wissen Sie sicher schon. Jedoch versteckt sich auch noch in vielen Produkten sogenanntes Mikroplastik, das sich in unseren Gewässern, deren Bewohnern und auch in unserer Nahrung wiederfindet. Auch durch häufiges Waschen von synthetischer Kleidung gelangt Mikroplastik in unser Abwasser, da es aufgrund der Partikelgröße nicht ausgefiltert werden kann. Dies schadet nicht nur unseren Ökosystemen, sondern könnte möglicherweise auch gesundheitliche Folgen für uns Menschen haben. Doch ein bewusster Umgang mit den kleinen »Übeltätern« ist leicht, wenn Sie z. B. zertifizierte Naturkosmetik kaufen, auf natürliche statt auf synthetische Stoffe setzen und letztere in einem speziellen Waschbeutel waschen ([guppyfriend.com](http://guppyfriend.com)).

Der BUND-Einkaufsratgeber und die kostenfreie App »Code Check« (siehe S. 41) können dabei helfen, verstecktes Mikroplastik in Bodylotion, Duschgel oder Waschmittel ausfindig zu machen. [bund.net](http://bund.net), Suche »Einkaufsratgeber«





- **Kernseife** kann jedes hippe Shampoo ersetzen und ist auch als Körperseife genauso gut wie jedes Duschgel. Auch bei Flecken auf der Kleidung kann man Kernseife zur Vorbehandlung nutzen, oder mit Waschsoda und Natron direkt zu einem Waschmittel herstellen.

Natürlich muss man nicht alle Produkte auf einmal austauschen, aber jeder Wechsel dient der Umwelt und schont den Geldbeutel. Informieren Sie sich auch unbedingt, welche Mittel wie zu mischen sind. Genaue Anleitungen finden Sie unter [smarticular.net](https://www.smarticular.net).





## Ihr Handy wurde im Kongo geboren ...?

Das Mobiltelefon ist ein Weltbürger, wenn es um die Herstellungsorte seiner Bestandteile geht. In den kleinen Geräten stecken unzählige Seltene Erden und Metalle wie Coltan und Europium sowie weitere wertvolle Rohstoffe, wie z. B. Gold, Silber und Kupfer. Diese werden meist unter ausbeuterischen Bedingungen abgebaut, manchmal sogar von Kindern. Der Erlös des Metallabbaus finanziert zudem nicht selten Bürgerkriege. Grund genug, sein Mobiltelefon möglichst lange zu nutzen oder gebraucht zu kaufen.

Eine Alternative sind auch Smartphones, die unter möglichst fairen und nachhaltigen Bedingungen hergestellt werden, beispielsweise das Fairphone, das Shiftphone, das von einem hessischen Familienunternehmen produziert wird, oder das Rephone.

Außerdem ist es sinnvoll, am Ende die wertvollen Rohstoffe zu recyceln. Halten Sie die Augen auf nach einer Sammelbox in Ihrer Nähe. Oder Sie bestellen unter [nabu-shop.de](https://nabu-shop.de) kostenfrei eine Sammelbox und initiieren selbst eine Sammelaktion – z. B. für Ihre Arbeitsstelle oder Straße!

## Jeder Beitrag zählt

Im Klimaschutz zählt jeder kleine Schritt, denn niemand kann das Klima allein retten. Was tun daher große Institutionen wie die Bundesregierung Deutschlands für den Klimaschutz? Durch ein Gesetz hat sie sich verpflichtet, bis 2030 verschiedene Klimaziele zu erreichen. Dazu gehört zum Beispiel die Reduktion der Treibhausgase um 65 Prozent (gegenüber dem Jahr 1990) oder die Deckung des Stromverbrauchs zu 80 Prozent aus erneuerbaren Quellen. Durch einen zusätzlichen Preis auf CO<sub>2</sub> setzt sie Anreize, Energie zu sparen, durch beispielsweise einen Umstieg auf Elektromobilität. Auf [bundesregierung.de](https://www.bundesregierung.de) > Klimaschutz finden Sie genauere Informationen zum Programm der Regierung.

Sie wollen wissen, welcher Klimaschutztyp Sie sind? Dann probieren Sie doch den Persönlichkeitstest der Bundesregierung auf [wieklickstdu.de](https://www.wieklickstdu.de) aus.

