

# HANDLUNGS LEITFADEN

Nachhaltigkeit



## 01 EINLEITUNG

## 02 EMISSIONSREDUKTION IN DER GESCHÄFTSSTELLE

<b>EINLEITUNG</b>	<b>2</b>
Unser gemeinsames Ziel	3
Aufbau und Nutzung des Leitfadens	3
<b>ENERGIE UND RESSOURCEN</b>	<b>5</b>
Stromverbrauch	5
Wärmeverbrauch	9
Wasserverbrauch	11
Bauliche Maßnahmen	15
<b>ERNÄHRUNG</b>	<b>22</b>
Ernährung im Büro und bei Veranstaltungen	22
Faire und regionale Getränke	29
Lebensmittelverschwendung vermeiden	34
Faire Lieferdienste	35
<b>MOBILITÄT</b>	<b>36</b>
Mobiles Arbeiten fördern	36
Fahrten ins Büro sowie Dienstreisen und Fahrradmobilität	37
Fahrgemeinschaften fördern und Carsharing nutzen	39
<b>BESCHAFFUNG</b>	<b>40</b>
Nachhaltige Technik und Anschaffungen	40
Nachhaltiges und faires Merchandise	42
Druckmaterialien	43
Faire Büromaterialien und Möblierung	45
Papier, Klopapier und Trockentücher	46
Spül-, Putz- und Waschmittel	48
<b>SONSTIGES</b>	<b>50</b>
Nachhaltiges Bankkonto	50
Kompensationszahlungen	51
Müllvermeidung und Recycling	52

## 03 EMISSIONSREDUKTION BEI VERANSTALTUNGEN UND FERIENFREIZEITEN

<b>ENERGIE UND RESSOURCENVERBRAUCH</b>	<b>54</b>
Klimafreundliche Veranstaltungs- und Unterbringungsorte auswählen	54
Vermeidung von Müll und Plastik	57
Ausstattung und (Werbe-)Materialien	58
<b>ERNÄHRUNG</b>	<b>61</b>
<b>MOBILITÄT</b>	<b>63</b>
<b>SONSTIGES</b>	<b>64</b>
Nachhaltigkeit auf Ferienfreizeiten	64

## 04 SOZIALE ASPEKTE DER NACHHALTIGKEIT

<b>SOZIALE ASPEKTE DER NACHHALTIGKEIT</b>	<b>67</b>
Soziale Nachhaltigkeit innerhalb des Teams	67
Soziale Nachhaltigkeit außerhalb des Teams	69

## 05 TIPPS ZUR UMSETZUNG DES HANDLUNGSLEITADENS

<b>METHODENKISTE ZUR STRUKTURELLEN VERANKERUNG DES HANDLUNGSLEITFADENS IM TEAM</b>	<b>71</b>
<b>KLIMAKOMMUNIKATION IM TEAM ODER AUF VERANSTALTUNGEN</b>	<b>72</b>
<b>NÜTZLICHE BILANZIERUNGSTOOLS</b>	<b>73</b>



# IMPRESSUM



Landesjugendring NRW e.V.  
Sternstraße 9 - 11  
40479 Düsseldorf

**Telefon** 0211 49 76 66-0

**Fax** 0211 49 76 66-29

**E-Mail** [info@ljr-nrw.de](mailto:info@ljr-nrw.de)

**Website** [ljr-nrw.de](http://ljr-nrw.de)

**Facebook** [ljr.nrw](https://www.facebook.com/ljr.nrw)

**Instagram** [landesjugendring\\_nrw](https://www.instagram.com/landesjugendring_nrw)

## VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT GEMÄSS § 18 ABS. 2 MSTV

Janine Winkler

## VERTRETUNGSBERECHTIGTER VORSTAND

Maja Tölke (Vorsitz)

Max Holzer (Vorsitz)

Marei Schmoliner (Stellvertretender Vorsitz)

Johannes Klamet (Stellvertretender Vorsitz)

Björn Krause-Franz (Stellvertretender Vorsitz)

**Registergericht** Amtsgericht Düsseldorf

**Registernummer** VR 10996

## REDAKTION

Christina Thomas

Heike Kronenberg

Johannes Klamet

## GESTALTUNG

Henrik Barth – [henrikbarth.com](http://henrikbarth.com)

## GEFÖRDERT VOM

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,  
Gleichstellung, Flucht und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen







**EINLEITUNG**

## „Der Landesjugendring NRW sieht sich in der Verantwortung, seinen Fußabdruck zu verkleinern und seinen Handabdruck zu vergrößern“

– so beschreibt die klimapolitische Positionierung, wie 2019 von der Vollversammlung verabschiedet, die langfristige Zielsetzung des Landesjugendrings NRW im Bereich Nachhaltigkeit.



PDF: Klimapolitische  
Positionierung des  
Landesjugendrings NRW



Dieser Handlungsleitfaden soll beiden Zielen zugutekommen: sowohl der Verkleinerung des eigenen Fußabdrucks als auch der Vergrößerung des Handabdrucks des Landesjugendrings NRW und der Jugendverbandsarbeit in NRW. Die folgenden Seiten beschreiben deswegen einerseits konkrete Handlungsempfehlungen zur Emissionsreduktion auf praxisnaher, kleinschrittiger Ebene. Andererseits ermöglicht der Leitfaden, auch auf struktureller Ebene anzusetzen und nachhaltige Veränderungen für eine Vielzahl von Jugendverbänden und auch andere Akteur\_innen möglich zu machen – dies ist die Ebene des Handabdrucks. Mithilfe dieses gesammelten Maßnahmenkatalogs möchten wir dazu beitragen, nachhaltiges Verhalten und nachhaltige Strukturen in der Jugendverbandsarbeit in NRW zum Standard zu machen.

Erarbeitet wurde der Leitfaden unter Mitwirkung von Mitgliedern der AG Nachhaltigkeit des Landesjugendrings NRW in gemeinsamer Zusammenarbeit und Beratung mit dem Wuppertal Institut für Klima, Umwelt und Energie. Die AG Nachhaltigkeit setzt sich zusammen aus Vertreter\_innen der Mitgliedsverbände des Landesjugendrings NRW, die am Thema Nachhaltigkeit besonders interessiert sind und sich mit Engagement in dieses Themenfeld einbringen wollen.

### Kann die Jugendverbandsarbeit wirklich etwas verändern?

Was das Maß an Umweltverschmutzung und Emission von Treibhausgasen betrifft, die Jugendverbände in ihrer Arbeit verursachen, stehen sie natürlich sehr weit von den wirklich großen Emittenten wie etwa aus der Industrie und Wirtschaft entfernt. Schnell kann die Frage aufkommen, inwiefern das eigene Umsetzen von Nachhaltigkeitsmaßnahmen überhaupt sinnvoll ist oder einen nennenswerten Beitrag leistet.

Aber: Den Beitrag der Jugendverbandslandschaft in NRW als unbedeutend einzuordnen, würde bedeuten, dessen Reichweite und Größe zu unterschätzen. Zur Verdeutlichung: Der Wirksamkeitsdialog des Landesjugendrings NRW hat für das Jahr 2023 erhoben, dass 254.000 Kinder und Jugendliche an Angeboten teilgenommen haben, die von Mitgliedsverbänden des Landesjugendrings NRW durchgeführt und aus Mitteln der Fachbezogenen Pauschale (Pos. 1.3. des KJFP NRW) finanziert worden sind. All diese jungen Menschen und Multiplikator\_innen, sowie die unzähligen Teilnehmenden weiterer Maßnahmen der Jugendverbandsarbeit, können mit Nachhaltigkeitsmaßnahmen erreicht werden und im Idealfall wird Nachhaltigkeit für sie zum Standard gemacht. Da Jugendverbände wichtige Akteur\_innen in Prozessen politischer Willensbildung und auch Interessensvertretungen junger Menschen sind, können sie zudem durch ihr eigenes nachhaltiges Verhalten gesellschaftliche Überzeugungen beeinflussen und den Druck auf die Politik, nachhaltige Entscheidungen zu treffen, erhöhen.

## UNSER GEMEINSAMES ZIEL

Wir wollen mit diesem Handlungsleitfaden die Möglichkeit eröffnen, nachhaltiges Verhalten und nachhaltige Strukturen in der Jugendverbandslandschaft NRW zum Standard zu machen. Idealerweise können wir durch die Handlungsempfehlungen auch klar machen, dass sich Nachhaltigkeit mit vielen anderen positiven Effekten vereinen lässt: neben dem Klimaschutz mit einer Förderung der körperlichen und mentalen Gesundheit, der Förderung von Arten- und Umweltschutz und idealerweise

sogar dem Einsparen von Geld! Wir möchten Jugendverbänden und anderen Organisationen eine praktische Hilfestellung und einen Maßnahmenkatalog zur Verfügung stellen, der ihnen dabei hilft, sich nachhaltiger aufzustellen.

Langfristig geplant ist, dass wir unseren Leitfaden konstant aktualisieren und überarbeiten, um ihn als Arbeitshilfe für Jugendverbände in NRW stets als praxisnahes Werkzeug bereitstellen zu können.

## AUFBAU UND NUTZUNG DES LEITFADENS

Der Handlungsleitfaden ist in mehrere Oberkapitel unterteilt, um eine Zuordnung der Maßnahmen übersichtlicher und praxisbezogener zu machen. Die beiden Hauptkapitel dieser Arbeitshilfe sind erstens Maßnahmen, die auf Ebene einer Geschäftsstelle oder eines Büros getroffen werden können und zweitens Maßnahmen, die auf Ebene von Veranstaltungen und Ferienfreizeiten getroffen werden können. Natürlich überschneiden sich einige Aspekte. Hinsichtlich der unterschiedlichen Rahmenbedingungen und auch notwendigen Handlungsschritte in den beiden Kategorien haben wir diese Aufteilung aber trotzdem als sinnvoll erachtet.

Über diese beiden Kapitel hinaus gibt es weitere Tipps und Handlungsempfehlungen hinsichtlich sozialer Aspekte von Nachhaltigkeit, klimapsychologische Tipps zur Umsetzung der Maßnahmen im Team und nützliche Tools zur Bilanzierung.



# EMISSIONSREDUKTION IN DER GESCHÄFTSSTELLE

ENERGIE UND RESSOURCEN	5
ERNÄHRUNG	22
MOBILITÄT	36
BESCHAFFUNG	40
SONSTIGES	50

# EMISSIONSREDUKTION IN DER GESCHÄFTSSTELLE

## ENERGIE UND RESSOURCEN

### STROMVERBRAUCH



#### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- Ökostrom aus möglichst 100 % erneuerbaren Energien zu beziehen.
- durch entsprechende Einsparmethoden wie den Einsatz von LED-Leuchtmitteln und das Ausschalten von Stand-by-Geräten nur so viel Strom zu verbrauchen, wie tatsächlich benötigt wird (keine Verschwendung).

### ÖKOSTROM BEZIEHEN

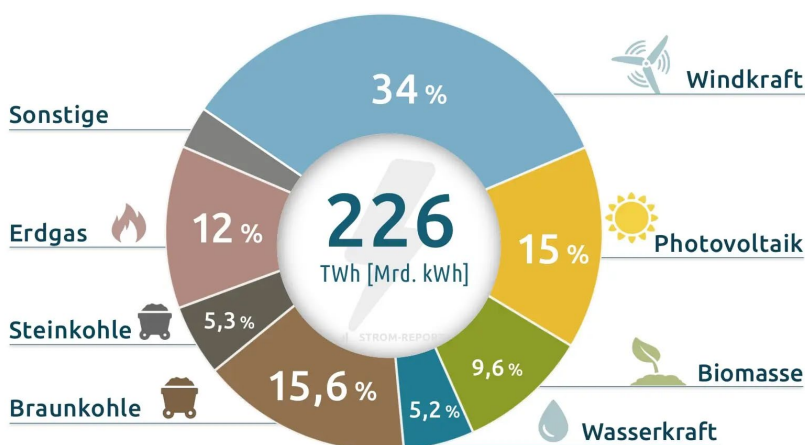
Die meisten Treibhausgasemissionen entstehen in Deutschland durch die konventionelle Erzeugung von Strom aus fossilen Quellen wie Kohle, Erdöl und Erdgas. Diese Energiequellen sind nicht nur schädlich für die Umwelt und das Klima, sondern sind auch nur begrenzt verfügbar und werden irgendwann aufgebraucht sein. Trotzdem machen sie noch einen Großteil des aktuellen Strommix in Deutschland aus:

Um Treibhausgasemissionen zu reduzieren und endliche Ressourcen zu schonen, sollte Strom als Ökostrom auf Basis naturverträglicher erneuerbarer Energien bezogen werden. Anbieter von Ökostrom deklarieren diesen anhand eines sogenannten "Herkunftsnachweises". Dieser Nachweis garantiert jedoch nicht, dass die Anbieter auch wirklich reinen Ökostrom fördern. Denn der Nachweis kann wortwörtlich gekauft sein. Nämlich dann, wenn Anbieter Ökostrom z.B. im Ausland einkaufen. Zu einem höheren Anteil an Ökostrom im deutschen Strommix trägt dieser Handel jedoch nicht bei. Deshalb sollte darauf geachtet werden, Anbieter zu wählen, die Ökostrom nicht nur weiterverkaufen, sondern auch aktiv den Ausbau erneuerbarer Energien fördern.



#### STROMMIX IN DEUTSCHLAND 1.HJ 2024

Anteil der Energieträger an der Stromerzeugung [netto]



Es wird die Nettoproduktion aller Kraftwerke dargestellt.

STROM-REPORT

Daten: Fraunhofer ISE 2024

[strom-report.com/strommix](https://strom-report.com/strommix)



Quelle: strom-report.com

Die Stromprodukte sollten mit dem „GrünerStromLabel“ oder dem „ok-power Label“ ausgezeichnet sein. Die Empfehlungen des Bündnisses „Atomausstieg selber machen“, welches aus verschiedenen Umweltverbänden besteht, finden sich hier:



Atomausstieg selber machen



Einen weiteren Vergleich verschiedener Ökostrom-Anbieter gibt es hier:



Ökostrom-Vergleich



Nicht alle Ökostrom-Anbieter tragen also in gleicher Form zur Energiewende bei. Der sauberste Strom bleibt zudem immer der, der vom eigenen Dach produziert wird.

## BELEUCHTUNG UND BEWEGUNGSMELDER

Für die Beleuchtung sollten, wenn möglich, energiesparende Leuchtmittel wie Kompaktleuchtstofflampen oder LED-Leuchtmittel verwendet werden. Diese sind zwar in der Anschaffung etwas teurer als herkömmliche Halogen-Leuchtmittel, sparen aber einerseits durch ihre Energieeffizienz auf Dauer Stromkosten ein und überzeugen andererseits durch eine erheblich längere Lebensdauer. So ist der Anschaffungspreis schnell wieder ausgeglichen und man spart auf lange Sicht sogar mehr Geld, als wenn man auf Halogenlampen setzt.

Beim Kauf neuer Beleuchtung sollte grundsätzlich auf die beste Energieeffizienzklasse, eine lange Betriebsdauer, eine angenehme

Lichtfarbe, eine hohe Lichtausbeute sowie eine hohe Schaltfestigkeit geachtet werden. Die aktuell besten Leuchtmittel stellt das Ökoinstitut kompakt dar unter:



Umstellung auf effiziente  
Beleuchtung spart Strom und Geld



Zusätzlich kann gespart werden, wenn das Licht nur dann angemacht wird, wenn es tatsächlich gebraucht wird. Bewegungsmelder können dabei helfen. So schaltet sich das Licht auch von allein aus, wenn niemand im Raum ist.

## EMISSIONEN DURCH INTERNETNUTZUNG: TIPPS ZUM UMGANG

Digitalisierung hat in den Köpfen der meisten Menschen ein grünes Image. Und in den meisten Fällen kann Digitalisierung auch helfen, den Alltag emissionsarmer zu gestalten. Ein digitales Meeting spart zum Beispiel im Vergleich zu einer reinen Präsenzveranstaltung schnell das 20-fache oder mehr an Emissionen ein.



Beispielrechnung für CO<sub>2</sub>  
Einsparung durch Online Meeting



Damit aber Daten gespeichert, Online-Konferenzen abgehalten und E-Mails verschickt werden können, braucht es einiges an Energieaufwand. Rechenzentren müssen betrieben und gekühlt, Daten von Elektronik verarbeitet, Unterseekabel und Funktürme gebaut werden.

Geschätzt wird, dass die globale Internetnutzung für 2 – 4 % der weltweiten Emissionen verantwortlich ist. Dies entspricht in etwa dem gesamten globalen Flugverkehr oder dem Gesamtanteil der Emissionen Deutschlands.

Da die Internet- und Datennutzung immer weiter steigt, wird geschätzt, dass die globale Internetnutzung 2030 mindestens 8 % der Gesamtemissionen ausmachen wird.



Internet als Klimakiller: Ansätze für nachhaltige Digitalisierung



Dies verdeutlicht, warum es sinnvoll ist, auch im Bereich Internetnutzung und Datenverbrauch klimafreundliche Praktiken im Arbeitsalltag umzusetzen.

Videokonferenzen ohne Bild sparen rund 96 % der CO<sub>2</sub>-Emissionen, die bei Videokonferenzen anfallen.



So surfen Sie klimafreundlicher



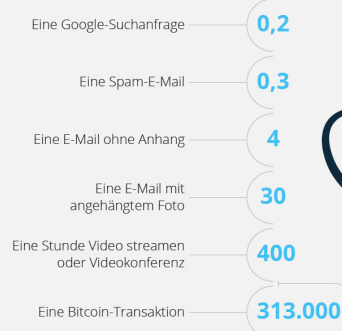
Auch kleinere Bildschirme wie auf Handys oder Tablets verbrauchen weniger Energie.

Wenn Videos in der Konferenz oder auch bei Veranstaltungen gestreamt werden, so lohnt es sich, die Videoqualität etwas herunterzuschrauben. Ultra-HD verbraucht etwa zehnmal mehr Strom als die Standardvideoqualität.

## Unser CO<sub>2</sub>-Fußabdruck im Netz

**Ob Web-Suche oder Videostream:** Jede unserer Aktionen im Internet löst eine Kaskade an Datenverarbeitung aus, die manchmal mehr CO<sub>2</sub> verursacht, als mit dem Auto zum Brötchenholen zu fahren.

**So hohe CO<sub>2</sub>-Emissionen (in g) verursachen Internetprozesse im Durchschnitt**



\*150 g CO<sub>2</sub>/km (Durchschnittswert für einen PKW)

Quelle: de.statista.com

Zudem hat auch die Art der Datenverbindung eine Auswirkung auf die ausgestoßenen Emissionen. Mobiles Surfen ist dabei am klimaschädlichsten, weshalb auf WLAN zugegriffen werden sollte. Am energiesparendsten ist die Nutzung von Glasfasernetz. Neben Online-Konferenzen werden im Arbeitsalltag eine Vielzahl an digitalen Services und Anbietern genutzt wie etwa Clouddienste, Suchmaschinen oder E-Mail-Dienste.

