

KURZE WEGE ZU FUß

Gehen Sie zu Fuß zum Supermarkt oder zum Bäcker – das ist des Menschen natürliche Fortbewegung. Mit einem Spaziergang an der frischen Luft schonen Sie die Umwelt. Außerdem tun Sie etwas für Ihre Gesundheit: Ein Mensch muss rund 2 000 Kilokalorien pro Woche in Bewegung umsetzen, damit das Herz-Kreislaufsystem gesund bleibt. Das entspricht in etwa einer halben Stunde Gehen jeden Tag.

ÖFFENTLICHEN NAHVERKEHR NUTZEN

Für längere Wege im Stadtgebiet nutzen Sie am besten S-Bahn, U-Bahn, Linienbus und Tram: Gerechnet auf Gramm pro Personenkilometer verursachen öffentliche Verkehrsmittel etwa halb so viel CO₂ wie ein Pkw. Oft ist der öffentliche Nahverkehr zudem die günstigere Wahl, wenn alle Kosten für ein Auto wie Versicherung und Wartung eingerechnet sind. Plus: Sie können die Fahrtzeit fürs Arbeiten oder Entspannen nutzen.

ALTERNATIVEN ZUM ÖPNV

Wer keine direkte Anbindung mit öffentlichen Verkehrsmitteln hat, für den bieten Park & Ride-Systeme, Fahrgemeinschaften in der Nachbarschaft, Carsharing und Mitfahrplattformen eine Alternative zur Fahrt mit dem eigenen Auto bis ins Stadtzentrum. Wenn Sie ein Taxi brauchen, bevorzugen Sie Öko- und Sammeltaxis. Ökotaxis stoßen weniger Schadstoffe aus, weil sie mit Erdgas, Autogas oder Hybrid-Technik fahren.



Der Nachhaltige Warenkorb

Unter www.nachhaltiger-warenkorb.de finden Sie alles Wichtige zu nachhaltigem Konsum und unabhängige Informationen über Siegel und Produktkennzeichnungen. Themen sind unter anderem Lebensmittel, Reisen und Mobilität, Wohnen und Bauen, Haushalt und Elektronik, Mode und Kosmetik.

IMPRESSUM

Herausgeber:

RENN.süd, Regionale Netzstellen Nachhaltigkeitsstrategien:

LUBW Landesanstalt für Umwelt Baden-Württemberg,
Griesbachstr. 1, 76185 Karlsruhe

LBE Bayern e. V., Sandstr. 1, 90443 Nürnberg

Konzeption, Text und Redaktion:

Rat für Nachhaltige Entwicklung, imug Institut für
Markt-Umwelt-Gesellschaft e. V.,
MediaCompany – Agentur für Kommunikation GmbH

Gestaltung:

MediaCompany – Agentur für Kommunikation GmbH

Stand: September 2019

Bilder: Rat für Nachhaltige Entwicklung/Christof Rieken,
© Signets bei den jeweiligen Organisationen

Quellen: Angaben zu den Quellen finden sich unter
www.nachhaltiger-warenkorb.de.

kontakt@nachhaltiger-warenkorb.de

 @nachhaltigjetzt

 facebook.com/nachhaltigerwarenkorb

Mobil sein

Der Nachhaltige Warenkorb:
Ratgeber für umweltbewussten
und sozialen Konsum





Nachhaltig unterwegs sein

Beim nachhaltigen Konsum geht es nicht nur darum, was wir kaufen, sondern auch wie wir zum Einkauf kommen. Denn der Verkehr ist der drittgrößte Verursacher von Treibhausgasen in Deutschland. Ein Großteil der Emissionen stammt aus dem Straßenverkehr. Dort belasten uns neben Kohlendioxid, Feinstaub und Stickoxiden auch bodennahes Ozon, Lärm und der Flächenverbrauch für Straßenbau und Parkplätze.

Selbst in Großstädten sind 40 bis 50 Prozent der Autofahrten kürzer als fünf Kilometer. Dabei ist das Fahrrad auf diese kurze Distanz im Stadtverkehr das schnellste Verkehrsmittel. Seien Sie nachhaltig mobil.