## Kreisvolkshochschule Groß-Gerau

Spannende Veranstaltungen rund um die Themen Nachhaltigkeit im Alltag, Umweltbildung und Klimawandel bietet die Kreisvolkshochschule Groß-Gerau. Im hinteren Teil des Buches finden Sie einen entsprechenden Gutschein. [kvhsgg.de](https://www.kvhsgg.de) > Programm > Kursübersicht > Politik-Gesellschaft-Umwelt



# 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 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!**



## Angebote rund ums Fahrrad

### Stadtradeln

Über 4.000 Radelnde in 251 Teams aus dem Landkreis nahmen 2022 für den Kreis Groß-Gerau am alljährlichen Stadtradeln teil. Unter [stadtradeln.de/kreis-gross-gerau](https://stadtradeln.de/kreis-gross-gerau) erhalten Sie einen Überblick und weitere Informationen.

### Fahrradabstellanlagen

Neben der Bereitstellung und Instandhaltung eines Freizeit- und Alltagsradroutennetzes ist auch die Schaffung funktionaler Fahrradabstellanlagen ein wichtiger Baustein der Radverkehrsförderung im Kreis Groß-Gerau. So finden sich an fast allen Bahnhöfen im Kreis überdachte Fahrradabstellanlagen (Bike+Ride), an denen der Rahmen des Fahrrades angeschlossen werden kann. Zudem wurde ein Angebot an Fahrradparkern an einigen Bushaltestellen (z. B. in Stockstadt an der Haltestelle »Feuerwehr«) im Kreis geschaffen und die Abstellsituation an Schulen (laufende Projekte) entscheidend verbessert.

## Angebote rund ums Fahrrad



### Fahrradmitnahme im ÖPNV

Die Fahrradmitnahme ist in allen RMV-Verkehrsmitteln kostenlos. Geeignete Abstellplätze in den Fahrzeugen werden mit dem Fahrrad-Symbol gekennzeichnet.

### Radschnellverbindungen im Kreis

Mal schnell zur Arbeit düsen... Durch den Kreis verlaufen drei Korridore für Radschnellverbindungen, die in den nächsten Jahren ausgebaut werden sollen. Diese verlaufen zwischen Mainz und Kelsterbach, zwischen Groß-Gerau und dem Flughafen Frankfurt und zwischen Darmstadt und Rüsselsheim. Weitere Infos unter [schneller-radfahren-kreisgg.de](https://schneller-radfahren-kreisgg.de)

### Autofreier Sonntag? »Der Kreis rollt«

Für die Veranstaltung »Der Kreis rollt« sollen voraussichtlich 2024 wieder für Tausende Radfahrer\*innen und andere nicht motorisierte Menschen die klassifizierten Straßen im Kreis gesperrt werden. Mehr Infos unter [der-kreis-rollt.de](https://der-kreis-rollt.de)





## Der Radroutenplaner für Hessen



Der Radroutenplaner bietet als Homepage oder App allen, die in Hessen radfahren möchten, eine große Bandbreite an Angeboten – sei es der Arbeits- oder Schulweg, der mit dem Planer geplant werden kann, die Freizeitradtour oder sogar der Fahrradurlaub mit dem Angebot »Bett + Bike«. Auch Verleihstationen oder andere Servicepunkte lassen sich unter dem gleichnamigen Reiter in ganz Hessen finden, z. B. Fahrradboxen zur sicheren Aufbewahrung des Rads oder die Schlauchautomaten. [radroutenplaner.hessen.de](http://radroutenplaner.hessen.de)

## Pannenhilfe

Übrigens: Die ADFC-Pannenhilfe ist ein exklusiver Service für ADFC-Mitglieder, der im Mitgliedsbeitrag enthalten ist. ADFC-Mitglieder bekommen bei Pannen oder Unfällen im Alltag, in der Freizeit und auf Reisen schnell und unkompliziert Hilfe. Weitere Informationen unter [adfc.de/artikel/die-adfc-pannenhilfe](http://adfc.de/artikel/die-adfc-pannenhilfe)





## Firmenrad leicht gemacht

Ihr Dienstwagen steht nur herum, denn Sie fahren lieber mit dem Rad zur Arbeit? Oder Sie wollten sich schon immer für eine zukunftsfähigere Mobilität einsetzen? Dann ist vielleicht ein »Jobrad« genau das Richtige für Sie. Das funktioniert so: Arbeitnehmer\*innen tauschen einen Teil ihres Brutto-Arbeitslohns gegen eine andere Leistung, nämlich ein Dienstrad, ein, das auch privat genutzt werden kann. Sprechen Sie Ihren Arbeitgeber darauf an! Auch der Landkreis Groß-Gerau bietet dieses Angebot seinen Mitarbeiter\*innen.