# 2030

Globale Internetnutzung

8%  
Gesamt-emissionen

© henrikbarth design

Quelle: deutschlandfunk.de



Gerade Cloud-Anbieter haben durch die Notwendigkeit, viele Server betreiben zu müssen, einen hohen Fußabdruck.

Ein Vergleich zu Klimafreundlichkeit verschiedener Cloud-Anbieter findet sich hier:



Die 5 bekanntesten grünen Cloud-Computing-Plattformen und ihr CO<sub>2</sub>-Fußabdruck



Verschiedene klimafreundliche Anbieter für Webhosting werden hier vorgeschlagen:



Grünes Webhosting



Empfohlen wird auch, Daten in Clouds sowie zum Beispiel alte E-Mails zu löschen. All das verbraucht Serverplatz und Rechenleistung:



Ansätze für nachhaltige Digitalisierung



## WEITERE ENERGIESPARTIPPS FÜRS BÜRO

Neben den oben genannten Maßnahmen gibt es noch einige weitere energiesparende Praktiken für den Büroalltag.

So kann auch bei der Nutzung der Küche Energie gespart werden, indem die Geschirrspülmaschine stets voll beladen und ein Sparprogramm gewählt wird. Dies braucht mehr Zeit, reduziert den Stromverbrauch aber um bis zu 30 %.

Für größere Mengen Filterkaffee kann eine Thermoskanne statt der Warmhalteplatte der Kaffeemaschine genutzt werden. Kaffeevollautomaten verbrauchen viel Strom für das Halten der Betriebstemperatur und für die Stand-by-Funktion. Wir empfehlen, bei programmierbaren Maschinen eine möglichst kurze Betriebszeit einzustellen. Geräte ohne selbsttätige Ausschaltfunktion sollten sofort nach dem Brühen abgeschaltet werden. Weiterhin ist es ratsam für den Energieverbrauch, Kaffeeautomaten regelmäßig zu reinigen und zu entkalken. Kaffeeautomaten haben zwar kein Energielabel, aber Maschinen mit dem Umweltzeichen Blauer Engel sind besonders sparsam.

Der eigene PC sollte in Arbeitspausen in den Energiesparmodus versetzt werden, dann verringert sich der Verbrauch bereits deutlich. In den Energieoptionen lassen sich genaue Energiespar-Einstellungen vornehmen. Nachts und bei längeren Arbeitspausen sollte der PC ausgeschaltet werden.

Einige elektrische Geräte, die in der Steckdose stecken, verbrauchen auch im ausgeschalteten Zustand Strom. Es ist deshalb empfehlenswert, abschaltbare Mehrfachsteckdosen zu verwenden und sie auszuschalten, wenn die angeschlossenen Geräte nicht mehr verwendet werden.



Stromkosten: Viel sparen mit wenigen Handgriffen





## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- Räumlichkeiten möglichst effizient auf eine angemessene Raumtemperatur zu heizen.
- durch entsprechende Einsparmethoden wie richtiges Lüften und Einstellen von Thermostaten keine Wärmeenergie zu verschwenden.
- in regelmäßigen Abständen zu überprüfen, ob ein hydraulischer Abgleich nötig ist und durchgeführt werden sollte.
- Raumbedarf zu überprüfen und ggf. zu reduzieren, z.B. durch gemeinschaftliche Nutzung von Besprechungsräumen.

## THERMOSTAT RICHTIG EINSTELLEN

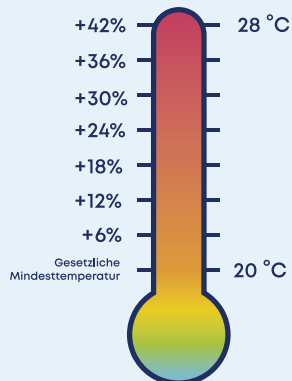
Grundsätzlich sollte die Temperatur in allen Räumen (auch wenn diese nur selten genutzt werden) nie unter 16 °C (Stufe 1 bei einem regulären Heizkörperthermostat) fallen. Kühlt das Bürogebäude z.B. über Nacht komplett aus, kostet es tagsüber viel Zeit und Energie, die Räume wieder aufzuheizen. Heizungen ohne Thermostate ggf. bei Feierabendantritt auf eine niedrige Stufe drehen und tagsüber auf konstanter Temperatur belassen. Es ist ein Irrglaube, dass ein auf die höchste Stufe eingestellter Heizkörper am schnellsten den Raum erwärmt.

Die gesetzliche Mindesttemperatur für Büros, in denen hauptsächlich sitzende Tätigkeiten ausgeführt werden, liegt bei 20 °C. Jeder weitere Grad geht mit einem höheren Energieverbrauch von 6 % einher.

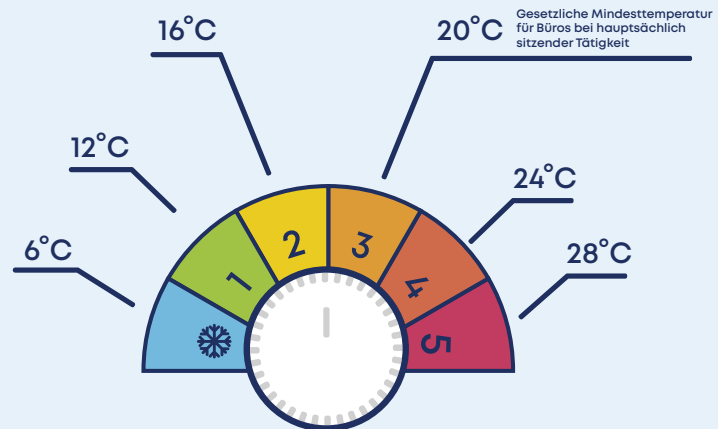
Ideal ist eine zentrale Steuerung der Heizung, sodass die Betriebszeit der Heizkörper nicht manuell in jedem einzelnen Raum gesteuert werden muss.

### Jeder weitere Grad ist 6 % mehr Energieverbrauch

Energieverbrauch



### Thermostat Temperaturen



© henrikbarth design

Quelle: [br.de/radio/bayern1](http://br.de/radio/bayern1)

## EFFIZIENT LÜFTEN

Gelüftet werden sollte nur kurz durch ein oder mehrere weit geöffnete Fenster (Stoßlüften) oder quer durch die Büroräume (Querlüften). Während des Lüftens sollte die Heizung kurzzeitig ausgestellt werden. Im Winter, bei niedrigen Außentemperaturen oder Wind reichen drei bis

fünf Minuten Lüften. Im Frühjahr oder Herbst kann der komplette Luftaustausch zehn bis 20 Minuten dauern. Aus hygienischen Gründen sollte mindestens drei bis vier Mal pro Tag die Luft komplett ausgetauscht werden.

## HEIZUNGSLUFT EFFIZIENT NUTZEN

Möbel sollten nicht direkt vor den Heizkörper oder kalte Außenwände gestellt werden, damit die Heizungsluft sich ungehindert ausbreiten und kalte Wandoberflächen erwärmen kann. Möbel sollten auch deshalb nicht an kalte Außenwände gestellt werden, um Schimmelbildung in den Räumlichkeiten zu vermeiden.

Zur effizienten Nutzung der Heizungsluft gehört auch, dass die Heizkörper nicht vollgehängt werden sollten. Wichtig ist außerdem, dass Türen zwischen beheizten Räumen und nicht beheizten Räumen geschlossen bleiben.

Sind Rollläden vorhanden, sollten diese nachts heruntergelassen werden. Dies spart bis zu 5 % Energie ein.

Auch das Entlüften der Heizung trägt zu einer effizienteren Nutzung dieser bei. Wenn es in dem Heizkörper gluckert, ist das ein Anzeichen dafür, dass Luft in der Leitung ist. Dies führt dazu, dass sich das Heizungswasser nicht richtig ausdehnen kann, sodass sich auch die Heizkörper nicht richtig erwärmen. Vor dem ersten Anschalten der Heizung in einer Heizperiode empfiehlt sich ein routinemäßiges Entlüften.

Schließlich sollte in regelmäßigen Abständen ein hydraulischer Abgleich in Erwägung gezogen werden. Hier wird die Durchflussmenge des Heizwassers in jedem Raum individuell angepasst, damit sich die Wärme gleichmäßig und effizient im Haus verteilt.

Im Kapitel „Bauliche Maßnahmen“ gibt es noch weitere Infos zu Arten von Heizungen und deren Klimaeffizienz!



Heizkosten: Richtig heizen



Heizen und Lüften: So geht's richtig.





## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- auf abgepacktes Wasser zu verzichten und stattdessen Leitungswasser zu verwenden.
- Wassersprudler zu benutzen, falls Wasser mit Kohlensäure gewünscht wird.
- falls kein Leitungswasser genutzt werden kann, nach Möglichkeit regionales Wasser aus Glasflaschen zu beziehen oder die Möglichkeit der Installation einer Wasseraufbereitungsanlage zu prüfen.
- bei Gelegenheit einen Wasserspender im Büro oder auf Veranstaltungen einzurichten, um Wasserverschwendung zu vermeiden.

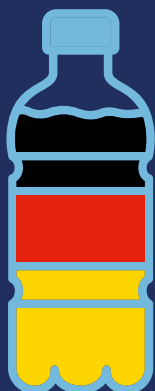
## TRINKWASSER

Transport und Verpackung von Flaschenwasser sorgen für viele Emissionen: Pro Liter Flaschenwasser sind das ca. 202 g CO<sub>2</sub>!

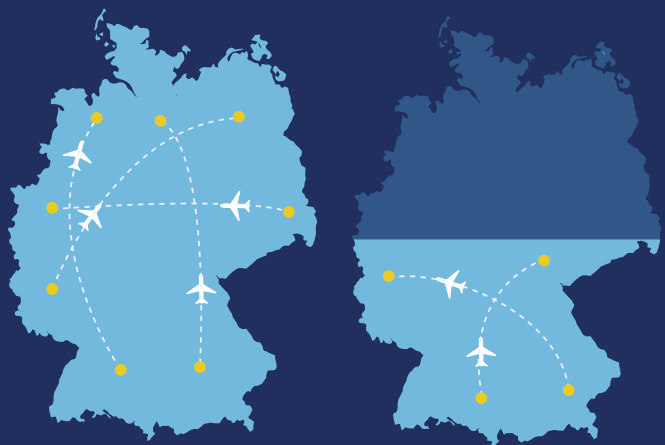
Das bedeutet: Wenn jede deutsche Person komplett auf Wasser aus der Flasche verzichten würde, würden wir drei Millionen Tonnen CO<sub>2</sub> im Jahr sparen. Das ist 1,5-mal so viel wie der innerdeutsche Flugverkehr!

## Drei Million Tonnen CO<sub>2</sub> pro Jahr

Stand 2020



=



Nutzung von Wasser aus der Flasche von jeder deutschen Person pro Jahr

1,5 Mal innerdeutscher Flugverkehr pro Jahr

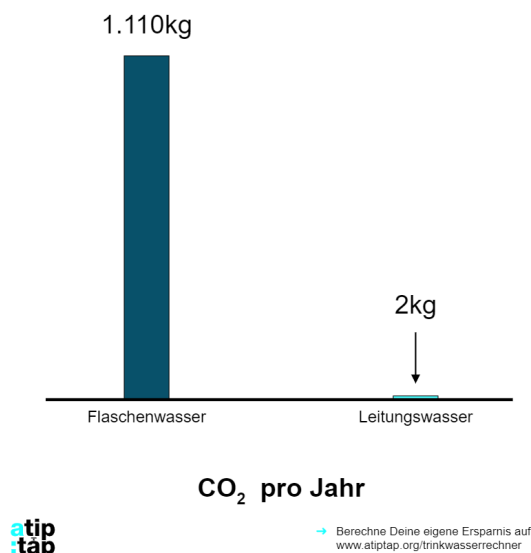
© henrikbarth design

Quelle: atiptap.org

Und auch was Plastikmüll betrifft, kann durch Leitungswasser viel erreicht werden. Die meisten Wasserflaschen bestehen aus einer Plastikverpackung. Auch hier werden bei einer Beispielrechnung für ganz Deutschland die enormen Dimensionen deutlich:

9 Milliarden Einwegflaschen aus Plastik könnten wir sparen, wenn alle Menschen in Deutschland lediglich Leitungswasser statt Flaschenwasser

trinken würden! Und: Leitungswasser spart auch noch Geld und erspart eine unnötige Schlepperei. Wie viel Geld und CO<sub>2</sub> sich durch den Verzicht auf abgepacktes Wasser sparen ließe, lässt sich mit einem Rechner der Initiative a tip:tap herausfinden: Bei 10 Menschen im Büro, die täglich 1,5 Liter Wasser trinken, liegen die jährlichen Ersparnisse bei circa 3.800 Euro sowie 1.100 kg CO<sub>2</sub>.



Du sparst pro Jahr:

**3.805,12 €**



→ Berechne Deine eigene Ersparnis auf [www.atiptap.org/trinkwasserrechner](http://www.atiptap.org/trinkwasserrechner)

Quelle: atiptap.org

## Aber ist das denn gesundheitlich unbedenklich?

Dank der deutschen Trinkwasserverordnung gibt es in Deutschland eine hervorragende Qualität des Leitungswassers. Strenge regelmäßige Kontrollen sorgen für eine hohe Verlässlichkeit und machen deutsches Leitungswasser zu einem der besten der Welt.



Die deutsche  
Trinkwasserverordnung 2023



Für die Kontrolle ist das Bundesgesundheitsministerium zusammen mit dem Umweltbundesamt verantwortlich.



Umweltbundesamt:  
Trinkwasserqualität



Tatsächlich macht dies Leitungswasser sogar zu einem schärfer kontrollierten Lebensmittel als Mineralwasser – für unser Leitungswasser gelten 56 Grenzwerte, Mineralwasser wird auf 16 Grenzwerte getestet!

## Bekommt mein Körper denn genug Mineralstoffe über Leitungswasser?

Ja! Unser Leitungswasser enthält wichtige Nährstoffe wie Magnesium, Kalzium, Kalium und Natrium. In vielen Gebieten Deutschlands enthält Leitungswasser sogar mehr Mineralien als Flaschenwasser. Die detaillierten Informationen zu Nährstoffwerten könnt ihr bei eurem lokalen Wasserversorger recherchieren.

Weitere Infos zu Leitungswasser, Nährstoffen und Gesundheit:



Leitungswasser: Fragen und Fakten zu dem idealen Getränk



## Und wenn ich lieber Sprudelwasser trinke?

In dem Fall eignet sich die Nutzung eines Wassersprudlers. Durch die Nutzung eines Sprudlers wird Verpackungsmüll verhindert. Wenn die Gaskartusche des Sprudlers möglichst langfristig genutzt und wieder aufgefüllt wird, ergibt sich dadurch eine nachhaltige Alternative zu abgepacktem Sprudelwasser.

Ein Wasserspender kann für ein Büro auch eine gute Möglichkeit sein, Wasserverschwendung entgegenzuwirken. So können sich Mitarbeiter\_innen immer genau so viel Wasser nehmen, wie sie brauchen und schütten nicht einen Großteil am Ende des Tages wieder weg.

Wenn es gekauftes Wasser sein soll, dann am besten regionales Wasser aus Glasflaschen!



Zu Hause Wasser mit Sodastream sprudeln: Wie nachhaltig das wirklich ist



Ökotest: Wassersprudler im Vergleich

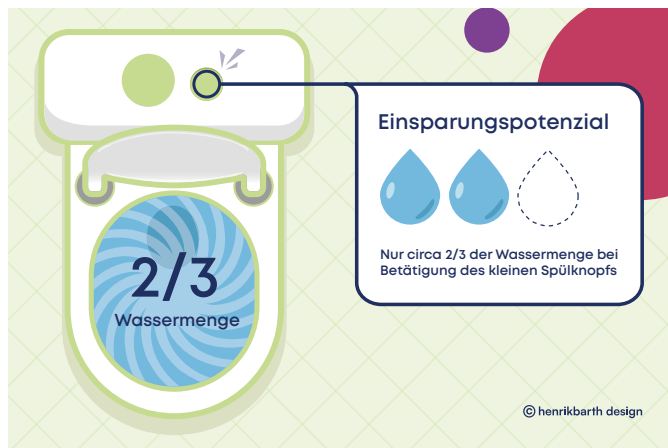




### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- Spülstopps in allen WC-Kästen anzubringen.
- Sanitäranlagen regelmäßig auf ihren Verbrauch und ihr Alter zu prüfen und ggf. durch neue zu ersetzen.
- Geschirr mit der Spülmaschine statt mit der Hand zu waschen, hierbei allerdings auf volle Beladung und Öko-Programme zu achten.
- Leitungen, Dichtungen und Spülkästen regelmäßig prüfen zu lassen.
- allgemein auf einen schonenden Umgang mit Wasser zu achten.
- Durchflussbegrenzer an möglichst allen Wasserhähnen zu installieren.

Neben der Nutzung als Trinkwasser wird auch in vielen anderen Bereichen des Büro- und Arbeitsalltags Wasser benötigt: so zum Beispiel beim Gang zur Toilette, beim Spülen von Geschirr oder beim Gießen von Blumen. Es gibt viele Möglichkeiten, den Wasserverbrauch und dadurch auch Emissionen zu reduzieren, die für das Reinigen, Pumpen und Aufwärmen von Wasser benötigt werden.



Quelle: bmuv.de

Im Bereich der Sanitäranlagen/WCs kann ein Einbau von Spülstopps in die Spülkästen in Frage kommen. Dieser ermöglicht eine Einsparung von circa 2/3 der Wassermenge bei Betätigung des kleinen Spülknopfs.

Es sollte außerdem regelmäßig das Alter der Sanitäranlage kontrolliert werden. Eine alte Toilettenanlage kann schnell eine bis zu drei-

fache Menge an Wasser verbrauchen. Wird sie ausgetauscht, können so durch eine einzige Toilette schon mehrere Tausend Liter Wasser im Jahr gespart werden.

Nach dem Gang zur Toilette folgt der Gang zum Waschbecken. Am meisten Wasser kann an dieser Stelle durch die Sensibilisierung der Kolleg\_innen gespart werden: Das Abschalten des Wasserhahns während des Einseifens und das Achten darauf, diesen im Anschluss wieder gut zu schließen, sorgen für einen sparsamen Wasserverbrauch. Auch die Installation eines Durchlaufbegrenzers und ein Bewegungssensor sind Möglichkeiten, beim Händewaschen Wasser zu sparen.

In der Küche wird Wasser meistens im Kontext vom Spülen von Geschirr genutzt. Dabei ist das Nutzen einer Spülmaschine ökologisch sinnvoller als das Spülen per Hand. Wichtig ist dabei, die Spülmaschine voll zu beladen und das Öko-Programm laufen zu lassen. Das Anschaffen einer Spülmaschine mit guter Energieeffizienz ist ein weiterer wichtiger Aspekt.

Zudem ist es wichtig, Wasserleitungen und -dichtungen sowie Spülkästen regelmäßig überprüfen zu lassen. Undichte Stellen und Verkalkungen können den Wasserverbrauch schnell in die Höhe steigen lassen.