FAHRRAD FAHREN

Fahrradfahren ist umweltfreundlich und auf Kurzstrecken in Städten schneller als Auto, Tram, Bus und Bahn. Bis fünf Kilometer ist der Drahtesel in der Zeit unschlagbar. Beachten Sie beim Kauf eines Fahrrads die Qualität und Reparaturfähigkeit. Ein finanzieller Mehraufwand gleicht sich in der Regel durch höhere Haltbarkeit und Verkehrssicherheit aus. Und bei kleinerem Geldbeutel: In vielen Städten gibt es die Möglichkeit, ein Rad zu leihen oder Bikesharing zu nutzen. Auch können Sie Secondhandangebote von Fahrradläden nutzen, die überholte Fahrräder mit Garantie verkaufen. Oder Sie stöbern auf einer Fahrradbörse. Diese werden zum Beispiel vom ADFC oder von anderen Fahrradclubs angeboten. Für Transporte größerer Gegenstände können Sie in vielen Städten Lastenräder ausleihen.

WANN CARSHARING GÜNSTIG IST

Ein Carsharing-Auto ersetzt durchschnittlich 15 Pkw. Das spart Emissionen und viele Meter zugesperrte Straßenränder. Carsharing gilt aber als teuer – häufig zu Unrecht. Wenn Sie bis zu 10 000 Kilometer pro Jahr fahren und nicht jeden Tag ein Auto benötigen, ist Carsharing günstiger als ein eigener Pkw.

CARSHARING LIEBER STATIONÄR

Während stationäres Carsharing, bei dem man das Auto an einer Station abholt, als positiv für die Umwelt bewertet wird, mehrt sich die Kritik am sogenannten Free-Floating-Modell. Bei dieser Art des Carsharings können Autos fast überall im Stadtgebiet gemietet und wieder abgestellt werden. Solche Angebote haben nur einen geringen Einfluss auf die CO₂-Bilanz. Unterm Strich nimmt das Verkehrsaufkommen mit ihnen sogar eher zu. Nutzen Sie Carsharing nur, wenn Sie den Weg nicht mit umweltfreundlicheren Verkehrsmitteln zurücklegen können. Alternativen auf dem Land sind Mitfahrbänke oder der Bürgerbus.

KLIMABEWUSST AUTO FAHREN

Reduzieren Sie den Kraftstoffverbrauch und damit die Umweltbelastung. Schnelles Schalten und niedertouriges, gleichmäßiges Fahren im Stadtverkehr ist umweltfreundlich und spart Sprit. Wer gleichmäßig bei niedrigen Drehzahlen fährt, kann den Spritverbrauch um 20 bis 25 Prozent senken. Checken Sie den Reifendruck. Ist er zu gering, erhöht sich der Rollwiderstand und damit der Kraftstoffverbrauch. Nutzen Sie die Auto-Klimaanlage und auch die Heizung nur, wenn Sie sie wirklich brauchen. Eine Klimaanlage kann den Spritverbrauch im Stadtverkehr um bis zu 30 Prozent nach oben treiben. Schalten Sie den Motor an Bahnschranken, beim Entladen und an roten Ampeln ab. Schon nach 30 Sekunden Leerlauf hat Ihr Motor mehr Schadstoffe produziert als durch einen Neustart.

KLIMABEWUSSTER AUTOKAUF

Wer ohne eigenes Auto auskommt, tut der Umwelt Gutes und spart Geld. Wenn es ohne Pkw aber nicht geht, können Sie ein Modell kaufen, das so umweltfreundlich wie möglich ist. Wählen Sie ein Auto mit geringem Verbrauch. Je mehr Kraftstoff ein Pkw benötigt, desto mehr CO₂ stößt er aus. Wie viel Kraftstoff ein Auto wirklich benötigt, kommt auf den Fahrstil an.

AUF SIEGEL ACHTEN

Der **Gold Standard** zeigt, ob Kompensationsprojekte, z. B. für Autofahrten, zur Reduktion von Treibhausgasen führen.



Blauer Engel kennzeichnet schadstoffarme Carsharing-Angebote.