Die wohl bekannteste Plattform für Dienstfahrrad-Leasing (engl. Leasing – Miete, Pacht) in Deutschland ist JobRad ([jobrad.org](https://www.jobrad.org)). Die Vision von JobRad ist es, allen Berufstätigen ein Dienstfahrrad, egal ob herkömmliches Fahrrad oder E-Bike, anstelle des Dienstwagens zu ermöglichen und damit eine nachhaltigere Mobilität zu unterstützen. Ein Fahrrad von JobRad lohnt sich dann, wenn Arbeitnehmer\*innen mindestens drei Jahre im Unternehmen bleiben. Am Schluss der 36-monatigen Leasing-Laufzeit kann das Fahrrad günstig gekauft oder in gutem Zustand zurückgegeben werden. Andere Anbietende sind z. B. Eurorad, Businessbike, Lease-A-Bike. [eurorad.de](https://www.eurorad.de), [lease-a-bike.de](https://www.lease-a-bike.de), [businessbike.de](https://www.businessbike.de)



## Wege fürs Rad im Grünen

Spannende Landschaften und idyllische Orte zum Träumen – dafür müssen Sie nicht weit reisen. Steigen Sie auf Ihr Fahrrad und entdecken Sie den Landkreis Groß-Gerau auf dem Drahtesel. Die schönsten Tourenvorschläge im Kreis Groß-Gerau bietet übrigens der Radroutenplaner Hessen: [radroutenplaner.hessen.de](https://www.radroutenplaner.hessen.de). Mit diesem können Sie auch individuelle Touren planen! Radeln Sie z. B. an der Landkreisgrenze am Altrhein entlang Richtung Main Spitze. Entdecken Sie die Naturschutzgebiete Mönchbruch oder Kühkopf-Knoblochsaue auf dem Rad.

Unter [kreisgg.de](https://www.kreisgg.de) > Unterwegs im Kreis finden Sie spannende Anregungen für Ausflüge im Landkreis.





## Jeden Tag eine gute Fahrt!

Für den Öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV) im Landkreis Groß-Gerau ist die Lokale Nahverkehrsgesellschaft Kreis Groß-Gerau mbH (LNVG) als Tochterunternehmen der Riedwerke Kreis Groß-Gerau zuständig. Sie plant, organisiert und kommuniziert rund um den Nahverkehr. Den Verkehr, der über das Kreisgebiet hinaus geht, organisiert der Rhein-Main-Verkehrsverbund (RMV). Zu diesen regionalen Linien gehören auch die S-Bahnen.

Entdecken Sie die Bandbreite öffentlicher Verkehrsmittel vor Ihrer Haustür, denn diese bedeuten Lebensqualität. Sie kosten in der Regel ein Drittel weniger und die Fahrzeit können Sie nutzen – z. B. zum Lesen, Musik hören oder einfach zum Entspannen. Auch für das Klima ist der Unterschied gewaltig – wer Bus und Bahn fährt, spart jede Menge CO<sub>2</sub>!

Und mit der RMVgo App wird Mobilität noch einfacher! Mehr Informationen unter [sites.rmv.de/rmvgo](https://sites.rmv.de/rmvgo)