## BAULICHE MASSNAHMEN

Auf den Abschnitt von baulichen Maßnahmen möchten wir im Anschluss nicht ins kleinste Detail eingehen, da uns bewusst ist, dass viele der hier beschriebenen Maßnahmen schwerer umsetzbar sind als die Inhalte der restlichen Kapitel. Die Inhalte dieses Kapitels sind zudem technischer Natur und werden schnell kompliziert. Dies macht es auch schwierig, einfache und konkrete Handlungsempfehlungen zu geben, die zu jeder Geschäftsstelle und zu jedem Büro passen. Nichtsdestotrotz besteht in diesen Maßnahmen ein sehr hohes Einsparpotenzial von Energie – deswegen lohnt es unbedingt, zu überprüfen, ob Umsetzungen von Maßnahmen für euch an mancher Stelle möglich sind. Die in dem Kapitel genannten Preise sind nur als Richtwert zu verstehen und können stark je nach Gebäudegrößen und lokalen Gegebenheiten variieren.

Ihr müsst und solltet euch nicht im Alleingang um diese Dinge kümmern – wenn ihr euch im Gebiet der baulichen Maßnahmen vorwärtsbewegen wollt, dann ist z.B. die Energieberatung der

Verbraucherzentrale ein guter Ansprechpartner für euch:



Verbraucherzentrale  
Energieberatung



Sie berät euch vor Ort, online oder telefonisch zu Themen rund um Energie sparen, Bauen und Sanieren, erneuerbare Energien und Heizen.

Die Website der Energieberatung der VZ NRW findet ihr hier:



Energie | Verbraucherzentrale  
NRW



Außerdem findet ihr hier hilfreiche Tipps zu verschiedenen Möglichkeiten, Förderungen für bauliche Maßnahmen zu beantragen:



Alle Fördermittel für  
Modernisierung & Neubau



## HEIZUNGEN UND HOCHEFFIZIENZPUMPEN, NACHTSPEICHERHEIZUNG



### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

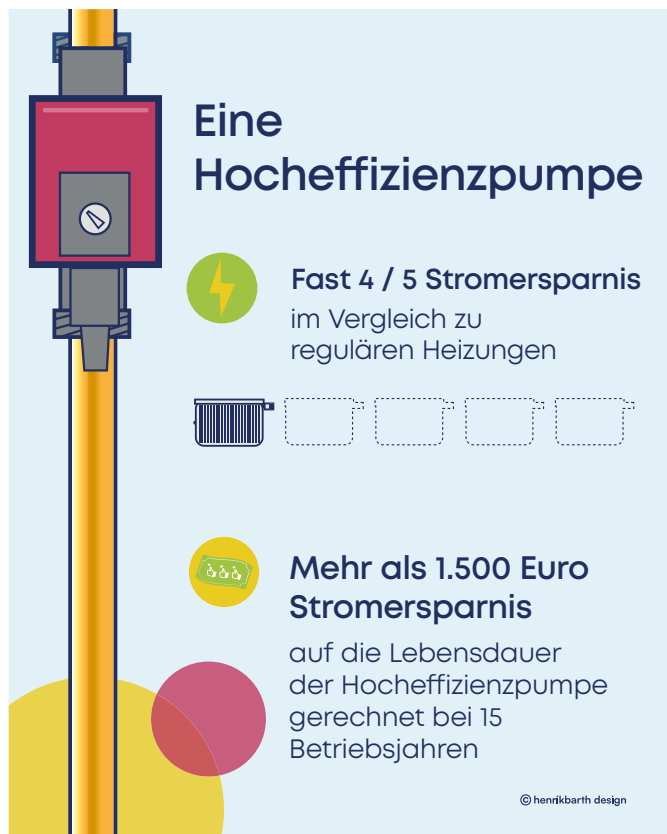
- den Einbau von Hocheffizienzpumpen zu prüfen und ggf. umzusetzen.
- zu prüfen, ob alternativ ein Wechsel zu Fernwärme, Infrarot- oder zu Nachtspeicherheizungen (mit Energiezulauf von erneuerbaren Energien) möglich und sinnvoll ist und ggf. umzusetzen. n zu installieren.

Heizungen verursachen etwa ein Zehntel des gesamten CO<sub>2</sub>-Ausstoßes in Deutschland.

Doch welche Möglichkeiten gibt es, in diesem Bereich durch bauliche Maßnahmen Energie zu sparen und Emissionen zu reduzieren oder zu vermeiden?

Eine sehr effektive Methode, beim Heizen viel Energie und Emissionen zu sparen, ist der Einsatz einer Hocheffizienzpumpe. Die Hocheffizienzpumpe ist eine elektrische Pumpe, die Wasser durch geschlossene Systeme fördert. In einer Heizung eingesetzt, fördert die Pumpe Heizwasser und damit Wärme vom Kessel zu den Heizflächen. Eine Hocheffizienzpumpe erkennt den Wärmebedarf im Haus und kann ihre

Leistung automatisch daran anpassen. Sie hat einen sehr effizienten Motor und verursacht eher geringe Stromkosten.



## Eine Hocheffizienzpumpe

**Fast 4 / 5 Stromersparnis**  
im Vergleich zu regulären Heizungen

**Mehr als 1.500 Euro Stromersparnis**  
auf die Lebensdauer der Hocheffizienzpumpe gerechnet bei 15 Betriebsjahren


© henrikbarth design

Quelle: energie-experten.org


Eine Hocheffizienzpumpe kann eine Stromersparnis von fast 4/5 im Vergleich zu regulären Heizungen erreichen.

Für den Austausch und Einbau einer neuen Pumpe muss mit Gesamtkosten von circa 300 – 400 Euro gerechnet werden. Das Gerät rentiert sich also bereits nach circa drei bis vier Jahren.

Das Siegel „ErP ready“ auf einer Pumpe oder der Verpackung verspricht, dass alle heutigen und in Zukunft geplanten Anforderungen der Ökodesign-Richtlinie (ErP-Label) eingehalten wurden.




Die Hocheffizienzpumpe senkt Stromkosten




Technik, Stromverbrauch und Kosten von Hocheffizienzpumpen

Der Einbau einer Hocheffizienzpumpe kann über die Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) gefördert werden. Zuschüsse gibt es in Höhe von 20 %. Weitere Informationen zur Förderung findet ihr hier:




Förderung der Heizungspumpe von BAFA und KfW

und hier:



Steuerliche Förderung für den Heizungstausch

Ein spannendes Tool ist außerdem der „PumpenCheck“ der Webseite CO<sub>2</sub>Online. Damit können Mieter\_innen überprüfen, ob die Heizungskosten und -auslastung über dem Durchschnitt vergleichbarer Gebäude liegen. Wenn dies zutrifft, stellt der PumpenCheck ein Anschreiben an die\_den Vermieter\_in zur Verfügung. Im Anschreiben wird auf die Sparpotenziale aufmerksam gemacht, die sich durch moderne Hocheffizienzpumpen ausschöpfen lassen:



Heizungspumpe tauschen leicht gemacht

auf der Seite finden sich viele weitere spannende und nützliche Tipps zum Thema.

Der „PumpenCheck“ kann auch von Eigentümer\_innen und Verwalter\_innen von Nichtwohngebäuden genutzt werden. Der Check berücksichtigt Gebäude mit bis zu 2.000 Quadratmetern Nutzfläche und prüft die Effizienz der Heizungspumpe anhand von Daten zu Gebäude, Pumpe und Heizung.

Eine Alternative, um im Bereich Heizen das Klima zu schonen, kann auch der Umstieg auf Fernwärme sein. Bei diesem System wird heißes Wasser über unterirdische Rohrsysteme, beispielsweise aus Heizkraftwerken, direkt zum Verbraucher geliefert und muss nicht vor Ort von einer eigenen Anlage erhitzt werden. Besonders umweltfreundlich ist Fernwärme dann, wenn das Wasser mit erneuerbaren Energien oder etwa durch industrielle Abwärme erhitzt wird. Fernwärmenetze sind allerdings noch nicht überall in Deutschland ausgebaut, weswegen diese

Heizoption nicht für alle zur Verfügung steht. 3.000 von 12.000 deutschen Städten (Stand 2022) verfügen über Fernwärmenetze, die im besten Fall ganze Stadtteile mit Wärme versorgen. Wenn die Möglichkeit besteht, Fernwärme zu nutzen, bietet diese Option allerdings sehr hohe Versorgungssicherheit, geringe Investitions- und Wartungskosten und entlastet das Klima.



Energiesparend heizen: Fünf Heizsysteme im Vergleich



## DÄMMUNG, ISOLIERUNG, TÜREN UND FENSTER



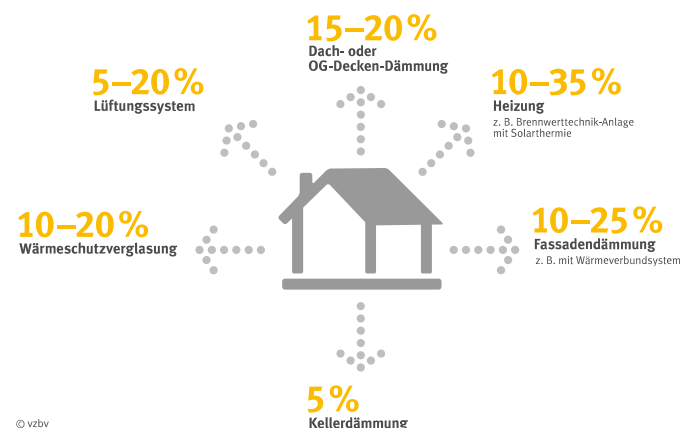
### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- zu überprüfen, wie effizient die Dämmung in der Geschäftsstelle ist und diese nach Möglichkeit zu erneuern.
- zu überprüfen, wie wärmeeffizient Fenster- und Türisolierungen sind und diese nach Möglichkeit zu erneuern.

Dämmungen und Isolierungen zu erneuern und zu verbessern, kann einen Beitrag leisten, die Klimabilanz eines Gebäudes dramatisch zu verbessern. Ein Altbau verliert bis zu 35 % der erzeugten Wärme über nicht gedämmte Außenwände und bis zu 20 % über ein ungedämmtes Dach. Diese Wärmeverluste lassen sich nicht komplett vermeiden – aber stark reduzieren.

Die Energieberatung der Verbraucherzentrale zeigt in einer Grafik, dass allein durch Sanierung in Form von Dämmung und Isolierung bis zu 70 % Energieverbrauch eingespart werden können.

Die Einsparungen fallen in den meisten Fällen umso höher aus, je älter ein Haus ist. Durch eine Dämmung gleichen sich die Temperaturen von Raum und Innenwänden an, das sorgt für ein behagliches Wohnklima – bei Kälte wie bei Hitze.



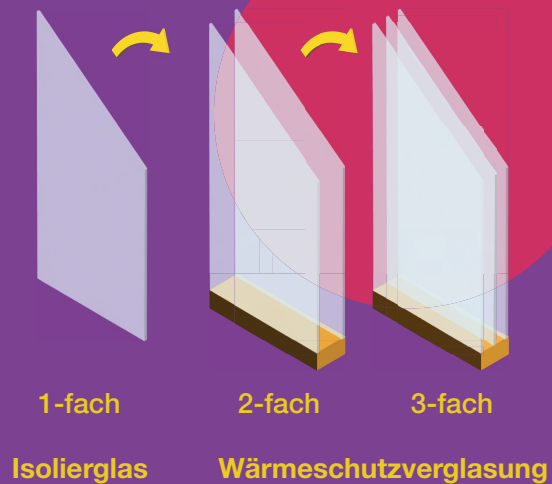
Quelle: verbraucherzentrale-energieberatung.de

Ein gut gedämmtes Gebäude ist also nicht nur hinsichtlich Klimaschutz, sondern auch Klimaanpassung nützlich, da es vor drastischen Außentemperaturen besser schützt und zu einem angenehmeren Klima in den Wohnräumen beiträgt. Zudem bieten gut gedämmte Wohnräume auch einen besseren Schutz gegen Schimmel.

# Mehr als 60 % Wärmeverlust reduzieren

beim Tausch von alten Fenstern  
mit Isolierverglasungen gegen 2-fach  
oder 3-fach Wärmeschutzverglasungen

© henrikbarth design



Quelle: verbraucherzentrale-energieberatung.de

Das eigene Einsparpotenzial durch eine Dämmung kann hier errechnet werden:



Dämmung: Tipps & Praxistests  
zu Maßnahmen, Dämmstoffen,  
Kosten & Förderung



Bei der Dämmung sollte darauf geachtet werden, möglichst ökologische Dämmstoffe zu nutzen. Auch hier können Förderungen und Zuschüsse genutzt werden. Mehr Informationen dazu gibt es hier:



Dämmung: Tipps & Praxistests  
zu Maßnahmen, Dämmstoffen,  
Kosten & Förderung



und hier:



Energetisches Sanieren leicht  
gemacht



Relevant bei der Dämmung sind vor allem Türen und Fenster. So kann allein ein Tausch alter Fenster mit Isolierverglasungen gegen neue 2-fach oder 3-fach-Wärmeschutzverglasungen den Wärmeverlust der Fenster um mehr als 60 % reduzieren.



Fenstertausch richtig gemacht



Die 3-fach-Verglasung ist auf jeden Fall effizienter, aber auch kostspieliger in der Anschaffung.

Besser isolierte Fenster bieten außerdem den Vorteil, ebenfalls gut vor Lärm zu schützen.

Die Haustür sollte luftdicht schließen und keine Wärmebrücken entstehen lassen.

Ein erster Schritt, um die bestehenden Fenster besser zu isolieren, ist, sie mit Dichtungsband zu bekleben. Das ist nicht nur eine relativ günstige Maßnahme, sondern auch eine schnelle Maßnahme, die sich selbst durchführen lässt. Eine ganz einfache Anleitung, um Fenster in fünf Schritten abzudichten, gibt es hier:



Fenster abdichten: So geht's



Mehr zu diesem Thema findet ihr hier:



Fenster tauschen: Wann & warum  
es Geld spart



Neue Fenster kaufen, aber welche?





### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- zu überprüfen, ob der Einbau einer Wärmepumpe oder einer Solarthermieanlage möglich ist und falls möglich, umzusetzen.

In dem vorherigen Kapitel zum Thema Heizung, Hocheffizienzpumpe und Fernwärme wurden bereits einige Möglichkeiten angesprochen, Wärme nachhaltiger zu produzieren. Den größten Beitrag zur Energiewende kann man leisten, wenn man mit erneuerbaren Energien heizt. Erneuerbare Energien erzeugen im Idealfall gar keine oder nur sehr geringe Emissionen. Im Bereich Wärmeproduktion gibt es zwei nennenswerte Systeme: die Wärmepumpe und die Solarthermieanlage.

Eine Wärmepumpe pumpt Wärme aus der Umwelt ins Haus und bringt diese mit elektrischem Strom auf eine höhere Temperatur, um sie zum Heizen zu verwenden. Wärmepumpen werden in verschiedene Typen eingeteilt – je nachdem, mit welchen Wärmeträgern sie arbeiten:

- Sole-Wasser-Wärmepumpen,
- Luft-Wasser-Wärmepumpen und
- Wasser-Wasser-Wärmepumpen.

Luftwärmepumpen arbeiten meist weniger effizient als Erdwärmepumpen und haben deshalb einen höheren Stromverbrauch. Allerdings bieten Luftwärmepumpen den Vorteil, dass hier die Wärmequelle nicht erschlossen werden muss, sodass hierfür keine zusätzlichen Kosten anfallen.

In Kombination mit Strom aus erneuerbaren Energien, zum Beispiel einer Photovoltaik-Anlage, kommt eine Wärmepumpe komplett ohne CO<sub>2</sub>-Ausstoß aus.

Die Kosten einer Wärmepumpe betragen zwischen 8.000 – 16.000 Euro. Ein großer Teil der Kosten, zwischen 20 % – 35 % (beim Austausch einer Öl-Heizung sogar 40 %), lässt sich jedoch durch die BEG-Förderung des Bundesamts für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) finanzieren.

Weitere Informationen zum Thema gibt es hier:



Wärmepumpe: Kosten, Funktion & Förderung 2024



Energiesparend heizen: Fünf Heizsysteme im Vergleich



Neben der Wärmepumpe kann auch eine Solarthermieanlage Wärme produzieren. Sie wandelt dafür Energie aus Sonnenlicht in Wärme um. Diese Wärme wird dann zum Erhitzen des Trinkwassers oder zum Heizen genutzt. Damit das funktioniert, werden sogenannte Sonnenkollektoren auf das Hausdach montiert und mit der Heizanlage im Keller verbunden. Den kompletten Bedarf an Heizenergie deckt eine Solarthermieanlage meistens nicht, weswegen die oft mit einer normalen Heizung kombiniert wird.

## Was genau ist aber der Unterschied zwischen einer Solarthermieranlage und einer Photovoltaikanlage?

Rein äußerlich betrachtet sehen beide ähnlich aus. Der Unterschied ist: Eine Solarthermieranlage wandelt Sonnenenergie in Wärme um, während Photovoltaikanlagen diese in elektrischen Strom umwandeln. Ein weiterer Unterschied ist außerdem: Wenn eine PV-Anlage mehr Strom produziert als im Haushalt gebraucht wird, kann dieser in das öffentliche Stromnetz eingespeist und dadurch weiterverwendet werden. Dies ist bei der von einer Solarthermieranlage produzierten Wärme nicht der Fall. Die Speicherkapazität der meis-

ten Anlagen ist leider nicht groß genug, um diese Wärme auf längere Zeit zu speichern.

Solarthermie und Photovoltaik können gleichzeitig auf einem Dach kombiniert werden. Es existieren dafür zum Beispiel auch Hybridmodelle, die beide Funktionen miteinander vereinen.

Eine Solarthermie-Anlage kostet für ein durchschnittliches Einfamilienhaus zwischen 5.000 – 10.000 Euro.



### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- zu prüfen, ob die Einrichtung einer (Mini-) Photovoltaikanlage möglich ist und falls möglich, umzusetzen.

Wir möchten in diesem Kapitel lediglich auf die Möglichkeit der Stromproduktion durch Photovoltaikanlagen eingehen, da eine private Produktion von Strom durch Windkraft nur in den seltensten Fällen rentabel und effizient ist.

Eine Photovoltaikanlage (oder auch Solaranlage) produziert Strom aus Sonnenenergie. Der so erzeugte Strom kann entweder selbst genutzt oder ins Netz eingespeist werden.



Photovoltaik: Kosten, Förderung & Rechner 2024



Eine PV-Anlage rentiert sich nach circa 10 Jahren – und bringt ab diesem Punkt nur noch Rendite ein. Mit einer Solaranlage lässt sich Strom – und damit Kosten – sparen. Angenommen, eine vierköpfige Familie mit einem jährlichen Jahresstromverbrauch von 4.500 kWh hat eine

PV-Anlage, die 38 % des Strombedarfs deckt: Durch eine Solaranlage würde eine vierköpfige Familie jährlich 500 Euro sparen und nach einer Laufzeit von 20 Jahren 10.000 Euro sparen.



Ein Rechenbeispiel: Strom sparen dank PV-Anlage



Förderungen für Photovoltaikanlagen gibt es auf Bundesebene von der KfW-Bank.

Weitere Informationen zur Förderung und zu Photovoltaik gibt es hier:



Was ist Photovoltaik? Definition & Funktion im Überblick



Photovoltaik: Kosten, Vorteile und gesetzliche Regelungen von Solaranlagen



Mehr zum Thema Mini-Photovoltaik gibt es hier:



Mini-Photovoltaik: So funktioniert die kleine Solaranlage



Mini-Solaranlagen: Photovoltaikanlagen für die Steckdose



Quelle: alphasol.de



# EMISSIONSREDUKTION IN DER GESCHÄFTSSTELLE

## ERNÄHRUNG

### ERNÄHRUNG IM BÜRO UND BEI VERANSTALTUNGEN



#### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- für die im Büro und auf Veranstaltungen angebotenen Lebensmittel auf klimafreundliche und ökologische Herstellung zu achten. Dabei werden sowohl die Auswirkungen des Anbaus als auch des Transports, der Lagerung und der Weiterverarbeitung der Lebensmittel berücksichtigt.
- entsprechend auf Regionalität, Saisonalität, ökologischen Anbau und Haltungsformen zu achten. Tierische Produkte werden deutlich reduziert, eine vegane Verpflegung wird vornehmlich angeboten. Nicht oder wenig verarbeitete Produkte werden bevorzugt, auf industriell stark verarbeitete Produkte wird möglichst verzichtet.
- auf Nachfrage nicht-vegane Verpflegung zur Verfügung zu stellen. Hierbei wird auf ökologische Qualität und Haltungsform geachtet.

26 % der weltweiten Emissionen werden durch unsere Ernährung produziert. Bei einem Blick auf die Gesamtemissionen durch Ernährung fallen 53 % davon auf Emissionen durch Viehzucht und Fischerei zurück. Diese entstehen etwa durch Methanausstoß der Tiere selbst, durch den Anbau von Futtermittel oder Landnutzung für Viehzucht. Dies verdeutlicht, dass eine Reduzierung von tierischen Produkten entscheidend ist, um im Bereich Ernährung Emissionen einzusparen.

In diesem Kapitel soll ein kurzer Blick auf die Emissionsbilanz, den Wasser- sowie Flächenverbrauch verschiedener Lebensmittel geworfen werden. Im Anschluss wird die Bedeutung von Regionalität und Saisonalität bei Lebensmitteln sowie ein kleiner Überblick über verschiedene Siegel dargestellt.

#### Treibhausgasbilanz

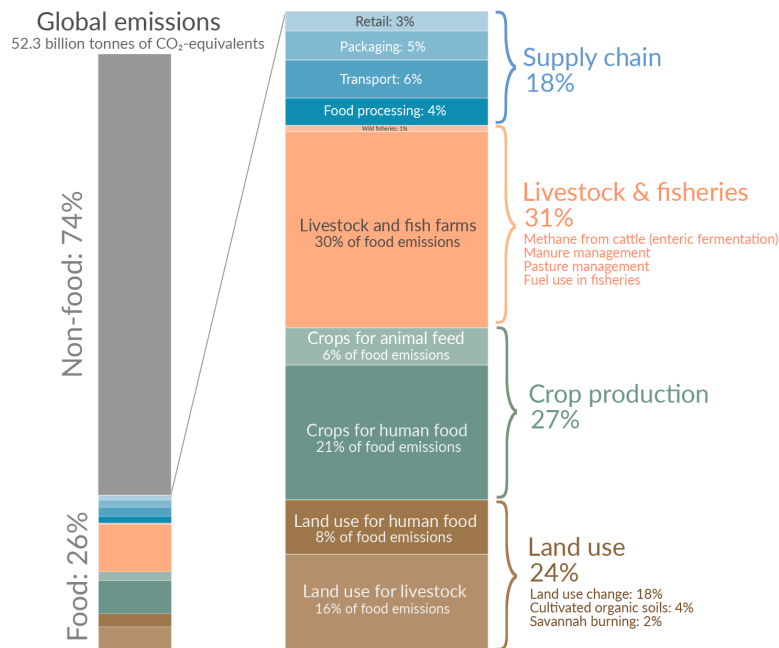
Eine sehr gute und anschaulich illustrierte Übersicht über die Treibhausgasbilanz verschiedener Lebensmittel bietet eine interaktive Website des Tagesspiegels:



Interaktive Grafik: Wie klimaschädlich sind beliebte Lebensmittel



Bei der Betrachtung der Grafik fällt schnell auf, dass tierische Lebensmittel, insbesondere Fleisch, eine hohe bis sehr hohe Treibhausgasbilanz aufweisen. Ein Grund dafür ist, dass bei der Verdauung von Rindern – und anderen Wiederkäuern – das Gas Methan gebildet wird, das so wie CO<sub>2</sub> ein Treibhausgas ist, allerdings eine 25-mal stärkere Treibhauswirkung hat.



Data source: Joseph Poore & Thomas Nemecek (2018). Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. Published in Science. Licensed under CC-BY by the author Hannah Ritchie (Nov 2022).

Quelle: ourworldindata.org



Umweltbundesamt:  
Lachgas und Methan

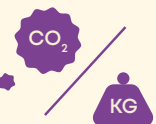


Falls tierische Produkte in Form von Fleisch oder Milchprodukten konsumiert werden sollen, sollte auf ökologische Qualität und Haltungsform geachtet werden.

Entscheidend für die Treibhausbilanz von tierischen Lebensmitteln ist auch das Futter und die Haltungsform.

Die Grafik zeigt ebenfalls: Hühnerfleisch und Geflügelwurst haben häufig eine bessere CO<sub>2</sub>-Bilanz als Butter oder Käse aus Kuhmilch. Dies verdeutlicht, warum ein Verzicht auf diese Lebensmittel ebenfalls entscheidend für die Reduktion von Emissionen ist. Hinzu kommt, dass 64 % der Deutschen täglich Milchprodukte konsumieren, aber beispielsweise nur 26 % täglich Fleisch und Wurst essen. Das Einsparpotenzial von Treibhausgasen bei Milchprodukten ist also ebenfalls sehr hoch.

## Gramm CO<sub>2</sub> pro Kilogramm



Kalbfleisch	28,230g
Rindfleisch	16,880g
Butter	12,110g
Lammfleisch	11,200g
Ziegenfleisch	10,940g
Käse	6,920g
Schweinefleisch	9,420g
Hühnerfleisch	2,790g
Eier	2,200g
Erdnuss	2,120g
Vollmilch	1,940g
Mango	320g
Tomate	260g
Apfel	220g
Kartoffel	140g

© henrikbarth design

Quelle: interaktiv.tagesspiegel.de

**Tipp:** Du würdest gerne öfters vegetarische oder sogar vegane Speisen auswählen, weißt aber nicht, wo du passende Restaurants findest? Die App Happy Cow hilft dir dabei!



App Download:  
Happy Cow - Vegan Restaurant  
Guide



## WASSERFUSSABDRUCK

Neben dem Ausstoß von Emissionen unterscheiden sich Lebensmittel auch in der Menge an Wasser, das für ihre Produktion benötigt wird.



Avocado: Hoher Wasserverbrauch und schlecht für die Umwelt?



Avocado: Wasserverbrauch und Umweltbilanz



Quelle: eatsmarter.de

Pro Kilogramm Kalorie oder Protein haben tierische Produkte meist einen größeren Wasserfußabdruck als pflanzliche Produkte. Der durchschnittliche Wasserfußabdruck ist für Rindfleisch beispielsweise sechs Mal größer als für Hülsenfrüchte. Kakao- und Kaffeebohnen weisen jedoch ebenfalls einen enormen

Wasserfußabdruck auf. Wie auch bei dem Emissionsausstoß (und dem Flächenverbrauch) sind Butter und Käse wenig nachhaltig und schneiden schlechter ab als Hühnerfleisch.

Dass viele tierische Lebensmittel einen höheren Wasserfußabdruck aufweisen, liegt u.a. an den sogenannten „Umwandlungsverlusten“. Um Fleisch, Milchprodukte und Eier herzustellen, benötigen die Tiere Nahrungsenergie in Form von Futter. Dieses Futter wiederum benötigt Ressourcen wie Wasser, aber auch Fläche und Energie, um hergestellt zu werden. Diese aufgebrauchten Ressourcen sowie Energie gehen im Organismus des Tieres „verloren“ und können nicht mehr z.B. zur Herstellung pflanzlicher Ernährung direkt für Menschen aufgewandt werden.

Einige Beispiele: Bei Geflügelfleisch werden in Relation zwei pflanzliche Kalorien benötigt, um eine tierische Kalorie zu erhalten (Umwandlungsrate 2:1). Bei Schweinen, Zuchtfischen, Milch und Eiern werden für eine tierische Kalorie drei pflanzliche Kalorien benötigt (Umwandlungsrate 3:1) und bei Rindern sogar sieben (Umwandlungsrate 7:1). Die Kalorien, die bei der Umwandlung von pflanzlichen in tierische Lebensmittel verlorengehen, könnten 3,5 Milliarden Menschen ernähren.

Die eigene Ernährungsweise hängt also auch mit sozialer Gerechtigkeit und der Lebensmittelverfügbarkeit in verschiedenen Teilen der Welt zusammen.



Umwandlungsverluste in der Tierproduktion und globale Ernährungssicherheit



PDF – Weltagrarbericht: Wege aus der Hungerkrise



Abschätzung des Futtermittelanteils in Rationen österreichischer Nutztier mit direkter potenzieller Verwertungsmöglichkeit in der menschlichen Ernährung



Im Falle des Wasserfußabdrucks wird die Rolle der Umwandlungsverluste besonders deutlich: 98

% des (virtuellen) Wasserverbrauchs geht auf die Produktion von Futtermittel zurück.



What can consumers do? – Water Footprint Network



Zuletzt ist auch zu beachten, dass Zitrusfrüchte und Nüsse einen hohen Wasserfußabdruck aufweisen. Dieser geht vor allem auf die zusätzliche Bewässerung in trockenen Anbaubereichen zurück. In Spanien etwa herrscht in vielen Regionen Trockenheit, die durch Bewässerung mit Trinkwasser ausgeglichen wird. Aus diesem Grund ist eine möglichst regionale und saisonale Ernährung wichtig (s.u. Punkt „Regionalität und Saisonalität“).



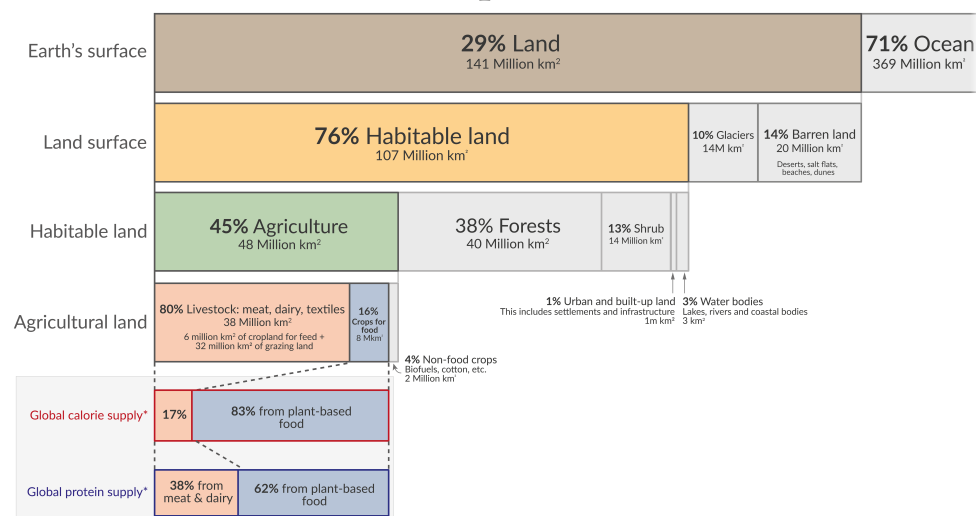
PDF: WWF Studie — Kulinarischer Kompass Wasser



## FLÄCHENNUTZUNG

### Global land use for food production

Our World in Data



\*Includes fish and seafood from aquaculture production, which uses land for feed. If wild fish catch is also included, animal products would provide 18% of calories and 40% of protein.

Data sources: UN Food and Agriculture Organization (FAO) and Poore and Nemecek (2018). OurWorldinData.org – Research and data to make progress against the world's largest problems.

Licensed under CC-BY by the authors Hannah Ritchie and Max Roser (September 2023).

Quelle: ourworldindata.org

Der dritte relevante Aspekt bei dem Energie- und Ressourcenverbrauch verschiedener Lebensmittel ist die Flächennutzung. Bewohn- und nutzbare Fläche ist ein wertvolles und knappes Gut unserer Welt – es lohnt sich also auch hier genauer hinzuschauen, wie viel Flächenverbrauch mit der eigenen Ernährungsweise einhergeht.

Bei der oben gezeigten Grafik wird zunächst deutlich, dass 46 % des auf der Erde nutz- und bewohnbaren Landes landwirtschaftlich genutzt wird. Von der gesamten landwirtschaftlich genutzten Fläche weltweit entfallen 77 % der Nutzfläche auf Viehhaltung. Die durch die Viehhaltung hergestellten Lebensmittel tragen

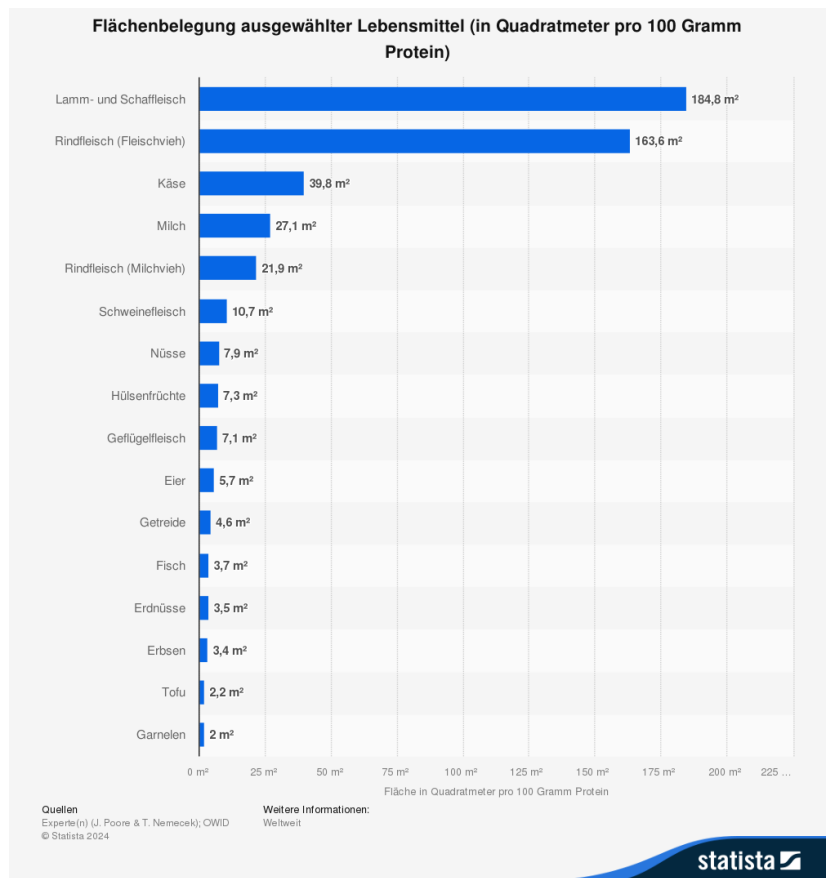
jedoch nur 18 % zur globalen Kalorienversorgung und 37 % zur globalen Proteinversorgung bei. Es wird also deutlich, dass im Verhältnis zu der Rolle, die tierische Produkte bei der Ernährung und Deckung des Kalorien- und Proteinbedarfs der Weltbevölkerung spielen, sie eine deutlich größere Flächennutzung beanspruchen als pflanzliche Lebensmittel.

Die benötigte Fläche pro Lebensmittel lässt sich auch anschaulich an verschiedenen Beispielen demonstrieren. Die folgende Darstellung vergleicht die benötigte Fläche in m<sup>2</sup> pro 100 g Protein verschiedener Lebensmittel im globalen Durchschnitt.

Auch beim Beispiel der Flächennutzung wird erneut deutlich, dass tierische Produkte wie Käse und Milch ressourcenintensiver sind als bestimmte Fleischprodukte – in diesem Fall Schweine- und Geflügelfleisch. Eine pflanzenbasierte Ernährung ist auch hier am nachhaltigsten.

Die benötigte Fläche tierischer Produkte ist unter anderem wegen der oben bereits angesprochenen Umwandlungsverluste höher als bei pflanzlichen Produkten. In diesem Fall betreffen die Umwandlungsverluste Flächen, die zur Produktion von Futtermitteln genutzt werden. Inwiefern diese für Futtermittel genutzten Flächen in Nahrungskonkurrenz zum Menschen stehen, hängt aber zum großen Teil mit der Art des Futters zusammen. Futtermittel wie Getreide oder

Sojaextraktionsschrot beinhalten viele Nährstoffe und lassen die Tiere schnell wachsen. Teilweise könnte die Fläche aber auch für den Anbau von direkt verzehrbaren Nahrungsmitteln genutzt werden und die Umwandlungsverluste so vermieden werden. Durch Fütterung von nährstoffärmerem Futter mit hohem Rohfasergehalt wie Gras oder Heu, welches nicht vom Menschen gegessen werden kann, kann die Tierhaltung zu einer höheren Lebensmittelverfügbarkeit beitragen.



Quelle: de.statista.com

## REGIONALITÄT UND SAISONALITÄT

Im Supermarkt stehen zu jeder Zeit des Jahres verschiedenste Obst- und Gemüsesorten aus aller Welt zur Verfügung. Der Großteil der Bevölkerung hat sich deswegen mittlerweile daran gewöhnt, eher nach eigener geschmacklicher Präferenz als nach Saisonalität und Regionalität Lebensmittel auszuwählen. Dies ist jedoch, wie oben bereits angesprochen, mit erhöhten Emissionen durch Transport, mit Wasserknappheit in bestimmten Regionen der Welt oder sogar mit Landraub

und Ernährungsunsicherheit der regionalen Bevölkerung anderer Länder verknüpft.

Sich regional und saisonal zu ernähren, ist deswegen sowohl aus Klima-, Umwelt- als auch Menschenrechtsperspektive deutlich nachhaltiger. Und: Es ist auch gesünder und meist schmackhafter, da reif geerntete Lebensmittel mehr Nährstoffe und auch mehr Geschmack mit sich bringen.

Es gilt zudem das Motto: Regional ist gut, saisonal ist besser. Denn: Nur weil ein Produkt regional geerntet wurde, heißt es nicht, dass es zwingend klimafreundlicher sein muss als Produkte, die aus dem Ausland eingeflogen wurden. Äpfel, die in Deutschland geerntet und in den Frühjahrs- und Sommermonaten gelagert werden, verursachen durch die extrem energieintensive Kühlung mehr Treibhausgasemission als eingeflogene Äpfel aus Übersee.