# Grüner und schöner wohnen

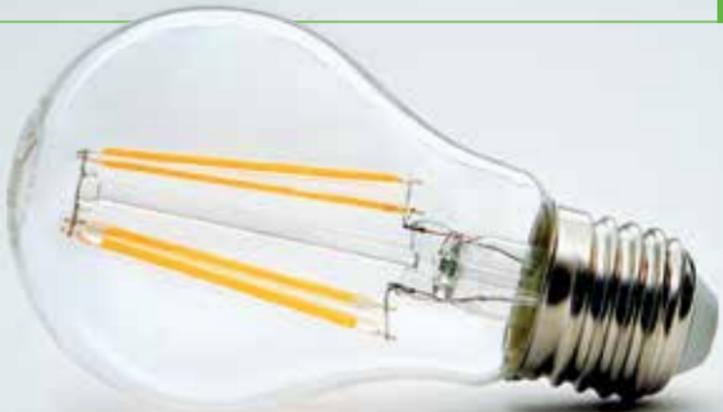


**Zu Hause kann man richtig was tun für den Klimaschutz. Selbst auf einem noch so kleinen Balkon können Sie Blumen pflanzen, auf die Bienen fliegen. Auch alltägliche Handlungen, wie Geräte nicht auf Stand-by zu lassen oder richtiges Heizen, bewirken eine CO<sub>2</sub>-Ersparnis. Ganz nebenbei sparen Sie auch noch viel Geld. Weitere Tipps für ein angenehmes Klima – für Sie und die Natur – finden Sie auf den nächsten Seiten!**

## Wer bietet weniger?

Achten Sie beim Kauf von Elektrogeräten auf deren Stromverbrauch. Wer beim Kühlen und Gefrieren auf neue, hocheffiziente Technik setzt, kann im Vergleich zu älteren Geräten bis zu 60 Prozent der Stromkosten sparen. Ob Kühlschrank, Spül- oder Waschmaschine: Beim Kauf sollten Sie mindestens Energieeffizienzklasse B wählen. Die als am besten ausgezeichneten Geräte erhalten ein A. Hilfe bei der Auswahl finden Sie z. B. unter [spargeraeete.de](http://spargeraeete.de).





## LED's go!

Seit 2021 sind Kompaktleuchtstofflampen, häufig (zu Unrecht) Energiesparlampen genannt, EU-weit verboten. Im September 2023 wird das Verbot auf weitere energieintensive Leuchtmittel ausgeweitet. Die klima- und geldbeutelfreundliche Alternative? LED-Lampen. Diese Leuchtmittel verbrauchen weniger Energie, halten deutlich länger und überstehen häufiges Ein- und Ausschalten wesentlich besser. Dennoch gibt es beim Kauf von LED-Lampen einiges zu beachten:

- Die Lichtleistung muss ausreichend hoch sein, das heißt, möglichst viel Licht (in Lumen, Einheit für die Lichtmenge) muss pro Watt entstehen. So wird die Energie effizient verwertet.
- Farbwiedergabeindex: Damit das blaue Kissen auch bei eingeschaltetem Licht genauso blau aussieht, sollte auf einen hohen Farbwiedergabeindex geachtet werden. Dieser wird auf der Schachtel als RA oder CRI angegeben
- Lichtfarbe: LED-Licht muss nicht ungemütlich blau-weiß sein. Die Lichtfarbe verrät, wie das Licht wirkt. Wer z. B. gerne das warmweiße Licht herkömmlicher Glühbirnen möchte, kann zu LEDs mit einer Farbtemperatur von 2.700 Kelvin greifen.



## Goodbye Stand-by

Wenn es dämmert, treten sie in Erscheinung: rote und grüne Leuchtdioden, die »Ich bin bereit« signalisieren. Vor allem ältere Geräte verbrauchen im Stand-by-Modus völlig unnötig Strom. Da kommen pro Haushalt über 100 Euro im Jahr zusammen. Übliche Kandidaten sind Fernseher, Drucker oder Router. Dagegen helfen Steckdosenleisten mit Schalter – oder einfach den Stecker ziehen. Das gilt übrigens auch für Ladekabel, an denen keine oder voll geladene Geräte angeschlossen sind, denn auch diese verbrauchen Strom. Zudem können manche Akkus durch Überladen kaputt gehen. Auch Starkwetterereignisse, die in Zeiten des Klimawandels häufiger vorkommen, können für kaputte Geräte sorgen, wenn durch einen Blitzschlag in das Stromnetz Überspannung entsteht. Kündigt sich ein Gewitter an – oder auch, wenn Sie länger im Urlaub sind – sollten am besten alle Stecker gezogen werden.

# Top-10-Energiespartipps



## Wäsche bei niedrigen Temperaturen waschen

Je heißer gewaschen wird, desto mehr Energie wird benötigt. Achten Sie außerdem darauf, dass die Maschine voll beladen ist.