WWF: Regional und saisonal essen. Global denken.



Um sich besser regional und saisonal ernähren zu können, gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten. Ein Saisonkalender hilft dabei herauszufinden, welche Lebensmittel im aktuellen Monat in Deutschland gerade Saison haben.

Ebenso empfiehlt es sich, beim Landwirtschaftsbetrieb vor Ort einzukaufen, um so regionale und saisonale Produkte zu erwerben. Konzepte wie Ökokisten, Lebensmittel-Kooperativen, Solidarische Landwirtschaft oder städtische Gemeinschaftsgärten (Urban Gardening) sind weitere Möglichkeiten, sich dem Thema regionaler und saisonaler Ernährung zu nähern.



Ökokiste: Dein Biokiste-Lieferservice



Der WWF gibt eine gute Übersicht zu diesen verschiedenen Konzepten und weitere Links und Informationen:



PDF - WWF Studie: Kulinarischer Kompass Wasser



## Eine kleine Siegelkunde: Nachhaltige Lebensmittel

Zu guter Letzt bieten Siegel eine Orientierung beim Kauf nachhaltiger Lebensmittel. Das Nicht-Vorhandensein eines Siegels bedeutet allerdings nicht automatisch, dass Produkte nicht nachhaltig sind. In diesem Fall sollte mit den lokalen Hersteller\_innen vor Ort in Austausch getreten werden, um die Nachhaltigkeit eines Produkts bewerten zu können.



**EU-Bio-Siegel:** Das bekannteste, weil es am weitesten verbreitet ist. Hier wird auf chemisch-synthetische Pflanzenschutz- und Düngemittel verzichtet, den biologisch gefütterten Tieren wird mehr Auslauf gewährt, Gentechnik und Bestrahlung sind verboten.



**Demeter:** Als nachhaltigste Form in der Nahrungsmittelproduktion gilt die biologisch-dynamische Wirtschaftsweise von Demeter, da sie durch strikte Vorgaben für Düngung und Pestizidgebrauch und den Umgang mit sogenannten Nutztieren (mehr Auslauf, Enthornungsverbot, Biofutter) über das EU-Bio-Siegel an vielen Punkten hinaus geht.



**Bioland:** Ein weiteres Siegel und der größte ökologische Anbauverband in Deutschland ist Bioland, deren Wirtschaftsweise auf Kreislaufwirtschaft basiert und wie Demeter höhere Standards als das EU-Bio-Siegel hat. Auch hier gibt es Beschränkungen in der Düngemenge und mehr Auslauf für die Tiere.



**Naturland:** Ein strengeres Label als das EU-Bio-Siegel, das wesentlich zu ökologischen Verbesserungen im Anbau und bei der Verarbeitung von Nahrungsmitteln beiträgt und dabei vor allem durch die Zusatzzertifizierung "Naturland fair" auch soziale Aspekte wie Menschenrechte und Arbeitsbedingungen berücksichtigt. Es gibt umfassende und regelmäßige Kontrollen.



Vorsicht

**Gesetzlich geschützte Begriffe**

Öko / ökologisch

Bio / biologisch

**Ungeschützte Begriffe**

umweltfreundlich / schonend

kontrollierter / integrierter Anbau

natürlich / naturnah

unbehandelt

Eine detailliertere Übersicht über verschiedene Siegel findet sich hier:



Bio-Siegel im Überblick: Das sind die wichtigsten



Bio-Siegel Deutschland: Sechseckig und veraltet



Fünf Biosiegel im Vergleich: Was sind die Unterschiede?







## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- ausschließlich fair gehandelten Kaffee und Tee zu kaufen.
- möglichst fair gehandelten Kaffee und Tee bei Veranstaltungen zur Verfügung zu stellen.
- möglichst regionale Getränke zu beziehen. Auf Produkte von Unternehmen, die Menschenrechte oder den Umweltschutz nicht einhalten, verzichten.
- vor allem Säfte aus regionalem Anbau zu beziehen. Bei allen Säften wird auf Qualität und fairen Handel geachtet.
- grundsätzlich die Produkte von kleinbäuerlichen und mittelständischen Betrieben unabhängig von Siegeln gegenüber großindustriellen zu bevorzugen.
- möglichst Getränke und Verpflegung von tarifgebunden Unternehmen oder von Unternehmen zu beziehen, die sich zur Einhaltung der ILO-Kernarbeitsnormen verpflichtet haben.

## KAFFEE

Kaffee und Tee sind aus dem täglichen Büroleben nicht wegzudenken. Deutsche Arbeitnehmer\_innen trinken allein während der Arbeitszeit durchschnittlich 3,6 Tassen Kaffee.



Kaffee Statistiken - Zahlen im Überblick



Neben dem extrem hohen Wasserverbrauch bei der Kaffeeproduktion sind leider auch die Arbeitsbedingungen von Kaffeebauern und -bäuerinnen sehr schlecht: fehlende Arbeitsverträge, keine Schutzausrüstung vor tödlichen Pestiziden, sexuelle Diskriminierung,

Schuldknechtschaft und teilweise sogar sklavenähnliche Bedingungen sind Realität. Menschen, die ihr Haupteinkommen aus dem Kaffeeanbau bekommen, leben häufig unterhalb der Armutsgrenze. Schwankende Weltmarktpreise und die Abhängigkeit von großen multinationalen Konzernen erschweren die Situation von Kaffee-Erzeuger\_innen ebenfalls.



Factsheet: Kaffee beschaffen:  
So wird's fair



Daher sollte Kaffee aus fairen Quellen bezogen werden.



Fünf Biosiegel im Vergleich: Was sind die Unterschiede?



Bio-Siegel Deutschland: sechseckig und veraltet



## Kurze Übersicht über faire Kaffee-Siegel der Romero Initiative:



Das **Fair-for-Life-Zertifizierungsprogramm** wurde 2006 gegründet. Es gibt über 500 zertifizierte Produkte. Das Logo darf verwendet werden, sofern der Fair-Handels-Anteil der Produkte über 80 % liegt. Durch die Zahlung eines Mindestpreises wird die Abhängigkeit vom Weltmarktpreis reduziert. Die Produkte sind rückverfolgbar und die zertifizierten Betriebe werden veröffentlicht.



**Fairtrade** hat seinen Ursprung in den Niederlanden. Heute gibt es 21 nationale Fairtrade-Organisationen und mehr als 7.500 zertifizierte Produkte. Die ökologischen Kriterien sind gut, die Sozialstandards anspruchsvoll. Durch langfristige Lieferbeziehungen und Mindestpreise wird die Abhängigkeit vom Weltmarktpreis reduziert. Die Interessen von Produzent\_innen-Organisationen fließen in Entscheidungen ein.



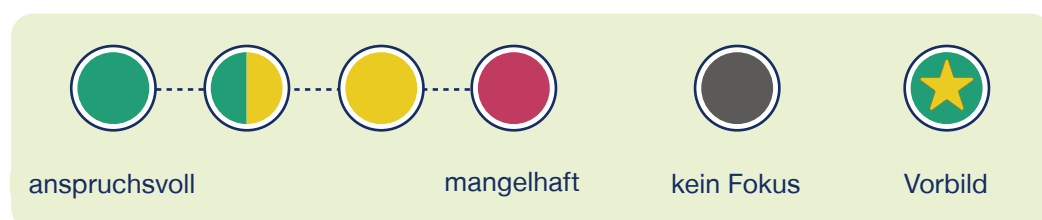
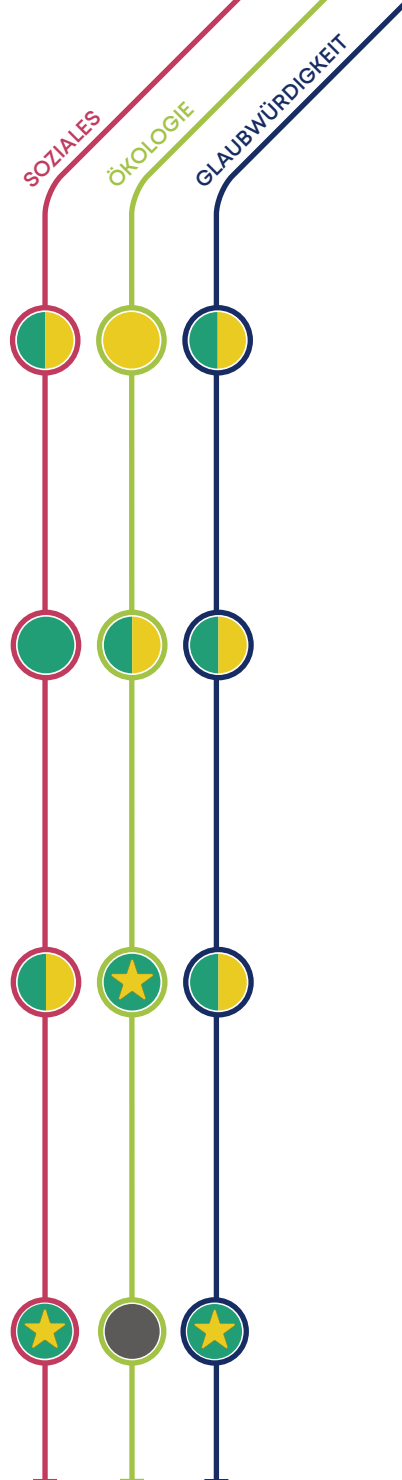
**Naturland e.V.** wurde 1982 in Bayern gegründet. Naturland gilt mit seinen anspruchsvollen ökologischen Standards als Best-Practice-Beispiel im Ökologiebereich. Mit der zusätzlichen Zertifizierung „Naturland fair“ werden aktuell mehr als 420 Produkte ausgezeichnet, die weitere soziale Kriterien einhalten wie faire Erzeuger\*innen-Preise, die ILO-Kernarbeitsnormen und langfristige Handelsbeziehungen.



Die **WFTO** wurde 1989 gegründet, hat ihren Sitz in den Niederlanden und ist die internationale Dachorganisation für mehr als 400 Fair-Handelsorganisationen in ca. 70 Ländern. Existenzsichernde Einkommen werden gefordert und Vereinigungsfreiheit aktiv unterstützt. Langfristige Lieferbeziehungen und die transparente Preisgestaltung reduzieren die Abhängigkeit vom Weltmarktpreis.



Ein weiteres nennenswertes Label ist **GEPA fair plus**. Streng genommen ist GEPA fair plus kein Siegel, da die GEPA nicht selbst Standards und Vorlagen festlegt, sondern sich die Richtlinien an anderen Standards wie Fairtrade orientieren. Dennoch kann sich auch am Aufdruck GEPA fair plus orientiert werden.



## KAFFEE-KOOPERATIVEN

Zuletzt gibt es noch Kaffee-Kooperativen wie zum Beispiel Café Libertad oder die Kaffee-Kooperative. Kooperativen sind genossenschaftliche Zusammenschlüsse von

Kleinbäuer\_innen, die ihren Kaffee selbst-organisiert anbauen, weiterverarbeiten und exportieren.



**Café Libertad:** Arbeitet mit Kooperativen in Mexiko, Costa Rica, Kolumbien und Honduras zusammen. Durch kollektive Selbstorganisation steigern die Kooperativen die Wertschöpfung und schaffen gemeinschaftliche Strukturen in den Gemeinden.



Café Libertad Kollektiv –  
ein genossenschaftlicher  
Kollektivbetrieb



**Die Kaffee-Kooperative:** Sie hat das Ziel, den Bäuerinnen und Bauern mehr Mitspracherecht und komplette Verantwortung in der Kaffeeproduktion vom Anbau des Kaffees über die Verarbeitung, vor allem die Röstung und Verpackung zu geben, sodass diese als eigenes Unternehmen agieren und nicht nur Rohstofflieferant\_innen sind. Ein Fokus liegt auch auf der Gleichberechtigung und Stärkung von Frauen im Kaffeeanbau.



Kaffee-Kooperative – Deutsch-  
afrikanisches Social Business



## TEE

Ebenso wie beim Kaffeeanbau sind auch beim Anbau von Tee die Arbeitsbedingungen extrem schlecht – die Umwelt und Menschen leiden unter dem Einsatz von Pestiziden. Pestizidrückstände befinden sich auch in den Tees selbst, den die Verbraucher\_innen trinken.

Mit dem Kauf von Bio-Tee können die Reduzierung giftiger Spritzmittel unterstützt und die biologische Landwirtschaft gestärkt werden. Gleichzeitig ist der Tee dadurch weniger bis gar nicht pestizidbelastet. Neben dem Bio-Siegel sollte bei Tee auch auf faire Siegel geachtet werden.

Einige Beispiele hierfür sind:

### El Puente

**El Puente** handelt mit Tee von selbstverwalteten Kleinbäuer\_innenkooperativen und Familienbetrieben in Indien, Sri Lanka, Nepal und Ruanda. Sie orientiert sich dabei an den Standards der World Fair Trade Organization. 80 % des Lebensmittelsortiments ist bio-zertifiziert. Die Produkte können in Weltläden oder online gekauft werden.



El Puente — Fair Trade Tee



**teealternative.de**  
DIREKT – FAIR – NACHHALTIG

Die Initiativen **Teealternative** und die **Teekampagne** kaufen im direkten Handel bio-zertifizierten Tee von Plantagen in Indien, verschiffen ihn nach Deutschland und verkaufen ihn in Großpackungen an Verbraucher\_innen. Die meisten Plantagen sind nach Fairtrade-Standards zertifiziert. Allerdings ist die Teeauswahl sehr begrenzt.

### TEEKAMPAGNE

Mehr Informationen gibt es hier:



Genuss mit gutem Gewissen:  
Tee aus fairem Handel



## SÄFTE UND GETRÄNKE

Auch bei Säften und anderen Getränken sollte auf eine ökologische und faire Produktionsweise geachtet werden.

Die Produktion von Orangensaft beispielsweise geht oft mit problematischen Arbeitsbedingungen einher, teilweise wird von sklavenähnlichen Verhältnissen gesprochen. Arbeiter\_innen verdienen höchstens 6 Cent an einem Orangensaft aus dem Supermarkt für 89 Cent. Auch der Einsatz von Pestiziden und dadurch der Verlust von Biodiversität sind ein Problem. Deswegen ist beim Einkauf von Säften, genauso wie bei Kaffee und Tee, das Achten auf Bio- und Fairtrade-Siegel wichtig.



Quelle: Institut für Energie- und Umweltforschung Heidelberg



Orangensaft zum Frühstück?  
Menschen und Umwelt in Brasilien  
zahlen den Preis



Betrachtet man die Klimabilanz von 1.000 Liter Orangensaft, rechnet sich diese auf ca. 700 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalente. Apfelsaft aus deutschem Anbau hat im Vergleich dazu mit ca. 350 - 400 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalenten pro 1.000 Litern nur knapp die Hälfte der Emissionen. Auch bei Säften und Getränken kann sich also eine regionale und saisonale Verpflegung lohnen.

Eine Übersicht über die Umweltbilanz verschiedener Fruchtsäfte findet sich hier:



Institut für Energie- und  
Umweltforschung Heidelberg



Beim Kauf von Softdrinks sollte ebenfalls darauf geachtet werden, möglichst regionale Getränke zu beziehen. Große Konzerne wie Coca-Cola stehen immer wieder in der Kritik, Menschenrechte oder den Umweltschutz nicht einzuhalten.



BDKJ: Warum wir keine Coca-Cola  
trinken



Es sollten deswegen möglichst Getränke und Verpflegung von tarifgebundenen Unternehmen oder von Unternehmen bezogen werden, die sich zur Einhaltung der ILO-Kernarbeitsnormen verpflichtet haben.

Empfehlenswerte Getränkemarken sind unter anderem:

- Lemonaid
- Proviant
- Bionade
- 57wasser
- Viva con agua Mineralwasser

# LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG VERMEIDEN



## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- darauf zu achten, keine Lebensmittel zu verschwenden.
- vor Veranstaltungen darauf hinzuweisen, dass die Teilnehmer\_innen Brotdosen/ Frischhalteboxen mitbringen sollen.
- Kooperationen mit Foodsharing-Initiativen einzugehen.

Jährlich werden allein in Deutschland ca. 11 Mio. Tonnen Lebensmittel weggeworfen. Mit 59 % landet dabei in den privaten Haushalten mit Abstand am meisten Essen im Müll.



Bundeszentrum für Ernährung:  
Lebensmittelverschwendung  
vermeiden – Zu gut für die Tonne!



Aber auch schon in früheren Schritten der Nahrungsherstellung landet Essen aus unterschiedlichen Gründen im Müll. Lebensmittel, die für die Geschäftsstelle gekauft werden, sollten deswegen auch „Schönheitsfehler“ haben dürfen. In der Außer-Haus-Verpflegung wie in Kantinen, Mensen oder Restaurants entstehen Lebensmittelabfälle durch nicht aufgeessene Teller und übrig gebliebenes Essen auf Buffetss oder in der Essensausgabe.

Um dies zu vermeiden, sollten Frischhalteboxen für Essensreste in der Mittagspause oder bei Veranstaltungen mitgebracht bzw. bereitgestellt werden.

Sollten einzelne Lebensmittel übrigbleiben, finden sich hier verschiedene Rezepte zur Resteverwertung nach Kategorien wie Gemüse, Obst, Fleisch/ Fisch und so weiter:



Resteverwertung –  
Rezepte & Tipps



Weitere nützliche Apps für die Resteverwertung sind Restegourmet und Plant Jammer:



Resteverwertung per App:  
Diese 3 zeigen dir Rezepte

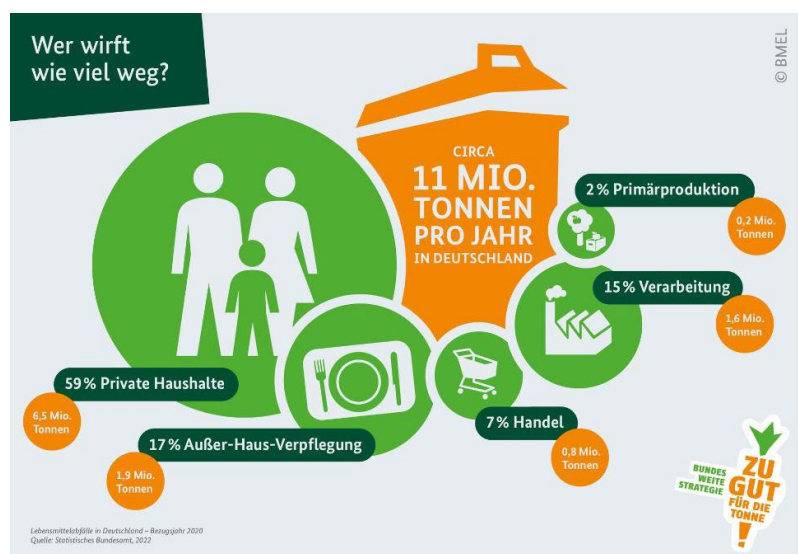


Initiativen wie Foodsharing setzen sich dafür ein, dass Lebensmittel mit Makel aus dem Handel nicht im Müll landen, sondern noch gegessen werden.

Mehr Infos und Gruppen in der Nähe finden sich hier:



foodsharing - Gemeinsam für mehr  
Lebensmittelwertschätzung



Quelle: Bundeszentrum für Ernährung



### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- bei der Auswahl von Lieferdiensten ausschließlich auf tarifgebundene Anbieter\_innen zurückzugreifen.
- sich regelmäßig über die Arbeitsbedingungen bei Lieferdiensten zu informieren und sich für diejenigen Lieferdienste entscheiden, die am besten abschneiden.

Besonders in Städten ist es sehr praktisch, die Verpflegung auf Veranstaltungen über Lieferdienste wie Lieferando, Wolt oder Gorillas zu organisieren. Häufig sind die Kurierfahrer\_innen mit dem Fahrrad unterwegs. Es gibt immer wieder Hinweise darauf, dass die Arbeitsbedingungen bei vielen Lieferdiensten sehr schlecht sind: fehlender Arbeitsschutz, befristete Verträge, keine Betriebsräte oder ähnliches, zu niedrige Löhne und zu wenig Pausen. Auch wenn sich in den letzten Jahren vor allem durch Streiks einiges verbessert hat, ist die Situation sicher noch nicht ideal.

Folgende Übersicht stammt aus dem Fairwork Report in Deutschland für 2021:

Der ausführliche Report mitsamt den Vergleichskriterien findet sich hier:

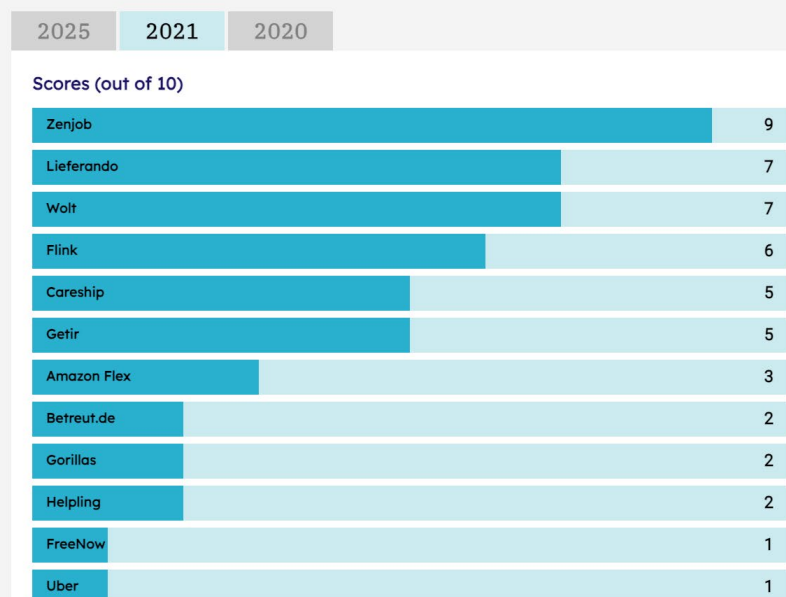


Fairwork – Report Lieferdienste  
Deutschland



Da sich seit der Erstellung des Reports 2021 an den Arbeitsbedingungen einiges verändert hat und beispielsweise Kurierfahrer\_innen, die von Restaurants selbst angestellt sind, im Bericht nicht berücksichtigt werden, sollte immer im Einzelfall geprüft werden, über welche Anbieter Essen oder Lebensmittel beschafft werden. Falls es möglich ist, kann Essen selbst abgeholt oder eingekauft werden.

### Germany



Quelle: Institut für Energie- und Umweltforschung Heidelberg



# EMISSIONSREDUKTION IN DER GESCHÄFTSSTELLE

## MOBILITÄT

### MOBILES ARBEITEN FÖRDERN



#### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- Arbeiten im Homeoffice an so vielen Tagen wie sinnvoll für die Mitarbeiter\_innen zu ermöglichen.
- Die Digitalisierung voranzutreiben, damit mobiles und papierfreies Arbeiten einwandfrei möglich ist.

Anfahrten ins Büro per Auto oder auch ÖPNV verursachen Emissionen. Eine einfache Lösung, im Punkt Mobilität Energie zu sparen, ist es darum, Arbeiten aus dem Homeoffice zu ermöglichen.

Das Einsparpotenzial an Emissionen ist bei dieser Maßnahme erstaunlich groß: Würden 40 % aller Arbeitnehmer\_innen langfristig nur zwei Tage wöchentlich im Homeoffice arbeiten, würden jährlich ganze 5,4 Millionen Tonnen CO<sub>2</sub> eingespart. Das sind fast genauso viele Emissionen wie 40 Millionen One-Way-Flüge zwischen London und Berlin freisetzen würden.

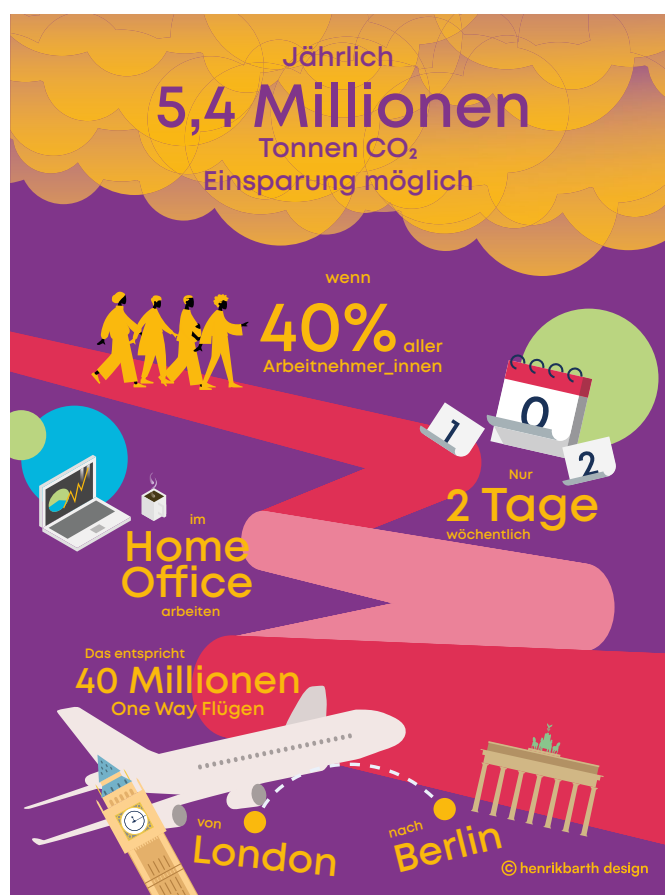


Home Office - mehr Nachhaltigkeit für dich und die Umwelt



Als zusätzlicher nachhaltiger Bonus im Homeoffice kommt dazu, dass durch das Essen zu Hause häufig auch weniger Plastikmüll verbraucht wird und Ressourcen wie Druckerpapier seltener benutzt werden. Auch die Einsparung durch die wegfallende Nutzung der Bürogebäude ist signifikant. Arbeiten mehr Menschen von zu Hause aus, werden nicht so viele Schreibtische und Arbeitsplätze und damit auch weniger Büroraum benötigt.

Dies senkt nicht nur den Energieverbrauch, sondern auch Kosten für die Geschäftsstelle signifikant.



Quelle: gopandoo.de

# FAHRTEN INS BÜRO SOWIE DIENSTREISEN UND FAHRRADMOBILITÄT



## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- zusätzliche Emissionen durch Anreisen mit Pkw zu vermeiden.
- Anreize für Mitarbeiter\_innen zu schaffen, den ÖPNV für Hin- und Rückfahrt zum Büro sowie Dienstreisen zu nutzen.
- nach Möglichkeit ein Jobticket/Deutschlandticket für die Mitarbeiter\_innen zu ermöglichen.
- Flugreisen für internationale Veranstaltungen nur wahrzunehmen, wenn es keine realistische Möglichkeit gibt, mit Bus oder Bahn anzureisen oder digital teilzunehmen.
- E-Bike Leasing für Mitarbeiter\_innen anzubieten, beispielsweise über Jobrad oder Dienstrad.
- Unternehmensrad/-räder für regelmäßige Kurzstrecken anzuschaffen, ggf. E-Lastenrad mit Förderung.
- möglichst überdachte Fahrradabstellmöglichkeiten bereitzustellen.

Die Nutzung von ÖPNV, Fahrrad und Fußwegen sind Möglichkeiten, im täglichen Arbeitsalltag effektiv CO<sub>2</sub>-Emissionen einsparen zu können. Unterschieden werden kann dabei zwischen Hin- und Rückfahrt zu und vom Büro (es sei denn, es wird im Homeoffice gearbeitet, s.o.) und die An- und Abreise zu externen Veranstaltungen oder Meetings.

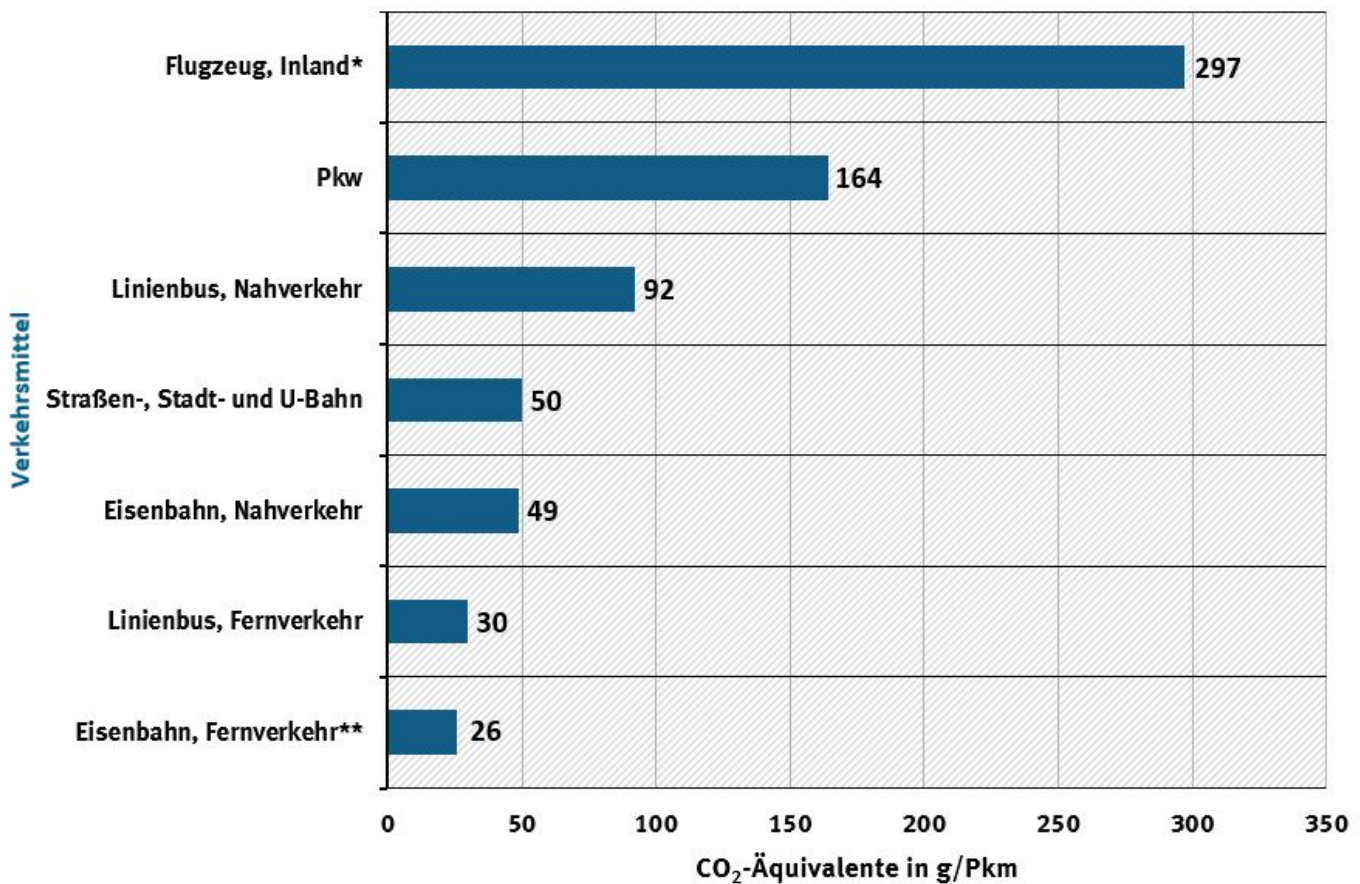
Wichtig ist, dass Anreize für die Mitarbeiter\_innen geschaffen werden, auf dem Weg ins Büro oder zu Dienstreisen den ÖPNV oder ein Fahrrad statt des eigenen Pkws zu nutzen. Dies kann z.B. durch die Übernahme oder eine Beteiligung an den Kosten für ein Ticket für den ÖPNV erfolgen.

Voraussetzung dafür ist, dass eine gute Anbindung durch den ÖPNV gegeben ist. Für kürzere Strecken können Jobräder oder E-Bike-Leasing angeboten werden. Um die Nutzung von Fahrrädern attraktiver zu gestalten, sollten überdachte Fahrradabstellmöglichkeiten sowie ein Raum zum Umziehen und ggf. Duschen bereitgestellt werden.

Bei Dienstreisen sollte zunächst geprüft werden, ob die Nutzung des ÖPNV der Nutzung eines Pkws vorgezogen werden kann.

Anbei eine Übersicht mit dem Einsparpotenzial, das sich durch die Nutzung des ÖPNV anstelle des Pkws ergibt:

## Vergleich der durchschnittlichen Treibhausgas-Emissionen einzelner Verkehrsmittel im Personenverkehr in Deutschland 2023: Linien- und Individualverkehr



g/Pkm = Gramm pro Personenkilometer; Treibhausgase CO<sub>2</sub>, CH<sub>4</sub> und N<sub>2</sub>O angegeben in CO<sub>2</sub>-Äquivalenten gemäß AR5 (5. Sachstandsbericht des IPCC) inkl. der Emissionen aus Bereitstellung und Umwandlung der Energieträger in Strom, Benzin, Diesel, Flüssig- und Erdgas sowie Kerosin  
 \* inkl. Nicht-CO<sub>2</sub>-Effekte, EWF 1,5 (auf Basis von "Software für a simplified estimation of CO2 equivalents of individual flights" (Climate Change 27/2024); nationaler Luftverkehr der Hauptverkehrsflughäfen  
 \*\* Die in der Tabelle ausgewiesenen Emissionsfaktoren für die Bahn basieren auf Angaben zum durchschnittlichen Strom-Mix in Deutschland. Emissionsfaktoren, die auf unternehmens- oder sektorbezogenen Strombezügen basieren (siehe z. B. den „CO<sub>2</sub>Kompass“ der Deutschen Bahn AG), weichen daher von den in der Grafik dargestellten Werten ab.

Quelle: Umweltbundesamt, TREMOD 6.61c vom 31.01.2025

Quelle: Umweltbundesamt

Eine Beispielrechnung: Fährt eine Mitarbeiterin jeden Tag 10 Kilometer mit dem Auto zur Arbeit, stößt sie dabei 377 kg CO<sub>2</sub> pro Jahr aus. Nutzt sie stattdessen beispielsweise die Eisenbahn im Nahverkehr, reduziert sich dieser Wert um mehr als die Hälfte: Nur noch 112 kg CO<sub>2</sub> pro Jahr werden ausgestoßen.

Flugreisen sollten nach aller Möglichkeit vermieden werden. Viele internationale Ziele innerhalb Europas lassen sich auch mit Bus und Zug erreichen. Auch sollte die Alternative in Erwägung gezogen werden, digital an der Veranstaltung teilzunehmen. Nur bei fehlender Möglichkeit, mit klimafreundlichen Verkehrsmitteln das Ziel zu erreichen oder digital teilzunehmen, sollte eine Flugreise genehmigt werden.

## FAHRGEMEINSCHAFTEN FÖRDERN UND CARSHARING NUTZEN

Manchmal ist die Nutzung eines Autos unabdingbar und der ÖPNV, das Fahrrad oder der Fußweg stellen keine geeignete und realistische Alternative dar. In diesem Fall gibt es immer noch Möglichkeiten, die eigene Fahrt mit dem Auto so ökologisch und nachhaltig wie möglich zu machen.

Das Bilden von Fahrgemeinschaften ist dabei die erste offensichtliche Möglichkeit. Je mehr Menschen zusammen in einem Auto fahren und dafür ihr eigenes Auto stehen lassen, umso mehr CO<sub>2</sub> kann gespart werden. Wichtig ist, dass die Mitarbeiter\_innen regelmäßig daran erinnert werden, diese Option wahrzunehmen und sie über den ökologischen (und auch preislichen) Nutzen aufzuklären. Eine (digitale) Liste im Büro mit möglichen Fahrgemeinschaften sowie Daten und Orten, an denen Personen mitgenommen werden können, erleichtern die Organisation. Es besteht auch die Möglichkeit, einen besonderen Anreiz zu mehr nachhaltigem Verhalten zu setzen, indem die Fahrtpauschale erhöht wird, je nachdem, wie viele Personen auf der eigenen Fahrt mitgenommen worden sind.

Die Nutzung von Carsharing-Plattformen bildet eine andere Möglichkeit, Autofahrten nachhaltiger zu gestalten. Hierbei handelt es sich um eine gemeinschaftlich organisierte Nutzung von Autos durch einen Rahmenvertrag. Der Unterschied zur konventionellen Autovermietung besteht unter anderem darin, dass das Auto auch nur für wenige Stunden oder Minuten benutzt und gemietet werden kann.

Die Nutzung von Carsharing hat mehrere positive Effekte auf Gesellschaft und Umwelt. Wird das Konzept des Carsharings von ausreichend vielen Menschen genutzt, kann es dafür sorgen, den Straßenverkehr deutlich zu entlasten. Weniger Menschen wären auf den Besitz eines eigenen Autos angewiesen, was auch bedeutet, dass weniger hergestellt werden. Das Freiwerden von Parkplätzen und Fläche käme dem Fuß- und Fahrradverkehr sowie der Gestaltung einer menschenfreundlichen Stadt zugute. Mitarbeiter\_innen

sollten also neben der Option der Fahrgemeinschaften auch über die Möglichkeit der Nutzung von Carsharing aufgeklärt werden. Im Internet finden sich unterschiedliche Anbieter, auf deren Seite sich einsehen lässt, ob sich in eigener Nähe die Möglichkeit zum Carsharing befindet. Weitere Informationen zu dem Thema gibt es beim Bundesverband Carsharing.



Was ist Carsharing? | bcs  
Bundesverband Carsharing e.V.



Zu guter Letzt hat auch der Fahrstil einen Einfluss auf die Tatsache, wie umweltfreundlich oder wie schädlich die eigene Autofahrt wird. Es sollte darauf geachtet werden, möglichst mit niedrigen Drehzahlen zu fahren, das Auto also früh hochzuschalten. Das spart Sprit und schont Geldbeutel und Umwelt.