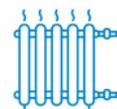
## Wäsche auf der Leine trocknen, statt im Trockner

Trocknet man seine Wäsche an der frischen Luft, statt im Wäschetrockner, verbraucht man keinen Strom und spart Geld. Bei 50 Ladungen macht das bis zu 25 Euro aus.



## Kürzer Duschen mit Spar-Duschkopf

Ein Wasserspar-Duschkopf senkt den Wasserdurchfluss von acht auf etwa fünf Liter pro Minute. Wer statt fünf Minuten nur drei Minuten duscht, braucht weniger Energie zum Aufwärmen des Wassers.



## Heizung fit machen

Heizkörper entlüften, hydraulischer Abgleich, programmierbare Thermostate installieren, Raumtemperatur um ein Grad absenken: Damit sparen Sie Energie und vermindern die Abhängigkeit von Energielieferungen.



## Klimaanlagen vermeiden

165 Kilogramm CO<sub>2</sub> stößt eine Klimaanlage aus, wenn sie an 30 Tagen im Jahr acht Stunden läuft. Auf Seite 44 stellen wir Ihnen gute Alternativen für die Erfrischung zuhause vor!



# Ökologisch bauen und renovieren



Durch kleine und große Veränderungen rund ums Haus können Sie nicht nur die Wohlfühlatmosphäre in Ihrem Zuhause steigern, sondern sogar Geld sparen. Und ganz nebenbei schützen Sie noch das Klima. Wie? Das erfahren Sie durch die folgenden Tipps.



## »Back to the roots«: Bauen und Sanieren mit der Natur

Bevor Sie für Renovierung oder Hausbau die Ärmel hochkrempeln: Überlegen Sie, welches Material Sie verarbeiten möchten. Bau- und Dämmstoffe aus der Natur erfüllen nicht nur die heutigen technischen und bauphysikalischen Anforderungen in vollem Maße, sondern bieten im Vergleich zu konventionellem Material auch handfeste Vorteile: Sie sind schadstofffrei, sorgen für ein optimales Raumklima und ihre Verarbeitung und Entsorgung sind völlig unproblematisch. Informationen zu ökologischen Baumaterialien geben die Fachagentur Nachwachsende Rohstoffe unter [fnr.de](http://fnr.de) und die Website [oekologisch-bauen.info](http://oekologisch-bauen.info).



## Nicht nur im Winter gut temperiert

Durch die richtige Dämmung von Außenwänden kann man jede Menge Energie und Geld sparen. An den Außenwänden verliert ein Haus nämlich besonders viel Wärme. Die Auswahl des richtigen Dämmstoffes hängt von vielen Faktoren ab. Dabei wird der Umweltverträglichkeit immer mehr Bedeutung zugemessen. Sie umfasst CO<sub>2</sub>-arme Produktion und Transport, Handwerker- und Bewohnerfreundlichkeit, Schadstofffreiheit, Langlebigkeit und Wiederverwertbarkeit. Für die Außenwände bieten sich hier Holzfaserdämmstoffe, Flachs, Hanf, Schilf oder sogar Seegras an. Verarbeitetes, altes Zeitungspapier (Zellulose) kann als Dämmstoff für Innenräume verwendet werden.





### BEISPIEL:

Nachträgliches Isolieren von undichten Fenstern spart im Einfamilienhaus mit 110 m<sup>2</sup> im Jahr (bei einer Gasheizung):  
**230 kg CO<sub>2</sub>**



## Durchzug

An den Fenstern geht ein Großteil der Wärme im Haus verloren. Sie haben Fenster mit moderner Wärmeschutzverglasung? Wunderbar! Für alle anderen folgender Tipp: Nachts Vorhänge zuziehen und Rollläden herunterlassen – das hält die Kälte zurück. Und mit Fensterdichtung aus dem Baumarkt bekommen Sie die Rahmen wieder dicht, sodass keine Zugluft eindringt. Einen Meter davon gibt's schon ab zwei Euro. Bei zugigen Haustüren Zugluftblocker besorgen. Und wenn gar nichts mehr hilft: Fenster erneuern!



## Lebe aktiv – wohne passiv

Neubauten sind zwar notwendig, aber nicht unbedingt ökologisch. Ressourcen, wie langsam knapp werdender Sand oder klimaschädlicher Zement werden für das Bauen verwendet. Es besteht jedoch die Möglichkeit, ein Haus so zu errichten, dass der Energiebedarf während der Nutzungsdauer auf ein Minimum reduziert wird. Ein Passivhaus kommt dank verschiedener baulicher Maßnahmen wie kluge Dämmung und Kombination von Lüftungs- und Heiztechnik ohne klassische Heizung aus. Dadurch sparen Passivhäuser bis zu 75 Prozent Heizwärme im Vergleich zu einem durchschnittlichen Neubau. Die höheren Investitionskosten von fünf bis zehn Prozent amortisieren sich – besonders aufgrund der stark gestiegenen Heizkosten – schnell. Übrigens: Sie können Ihr schon gebautes Haus auch mit Passivhaus-Komponenten modernisieren lassen! Für mehr Informationen besuchen Sie z.B. [passiv.de](https://passiv.de). Infos zu Förderungen für Ihr Bau- oder Sanierungsprojekt finden Sie auf S. 90/91.



### BEISPIEL:

Sie sparen (im Vergleich zum Durchschnitt) **zwei Tonnen CO<sub>2</sub>** ein, wenn Sie in einem Passivhaus und auf 20 m<sup>2</sup> weniger wohnen!





# Klima Gutscheine



Wie Sie klimafreundlich, regional und fair einkaufen können, zeigen Ihnen die Unternehmen, Initiativen und Geschäfte in diesem Klimaschutzbuch. Machen Sie mit und nutzen Sie die attraktiven Angebote auf den folgenden Seiten!

# ÜBERSICHT

## Gesünder essen und genießen

NOVUM – Das Gemüseabo .....	97
Die Gemüsebox .....	97
Vier Hennen .....	97
Tante Erna Unverpackt .....	99
Feuerlord.de .....	99
Fischmaster .....	99

## Bewusster leben und konsumieren

Textilräume .....	101
Kreisvolkshochschule Groß-Gerau .....	101
Fairtrade-Laden Raunheim .....	101
Kommunale Kleinkunsthöhne Café Extra .....	103
Die Blumentheke .....	103
Mein Kuschelkind .....	103
Die Windelfürstin – Stoffwindelberatung .....	105
Reformhaus Herrmann .....	105

## Nachhaltig unterwegs sein

Fahrrad Claus .....	105
Herrmanns Radhaus .....	107
Fahrrad-Mobil .....	107
Gerer Fips .....	107

## Grüner und schöner wohnen

Hack – Bad, Heizung, Elektro .....	109
Eichenrot .....	109

## Umweltfreundlich bauen und renovieren

Fachdienst Klimaschutz .....	109
------------------------------	-----

## SO FUNKTIONIERT'S!

---

- Die Gutscheinangebote gelten nur, solange der Vorrat reicht.
- Jeder im Klimaspargbuch enthaltene Gutschein darf nur einmal pro Person eingelöst werden.
- Bei online einzulösenden Gutscheinen ist auf Verlangen der Originalgutschein einzusenden.
- Eine Barauszahlung erfolgt nicht.
- Lassen Sie sich den Gutschein einfach direkt im Klimaspargbuch abstempeln oder abzeichnen. So bleiben die Kontaktinformationen erhalten.
- Wir übernehmen keine Haftung, wenn ein Gutschein von einem Gutscheinanbieter oder einer -anbieterin nicht eingelöst wird oder nicht eingelöst werden kann. Dies gilt insbesondere bei Besitzwechsel, Geschäftsauflösung, Insolvenz usw.
- Für die Inhalte der Gutscheine sowie der im Klimaspargbuch aufgeführten Websites und deren Links sind ausschließlich die jeweiligen Betreiberinnen und Betreiber verantwortlich.

Und wenn das Gutscheinangebot mal etwas weiter weg liegt, verbinden Sie das Einlösen doch mit einer kleinen Fahrradtour oder einem Ausflug mit Bus und Bahn.

Viel Vergnügen beim ökofairen Ausprobieren!