Zudem sollte unnötiges Beschleunigen und Abbremsen vermieden werden, der Reifendruck regelmäßig überprüft werden und der Motor nicht im Leerlauf angelassen werden. Es sollte sich an dem Tempolimit von 120 km/h auf Autobahnen und 80 km/h auf Landstraßen orientiert werden. Die Einsparmöglichkeiten verschiedener Tempobegrenzungen zeigt folgende Grafik:

Weitere Informationen zu umweltfreundlicherem Autofahren gibt es hier:



oekoside.de — Umweltfreundlich  
Autofahren



# EMISSIONSREDUKTION IN DER GESCHÄFTSSTELLE BESCHAFFUNG

## NACHHALTIGE TECHNIK UND ANSCHAFFUNGEN



### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- ältere elektronische Geräte auf Effizienz zu überprüfen und ggf. durch effizientere neue Geräte auszutauschen.
- wenn möglich und sinnvoll bei der Anschaffung auf gebrauchte Geräte oder B-Ware zurückzugreifen.
- bei Anschaffung von Technik auf nachhaltige Siegel wie zum Beispiel das TCO-Siegel zu achten und Produkte mit fairen Produktionsbedingungen zu bevorzugen.
- möglichst nur Produkte von Unternehmen zu beziehen, die sich der Einhaltung der ILO-Kernarbeitsnormen verpflichtet haben.
- neue Anschaffungen im Allgemeinen immer in ihrer Notwendigkeit zu hinterfragen.
- aussortierte Elektronik nach Möglichkeit nicht wegzuschmeißen, sondern zu verkaufen oder zu verschenken.

Technische Geräte kommen in verschiedenster Form im Arbeitsalltag und bei Veranstaltungen zum Einsatz. Seien es Laptops, Beamer, Drucker, Handys, Monitore, Kameras oder sonstige Geräte – sowohl in puncto Energieeffizienz, Ressourcennutzung oder fairer Produktion gibt es Unterschiede zwischen Geräten.

Besonders viel Strom verbrauchen vor allem große Haushaltsgeräte wie zum Beispiel Kühlschränke. Sind diese bereits veraltet, sollte der Kauf eines neuen Gerätes in Erwägung gezogen werden – moderne Geräte weisen eine deutlich bessere Energieeffizienz auf. Die Energieeffizienzklasse gibt Aufschluss darüber, wie es um den Energieverbrauch eines Gerätes steht. Informieren kann man sich unter anderem auf der Seite des Umweltbundesamtes:



Umweltbundesamt:  
Energieverbrauchskennzeichnung





Den größten Teil der Klima- und Umweltbilanz macht die Herstellung elektronischer Produkte aus. Ein Beispiel: In der gesamten Lebenszeit eines Handys entstehen drei Fünftel der CO<sub>2</sub>-Emissionen bei dessen Herstellung.



Smartphone, Notebook, Tablet, Fernseher kaufen – nachhaltig?



Deswegen: Wann immer neue technische oder elektronische Geräte gekauft werden, ist es fast immer die nachhaltigste Option, diese gebraucht zu kaufen. Handys sind ein klassisches Beispiel für Elektronik, die für ihre Herstellung viele Rohstoffe benötigen, welche selten und nicht regenerativ sind. Zudem geht der Abbau dieser Rohstoffe häufig mit problematischen Arbeitsbedingungen, hoher Umweltverschmutzung, Menschenrechtsverletzungen sowie Bergen von Elektroschrott einher. Ein gebrauchtes Gerät zu kaufen, stellt in diesem Fall eine deutlich nachhaltigere Möglichkeit dar. Es gibt mittlerweile viele Anbieter, die gebrauchte Kleinelektronik (Handys, Kopfhörer, Laptops, Tablets, ...) auf ihre Tauglichkeit überprüfen und gegebenenfalls mangelhafte Einzelteile mit neuen ersetzen. Eine Übersicht über die besten Second Hand-Anbieter für Kleinelektronik gibt es hier:



Gebrauchte Elektronik:  
Refurbished, nachhaltig, fair



Auch B-Ware kann eine gute nachhaltige Alternative sein. Meistens handelt es sich bei B-Ware um Produkte, die technisch einwandfrei funktionieren, jedoch kleinere optische Mängel vorweisen oder z.B. vorab als Ausstellungsware auf Messen benutzt wurden.

Es lohnt sich außerdem, bei der Anschaffung von Elektronik auf nachhaltige Siegel zu achten. Das bekannteste und am weitesten verbreitete Siegel stellt der EnergyStar dar. Dessen Aussagekraft wird jedoch von Expert\_innen wie Germanwatch kritisiert, da es zu niedrige Anforderungen, mangelnde Prüfungsinstanzen sowie fehlende Kriterien zu Umweltverträglichkeit und sozialer Nachhaltigkeit hat.



Quelle: utopia.de



Energy Star: Das Energie-Siegel für Elektrogeräte



Stattdessen empfohlen wird etwa das TCO-Siegel aus Schweden, das hohe Standards setzt und auch Umweltschutz sowie menschenwürdige Arbeit in die Kriterien miteinschließt. Auch an dem Nordic Ecolabel können sich Verbraucher\_innen orientieren.



## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- eine Produktion von überflüssigem Merchandise in Form von Wegwerfprodukten zu vermeiden.
- bei Textilien, Geschenken oder Druckartikeln auf nachhaltige und faire Siegel sowie Materialien zu achten.
- Merchandise im Idealfall nur auf Nachfrage herauszugeben.

Merchandise gibt es in allerlei erdenklicher Form: Seien es Stifte, Schreibblöcke, USB-Sticks, Sticker, Tassen, Powerbanks und vieles mehr. Als Werbung für die eigene Organisation und als gut gemeinte nützliche Aufmerksamkeit an die Gäste sind Give-aways auf vielen Veranstaltungen zu finden.

Dennoch sollte sich bei der Produktion von Merchandise stets gefragt werden, ob deren Herstellung und Verteilung wirklich notwendig ist und einen tatsächlichen Nutzen hat. Brauchen die Gäste wirklich noch eine weitere Tasse mit Verbands-Logo? Wird eventuell sogar Merchandise produziert, das einem reinen Wegwerfprodukt gleicht?

Als Alternative zu den „klassischen“ Merchandise-Ideen kann auf kreative und nachhaltige(re)s Merchandise und Give-aways zurückgegriffen werden: Seedbombs, Bienenwachstücher, Pflanzensamen-Sets oder Metall- oder Glastrinkflaschen sind einige Beispiele.

Bei allen Geschenken sollte ansonsten auf Siegel geachtet werden, die eine nachhaltige und sozial gerechte Herstellung des Produktes belegen können. Für Elektronik werden dabei, wie oben bereits beschrieben, das TCO-Siegel sowie das Nordic Ecolabel empfohlen. Bei Textilien kann sich laut Greenpeace-Ratgeber an den Labels „IVN Best“, „GOTS“ sowie „Made in Green“ orientiert werden. Nähere Erläuterungen zu nachhaltigen Textillabels finden sich hier:



Textil-Siegel im  
Greenpeace-Check



Bei Holzprodukten rät der BUND dazu, auf das Naturland- und FSC-Siegel zu achten:



Holz ökologisch kaufen und  
verwenden



Eine sehr nachhaltige Möglichkeit im Falle von Merchandise ist es, dieses nur zu produzieren und zu verschicken, wenn es aktiv nachgefragt wird. Dies kann zum Beispiel über ein Bestellformular auf der Homepage passieren.



### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- zu vermeiden, dass es Druckmaterialien im Überschuss gibt, die dann weggeworfen werden müssen.
  - Publikationen im Idealfall nur auf Nachfrage zu drucken und digitale Versionen als Standard zu nehmen.
  - bei Druck von Materialien im Idealfall zunächst eine kleinere Menge drucken zu lassen und ggf. einen zweiten Schub nachzudrucken.
- bei der Auswahl von Druckereien sowie beim Eigendruck auf die Nutzung von nachhaltigem Papier sowie ökologischer Farbe zu achten und sich an nachhaltigen Siegeln zu orientieren.

Ausgedruckte Protokolle, Berichte oder sonstige Arbeitsdokumente werden dank Digitalisierung im Arbeitsalltag immer weniger. Dennoch sind gedruckte Dokumente in manchen Teilen einer Geschäftsstelle noch immer relevant, wie etwa in der Buchhaltung.

Auch in der Öffentlichkeits- und Pressearbeit werden Publikationen wie Broschüren, Flyer oder Handreichungen häufig gedruckt. Und im privaten Bereich ohnehin: 250 kg Papier verbraucht eine Person jährlich in Deutschland pro Kopf.



Nachhaltig drucken – 4 Tipps für Privatpersonen und Unternehmen



**250 kg  
Papier  
jährlich**

pro Person  
in Deutschland

≈

**Eine Fichte**

ca. 550 kg Holz

bei 2,2 kg Holz / 1 kg Papier



© henrikbarth design

Quelle: autarkia.info



Ebenfalls kann bei der gewünschten Menge an Exemplaren immer nachbestellt werden: Im Zweifelsfalle sollte also zunächst eine geringere Menge gedruckt werden, die dann im Anschluss immer noch erhöht werden kann.

Noch idealer wäre es, digitale Versionen direkt zum Standard zu machen und gedruckte Exemplare nur auf Nachfrage herzustellen. Dies könnte über ein Online-Bestellformular umgesetzt werden.

Bei der Auswahl von Druckereien, aber natürlich auch bei dem eigenen Drucker, sollte auf einige ökologische und nachhaltige Standards geachtet werden.

Papier mit dem Siegel „Blauer Engel“ gilt als am umweltfreundlichsten. Es handelt sich dabei um wiederverwertetes Altpapier, Pappe oder Karton, für das kein Baum gefällt werden muss. In seiner Herstellung ist es deutlich wasser- und energieschonender und kommt mit weniger Bleichmitteln aus. Neben dem „Blauen Engel“ sind das FSC-

sowie das PEFC-Zertifikat und der „Cradle to Cradle“-Standard empfehlenswerte Siegel.

Beim Bedrucken des Papiers selbst sollte auf einen beidseitigen Druck geachtet werden. Nach Möglichkeit können auch mehrere Seiten pro Blatt gedruckt werden, um Papier zu sparen.

Auch die genutzte Farbe beim Drucken kann einen Unterschied machen. Die aktuell am meisten genutzten Druckerfarben enthalten häufig Bindemittel, welche zu großen Teilen aus Mineralölen und aus Additiven bestehen. Diese Inhaltsstoffe sind deswegen unökologisch, weil sie nicht abbaubar, nicht regenerativ und wasserunlöslich sind. All diese Eigenschaften gibt es bei nachhaltigen Farben auf Pflanzenölbasis nicht. Diese sind mineralölfrei und bestehen vollständig aus pflanzlichen Ölen, etwa Soja oder Leinen.

Um Müll zu vermeiden, sollte bei der Auswahl von Druckerpatronen nachfüllbare Patronen bevorzugt werden.

## Eine kleine Siegelkunde: Papier



**Blauer Engel:** Das umweltfreundlichste Siegel. Es handelt sich dabei um wiederverwertetes Altpapier, Pappe oder Karton, für das kein Baum gefällt werden muss. In seiner Herstellung ist es deutlich wasser- und energieschonender und kommt mit weniger Bleichmitteln aus.



**FSC-Zertifikat:** Das Holz von Möbeln, Spielzeugen, Büchern, Schulheften oder Bleistiften mit FSC-Siegel kommt aus Wäldern, die verantwortungsvoller bewirtschaftet werden. Es handelt sich um ein internationales Zertifizierungssystem für nachhaltigere Waldwirtschaft, die nach strengeren ökologischen und sozialen Prinzipien bewirtschaftet werden.



**PEFC-Zertifikat:** PEFC wurde als ein europäisches Zertifizierungssystem initiiert und ist mittlerweile in verschiedenen Regionen der Welt verbreitet. Im Vergleich zum FSC-Zertifikat setzt PEFC stärker auf regionale Strukturen, FSC ist jedoch strenger in den Sozial- und Umweltstandards.



**Cradle-to-Cradle:** Cradle to Cradle beschreibt einen Ansatz für eine konsequente und durchgängige Kreislaufwirtschaft. Um eine Zertifizierung zu erhalten, werden Produkte anhand der Kriterien Materialgesundheit, Kreislauffähigkeit, Einsatz von erneuerbaren Energien, verantwortungsvoller Umgang mit Wasser und soziale Gerechtigkeit bewertet.



## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- Listen von Anbieter\_innen für nachhaltiges Büromaterial zu erstellen.
- bei der Anschaffung von Büromöbeln Anbieter\_innen und Shops mit nachhaltigen Möbeln zu bevorzugen oder gebrauchte Möbel zu kaufen.
- Büromaterialien anzuschaffen, die möglichst langlebig und wiederbenutzbar sind.
- aussortierte Möblierung nach Möglichkeit nicht wegzuerwerfen, sondern zu verkaufen oder zu verschenken.

Neben Druckmaterialien, Technik und Merchandise gibt es andere Gegenstände und Materialien, die häufig für den Büroalltag beschafft werden: Dies können Whiteboards sein, Büromaterialien wie Schreibunterlagen, Ordner, Dekoration oder Büromöbel wie Tische und Stühle.

Im Allgemeinen gilt, dass, wie in allen anderen Fällen zunächst die Frage gestellt werden sollte, ob eine Anschaffung zwingend notwendig ist. Falls ja, sollte stets die Möglichkeit in Erwägung gezogen werden, Möbel oder Büromaterialien gebraucht anzuschaffen, um ressourcenschonend zu agieren. Falls dies nicht möglich sein sollte, gilt es, darauf zu achten, dass die Anschaffungen möglichst langlebig und wiederbenutzbar oder wiederauffüllbar sind.

Bei der Auswahl der Anbieter\_innen sollten nachhaltig produzierende Händler\_innen bevorzugt werden. Utopia bietet eine gute Übersicht an Shops für nachhaltigen Bürobedarf an:



Shops für nachhaltigen Bürobedarf



Bei der Anschaffung von Möbeln sollten, falls keine gebrauchten Möbel gekauft werden können, nachhaltige Möbelhändler bei der Auswahl an Verkäufer\_innen priorisiert werden.

Dadurch lässt sich vermeiden, dass Holz aus problematischen Abbaubedingungen oder gesundheits- und umweltschädigende Schadstoffe in dem gekauften Mobiliar vorhanden sind. Auch zu diesem Thema stellt Utopia eine gute Übersicht aus Shops für nachhaltige Möbel zusammen:



Nachhaltige Möbel & Öko-Möbel:  
Shops & Anbieter



Die Produzent\_innen der Liste produzieren größtenteils Möbel aus Massivholz und mit öko-zertifizierten Rohstoffen.

Sollten Möbel aussortiert werden, können diese zum Beispiel über Online-Börsen verkauft oder verschenkt werden.



## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- den Papierverbrauch soweit es geht zu reduzieren und in bestimmten Bereichen aufzuheben.
  - Mitarbeiter\_innen für einen sparsamen Umgang mit Papier zu sensibilisieren.
  - anstatt Trockentüchern auf dem WC vorzugsweise einen Jetstream Heißlufttrockner oder Stoffhandtuchspender zu nutzen.
  - auf Küchenrolle im Idealfall komplett zu verzichten und stattdessen Stofftaschentücher oder Schwammtücher zu verwenden.
- Papier aus nachhaltigen Quellen zu beziehen und Papier oder Tücher mit umweltschädigenden Inhalten zu meiden.
  - anstatt Frischfaser-Toilettenpapier, -Servietten und -Küchenrollen Recyclingpapier mit dem Blauen Engel-Zertifikat zu kaufen.
  - auf Mikrofasertücher zu verzichten und stattdessen umweltfreundliche Bambustücher zu verwenden.
  - für Bürobedarf vorzugsweise Hanf- oder Recyclingpapier zu nutzen.

Siebenmilliarden Küchenrollen jährlich – das wäre das Ergebnis, wenn man den gesamten jährlichen Verbrauch an Küchenpapier, Taschentüchern und Klopapier in Deutschland zusammenrechnet. Würde man diese Küchenrollen abwickeln, könnte man die Erde 2.100-mal umwickeln.

Laut WWF (Stand 2021) fällt fast jeder zweite Baum, der abgeholzt wird, für die Papierproduktion.

Das Umweltbundesamt fasst das ernüchternd zusammen: „Wir spülen damit unsere Wälder ins Klo“.

**„Wir spülen  
damit unsere  
Wälder ins Klo.“**

– Umweltbundesamt

Nicht nur gibt es die Problematik, dass viele Hygienepapiere im Alltag reine Wegwerfprodukte sind. Die Papierherstellung ist auch mit einem hohen Wasserverbrauch und einer Verwendung von Energie und Chemikalien (z.B. für das Bleichen des Papiers) verknüpft. Woher das Holz kommt, lässt sich ohne zertifizierte Siegel außerdem schwer sagen. Die illegale Abholzung von Tropen- und Urwäldern stellt in diesem Zusammenhang ein großes Problem dar.

Dies alles sollte Anlass geben, unseren Umgang mit jeglicher Art von Hygienepapier in Form von Küchenrolle, Toilettenpapier, Servietten, Trockentüchern, aber auch etwa Putztüchern neu zu denken.

Ein Wechsel zu Recyclingpapier ist dabei ein zentraler erster Schritt. Das Siegel „Blauer Engel“ stellt dabei das qualitativ hochwertigste Zertifikat dar. Bei der Verarbeitung von Recyclingpapier werden laut Umweltbundesamt etwa 50 Prozent weniger Energie und nur rund 33 Prozent der Wassermenge verbraucht. Ein von vielen Seiten empfohlenes Toilettenpapier stellt in dieser Kategorie die Marke „Goldeimer“ dar.

Das Unternehmen in Verantwortungseigentum verkauft Klopapier mit Blauem Engel-Zertifikat und unterstützt mit den Einnahmen soziale Projekte für globale, nachhaltige Sanitärwende.

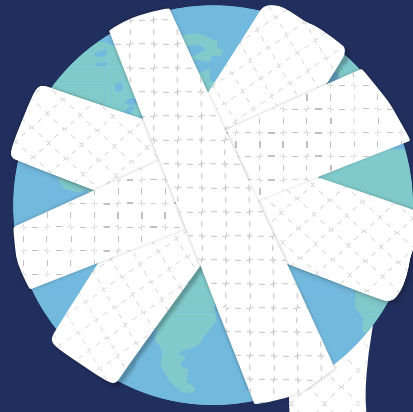


Wie nachhaltig ist Toilettenpapier?



# 7 Milliarden Küchenrollen jährlich

wenn man den gesamten jährlichen Verbrauch an Küchenpapier, Taschentüchern und Klopapier in Deutschland zusammenrechnet.