# IMPRESSUM

## Herausgeber:

Kreis Groß-Gerau sowie der oekom e. V. – Verein für ökologische Kommunikation



© 2023 oekom verlag, München

oekom – Gesellschaft für ökologische Kommunikation mbH

Waltherstraße 29, 80337 München

**Idee und Konzept:** oekom e. V.

**Projektleitung:** Dr. Marta Wachowiak (Kreis Groß-Gerau), Stephanie Karliczek (Kreis Groß-Gerau), Julia Hermann (oekom verlag)

**Projektmitarbeit:** Ines Reinwald (oekom verlag)

**Umschlag, Gestaltung, Satz:** Ulrike Huber, Kolbermoor (uhu-design.de)

**Illustration Cover:** Björn Pertoft (Wimmelbuch Ausschnitte / Wimmelbuchverlag Berlin)

**Cover-Collage:** Steffen Engesser (Kreis Groß-Gerau)

**Druck:** Aumüller Druck GmbH & Co. KG, Regensburg

Alle Rechte vorbehalten

Printed in Germany

Die Herausgeber übernehmen keine rechtliche Verantwortung für den Inhalt der aufgeführten Weblinks sowie für die Richtigkeit der CO<sub>2</sub>-Angaben. Bei der Berechnung der CO<sub>2</sub>-Werte in diesem Buch wurden CO<sub>2</sub>-Äquivalente wie Methan oder Lachgas berücksichtigt.

Bei der Gestaltung und Quellenauswahl unserer CO<sub>2</sub>-Beispiele konnten wir nicht alle aktuellen Gegebenheiten, wie steigende Strompreise sowie die Inflation, berücksichtigen. Die Zahlen stellen daher eine Momentaufnahme dar, die ggf. nicht der tagesaktuellen Situation entspricht.

## Bildnachweise:

Kreis Groß-Gerau/Dennis Möbus (3,5,8), Kreis Groß-Gerau (6,7,43,46,47,48,50,53,57,58,59,75,89), uhu-design.de (40), sabineziegler.de (73); **AdobeStock:** Pixel-Shot (11), Alexander Raths (16,17), Peter Hermes Furian (22), petrrogoskov (24,32), Fahkamram (25), DisobeyArt (34), Petair (44), New Africa (45), AntonioDiaz (52), Robert Kroschke (54), rutchapong (55), Markus Mainka (56), Jevanto Productions (60,61), hedgehog94 (64), ansi29 (65), Aamon (66), Alexa Mat (67), Angelov (69), ronstik (70), rh2010 (72), Sinnlichtarts (74), sommart (78,79), Karanov images (80), Ingo Bartussek (81,82), Halfpoint (83), Minvera Studio (86), TimSiegert-batcam (87), izkes (90), brizmaker (92,93), fderib (111); **fotolia:** talsen (20,21), Borodaev (23), Taiga (35), Marcus Roczen (51), Klaus\_Rose (62,63), Audrius\_Merfeldas (71), Robert Kneschke (91); **iStock:** Ivan Bajic (36,37); **unsplash:** mariana-medvedeva (12,13), edgar-castrejon (14), Sylvie\_Tittel (18), lem-onojeghuo (28,29), simone-van-der-koelen (30), rawpixel (38), samuel-zeller (41); **pixabay:** Coyot (26,27); **the Noun Project:** 76: Alina Oleynik, Warunk Icon, P Thanga, Jino, Danil Polshin; 77: Mello, Graphixs\_Art, Arash Design, Design Circle, Vector Portal;

Tag für Tag verursachen wir jede Menge CO<sub>2</sub>, oftmals ohne es zu merken. Dabei ist klimafreundliches Verhalten einfacher als gedacht und kann richtig Spaß machen! Das Klimaspargbuch lädt Sie dazu ein, Ihre Lebensgewohnheiten auf Klimafreundlichkeit zu prüfen.

In den Bereichen Ernährung, Konsum, Mobilität, Wohnen und Bauen warten Vorschläge und Anregungen für ein nachhaltigeres und dabei oft auch kostengünstigeres Leben auf Sie. Entdecken Sie Ihren Kreis neu mit 21 attraktiven Gutscheinen von lokalen Anbieter\*innen nachhaltiger Produkte und Dienstleistungen.

**Erfahren Sie mehr unter**  
[klimaspargbuch.de](http://klimaspargbuch.de)

 **oekom**

**Hier finden Sie  
die Onlineversion:**