Damit könnte man  
**2.100 Mal**  
die Erde mit  
Küchenrolle  
umwickeln

© henrikbarth design

Quelle: utopia.de

Küchenpapier ist zwar praktisch, im Endeffekt leider aber ein reines Wegwerfprodukt. Einmal im Müll gelandet, kann es in der Regel nicht recycelt werden, es ist für den Wertstoffkreislauf verloren. Es gibt allerdings umweltfreundliche Alternativen. Das Umweltbundesamt rät etwa: „Nutzen Sie papierfreie Alternativen wie waschbare Stofftaschentücher, Stoffhandtücher und Stoffservietten, Schwammtücher oder Wischtücher.“ Dies bringt sogar zusätzliche Vorteile mit sich: eine längere Lebensdauer und dadurch weniger Kosten, mehr Saugkraft und Reißfestigkeit.

Wenn es um Putz- oder Reinigungstücher geht, können ebenfalls einige Aspekte beachtet werden. Herkömmliche Reinigungstücher bestehen meist aus Materialien wie Mikrofasern, die aus Mikroplastik-Partikeln bestehen. Sie können deswegen nicht natürlich abgebaut werden.

Zudem lösen sich bei jedem Waschgang Mikroplastik-Teile ab und gelangen überall in die Umwelt. Eine Folge davon sind zum Beispiel verschmutzte Meere.

Eine Alternative zu Mikrofasertüchern stellen Bambustücher dar. Bambus ist ein schnell nachwachsender Rohstoff und kommt, anders als Baumwolle, meist ohne zusätzliche Bewässerung und toxische Spritzmittel aus.

Eine weitere Art von Papier, die im Büro- und Veranstaltungsalltag genutzt wird, ist Trockenpapier. Auch dieses ist ein reines Wegwerfprodukt. Papier- und Baumwolltücher können als Alternative herhalten. Noch ökologischer, da ressourcenschonend und emissionsärmer, ist jedoch ein Heißlufttrockner. Es bestehen durch dessen Nutzung keine hygienischen Nachteile.



Welche Handtrocknung ist die umweltfreundlichste?





## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- unnötige Umweltverschmutzung sowie Gesundheitsgefährdung durch Spül-, Putz- und Waschmittel zu vermeiden.
- ökologische Reinigungs-, Putz- und Waschmittel zu verwenden.
- auf sparsame Dosierung von Putz- und Reinigungsmitteln zu achten.
- auf aggressive Reinigungsmittel für verstopfte Abflüsse, Backofenreinigung o.Ä. zu verzichten.
- auf Duftsteine und Duftsprays in der Toilette zu verzichten.
- auf antibakterielle Reiniger zu verzichten.

Jährlich werden über 630.000 Tonnen Reinigungsmittel in Deutschland gekauft, Tendenz steigend. Die Chemikalien dieser Putzmittel gelangen ins Abwasser und können nicht immer in der Kläranlage abgebaut werden. Viele dieser Inhaltsstoffe sind giftig für Wasserorganismen.



NABU – Umweltfreundlicher Putzen



den giftigen Substanzen kommen, müssen einen ähnlich schädlichen Effekt auf die Gesundheit erwarten wie beim Rauchen von 20 Zigaretten am Tag. Putzen mit chemischen Reinigungsmitteln schwächt das Immunsystem und kann Hauterkrankungen wie Neurodermitis hervorrufen sowie Allergien verursachen.



SWR – Wie Putzmittel krank machen können



Aber nicht nur der Umwelt schaden chemische Reinigungsmittel, sondern auch unserer Gesundheit. Eine Langzeitstudie der norwegischen Universität Bergen fand heraus, dass regelmäßiges Putzen mit aggressiven Substanzen die Lungenfunktion verschlechtert. Reinigungskräfte, die in ständigen Kontakt mit

Ökologische Reinigungsmittel sind eine wichtige Alternative, um diesen Effekten entgegenzuwirken. Sie werden aus natürlichen Rohstoffen hergestellt und beinhalten keine Chemikalien. Deswegen belasten sie Umwelt und Gesundheit weniger.

# 630.000 Tonnen Reinigungsmittel jährlich gekauft

Die Chemikalien dieser Putzmittel gelangen ins Abwasser und können nicht immer in der Kläranlage abgebaut werden.

© henrikbarth design

Quelle: nabu.de

Beim Kauf von ökologischen Reinigern sollte auf das Zertifikat des „Blauen Engels“ oder das Europäische Umweltzeichen „EU Ecolabel“ geachtet werden. Für biobasierte Reinigungsmittel gilt das Ecocert-Label als das zuverlässigste. Bei Letzteren sollte darauf geachtet werden, dass keine Limonene oder andere gewässer-schädigende Parfüme verwendet werden.

Es gibt einige Reinigungsmittel, die derart toxisch sind, dass auf ihre Verwendung im Idealfall komplett verzichtet werden sollte. Ätzende WC- und Rohrreiniger sowie Backofensprays beispielsweise sind die giftigsten Haushaltsreiniger. Als alternative Hilfe bei verstopften Abflüssen wirken Saugpumpen, -glocken oder -spiralen oft sogar besser als Chemie. Glaskeramikreiniger enthalten Mikroplastikpartikel. Mit einem Ceranfeld-Schaber können eingebrannte Flecken weggekratzt werden. Auch Duftsteine für das WC sind schädlich. Sie besitzen keine Reinigungswirkung und sorgen lediglich für ein angenehmes Geruchsklima, befördern aber mit jedem Spülvorgang schädliche Chemikalien in den Abfluss.

Auch auf sogenannte „antibakterielle“ Reinigungsmittel sollte verzichtet werden. Die



Quelle: greenpeace.at

ohnehin schädlichen Inhaltsstoffe sind in diesen Produkten meist noch stärker dosiert. Zudem töten diese Putzmittel harmlose Keime ab, was dem Immunsystem schaden und Allergien auslösen kann. Und: Die Nutzung dieser Putzmittel kann die Bildung multiresistenter Keime begünstigen.

### Für den Putzalltag und detailliertere Tipps:

Bestenlisten von Utopia für nachhaltige Putzmittel:



Badreiniger auf natürlicher Basis



Die besten Öko-Spülmaschinentabs



Frosch, Sodasan, Denk mit: Öko-Test hat 20 Glasreiniger getestet



Waschmittel: Ökologisch Wäsche waschen



Die besten Spülmittel





# EMISSIONSREDUKTION IN DER GESCHÄFTSSTELLE

## SONSTIGES

### NACHHALTIGES BANKKONTO



#### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

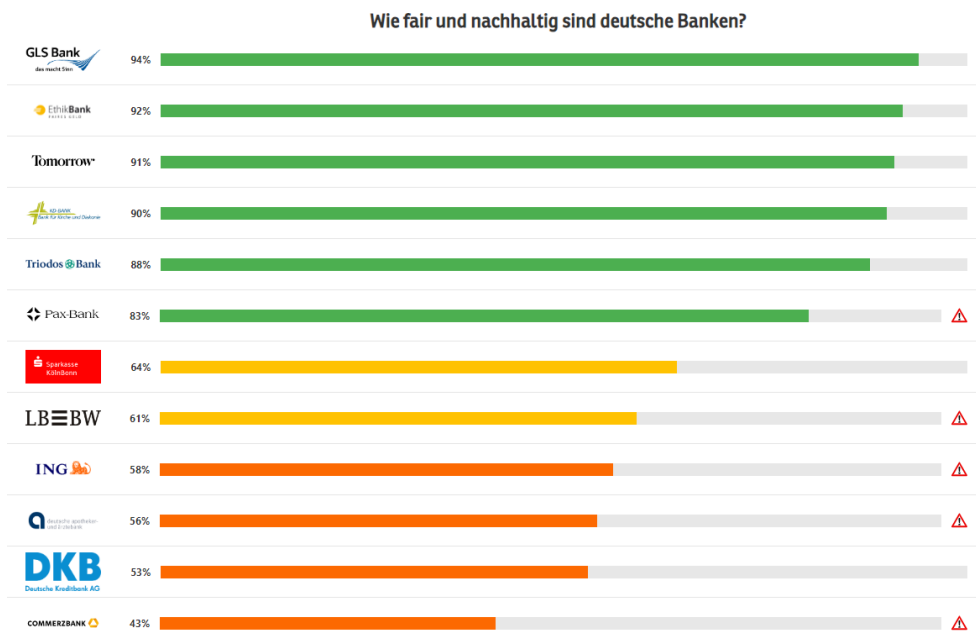
- zu überprüfen, ob der Wechsel zu einer nachhaltigen Bank möglich ist und diesen schnellstmöglich umzusetzen.

Geld, was auf dem Bankkonto liegt, ist keinesfalls „untätig“. Banken nutzen dieses Geld, um damit Kredite an Firmen, Projekte oder Kund\_innen zu geben. Im Falle von großen privaten Geschäftsbanken, wie beispielsweise der Commerzbank oder der Deutschen Bank, aber auch teilweise den öffentlich-rechtlichen Banken wie etwa der Sparkasse oder der Volksbank fließen Investitionen in Rüstungsgeschäfte, fossile Energien, Nahrungsmittelspekulationen oder in Projekte mit korrupten oder undemokratischen Regimen.

Ethische oder nachhaltige Banken setzen sich zum Ziel, transparent zu arbeiten und Investitionen in jegliche Bereiche zu vermeiden, die eine Gefährdung für Menschenrechte oder Umweltschutz darstellen. Eine Liste mit einer Aufzählung der besten grünen Banken findet sich hier:



Die besten nachhaltigen Banken



Quelle: fairfinanceguide.de

Ein jährlicher Finanzreport, der „Fair Finance Guide“ zu den Geschäftspraktiken deutscher Banken, wird vom Verein Facing Finance durchgeführt und online bereitgestellt. Er bietet unter anderem einen Überblick darüber, wie nachhaltig Banken investieren und wie ökologisch sie ihre Geschäfte führen:



Fair Finance Guide: Wie fair und nachhaltig sind deutsche Banken?





# KOMPENSATIONSZAHLUNGEN



## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- Kompensationszahlungen nur als letzten Ausweg zu tätigen, wenn Vermeidung oder Reduktion von Emissionen nicht möglich sind.
- bei Nutzung von Kompensationszahlungen lediglich Produkte mit dem Zertifikat des „Gold Standards“ zu nutzen.

In erster Linie soll es Ziel dieses Handlungsleitfadens und auch des Landesjugendrings NRW sein, Emissionen entweder komplett zu vermeiden oder zu reduzieren. Es wird jedoch immer Fälle geben, in denen keins von beidem möglich ist und Treibhausgasemissionen unvermeidbar sind. In diesem Falle ist es ratsam, entstandene Emissionen zu kompensieren.

Kompensationen sind Zahlungen, die Maßnahmen finanzieren, die zu einer Minderung des Treibhausgasausstoßes beitragen. Dabei kann es sich zum Beispiel um Investitionen in erneuerbare Energien handeln.

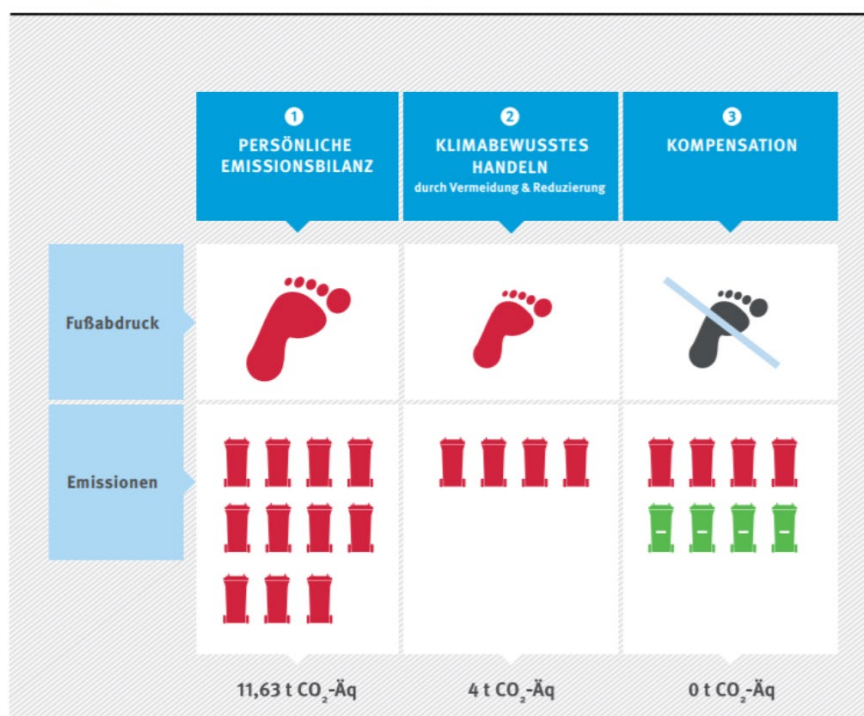
Bei der Nutzung von Kompensationszahlungen sollte unbedingt auf die Qualität des Produktes geachtet werden. Das Zertifikat „Gold Standard“ ist hierbei der am meisten empfohlene Richtwert:



Goldstandard for the global goals



### Dreiklang: Vermeiden – Reduzieren – Kompensieren



Quelle: team-klima.de



## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- auf fachgerechte Mülltrennung und Müllentsorgung zu achten.
- wiederverwendbare Stifte, Besteck oder sonstige Produkte statt Wegwerfartikel zu benutzen.
- Lebensmittel möglichst unverpackt einzukaufen.
- beim Versand möglichst ein Mehrweg-Versandsystem zu nutzen.

Im Büroalltag kommen viele Verbrauchsmaterialien zum Einsatz: seien es Stifte, Druckerpapier, Tüten und Plastik für Einkäufe, Briefe zum Postversand. Dementsprechend hoch sind auch häufig das Müllaufkommen und das Nutzen von einmalig brauchbaren Wegwerfartikeln. Die gute Nachricht: Mit kleinen Veränderungen kann schon viel Müll und Plastik reduziert, gespart oder recycelt werden.

Zunächst ist offensichtlich: Nicht immer wird es gelingen, überall auf Plastik und Müll zu verzichten. Wichtig ist deswegen als erster Schritt, eine fachgerechte Mülltrennung umzusetzen und Mitarbeiter\_innen für diese zu sensibilisieren. Kleine Infoboxen über den verschiedenen Mülltüten etwa können Auskunft darüber geben, welcher Müll in welche Tonne gehört. Auch Papier, Plastik, Metall, Glas und Elektronik müssen korrekt entsorgt werden. Einen guten Überblick über fachgerechte Müllentsorgung und Recycling gibt es bei der Verbraucherzentrale:



Müll richtig trennen:  
Gelber Sack, Restmüll, Papier oder  
wohin sonst?



Um einem hohen Müllaufkommen direkt vorzubeugen, empfiehlt es sich, den Mitarbeiter\_innen im Team Trinkflaschen oder wiederverwendbare To-Go-Becher zur Verfügung zu stellen, damit auf Dienstreisen oder auf dem Weg zum Büro keine Einwegprodukte gekauft werden. Um unnötiges Plastik- und Verpackungsmaterial bei Einkäufen zu vermeiden, sollten Mitarbeiter\_innen die Erlaubnis und nötige Zeit bekommen,

in einem Unverpacktladen einkaufen zu gehen. Eine Übersicht über Unverpacktläden in der Nähe findet sich hier:



unverpackt e.V. — Verband der  
Unverpacktläden



Ein Verzicht auf Einwegprodukte kann auch bei Schreibwaren ermöglicht werden, indem zum Beispiel Filzstifte als Refill-Variante gekauft werden. Büromaterialien können bei Anbietern wie beispielsweise „memo“ auch mit einem Mehrweg-Versandsystem bestellt werden.



memo Box — Mehrweg statt  
Einweg



Dies spart viele Kartonagen, die sonst beim Versand anfallen.

Weitere, ganz konkrete Tipps zur Vermeidung von Müll und Plastik im Büroalltag gibt es hier:



Müll- und Plastikvermeidung im  
Büro: schont Umwelt und Budget





# EMISSIONSREDUKTION BEI VERANSTALTUNGEN UND FERIENFREIZEITEN

ENERGIE UND RESSOURCENVERBRAUCH	54
ERNÄHRUNG	61
MOBILITÄT	63
SONSTIGES	64

# EMISSIONSREDUKTION BEI VERANSTALTUNGEN UND FERIENFREIZEITEN

## ENERGIE UND RESSOURCENVERBRAUCH

### KLIMAFREUNDLICHE VERANSTALTUNGS- UND UNTERBRINGUNGSORTE AUSWÄHLEN



#### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- Tagungshäuser und Unterbringungsorte auszuwählen, die gemessen an den Kriterien Energieverbrauch, Ernährung, Mobilität, Beschaffung und soziale Aspekte möglichst nachhaltig sind.
- Mitarbeiter\_innen für die Auswahl nachhaltiger Veranstaltungsorte und Unterkünfte zu sensibilisieren und mit Checklisten auszustatten.
- ein Muster für ein E-Mailanschreiben zu erstellen, das Mitgliedsverbände und andere Organisationen für die Anfrage an Tagungshäuser und Unterkünfte zur Informationseinkunft senden können.

Der größte Klimafaktor bei der Organisation von Veranstaltungen ist wie auch in der Geschäftsstelle der Energieverbrauch der benutzten Gebäude.

Auf diesen Faktor hat man als Veranstalter\_in allerdings so gut wie keinen Einfluss. Die Auswahl der Veranstaltungsorte und Unterkünfte ist darum der größte nachhaltige Hebel, den man nutzen kann.

#### KURZÜBERSICHT ÜBER ZU BERÜCKSICHTIGENDE PUNKTE:



##### Ernährung

- Vegan/vegetarisch, saisonal, regional?
- Leitungswasser oder abgepacktes Wasser?
- Maßnahmen gegen Lebensmittelverschwendung
- Abfallmanagement



##### Soziale Aspekte

- Barrierefreiheit
- Umgang mit Mitarbeiter\_innen
- Diversität



##### Mobilität

- Gibt es Abstellplätze fürs Fahrrad?
- Gut mit ÖPNV zu erreichen?



##### Energieverbrauch

- Größe Tagungshaus/Raum
- CO2-Bilanz
- Womit wird geheizt?
- Woher wird Strom bezogen?
- Gibt es erneuerbare Energien?



##### Beschaffung

- Energieeffiziente Technik?
- Klimafreundliche Reinigungsmittel?
- Nutzung von Recycling-Papier?
- Achtsamer Umgang mit Plastik und Verpackungen?

Es gibt also viele Kriterien, nach denen man Veranstaltungs- und Unterbringungsorte selektieren kann. Offen ist dabei natürlich, welchen dieser Kriterien man besondere Priorität einräumt. Vermutlich wird kein Tagungshaus alle Kriterien zu voller Zufriedenheit erfüllen können. Wenn es nur um die Klimabilanz geht, sollte deswegen auf den Punkt des Energieverbrauchs am meisten geachtet werden. Dieser verursacht im Vergleich zu den anderen Faktoren am meisten Emissionen.

Dann stellt sich aber schon als Nächstes die Frage: Wie kommt man an alle diese Informationen? In den wenigstens Fällen werden Tagungshäuser und Herbergen/Hotels all diese Informationen freizugänglich zur Verfügung stellen. Eine Möglichkeit kann sein, bei der Anfrage der Räumlichkeiten und Zimmer zu betonen, dass Nachhaltigkeit in der eigenen Organisation ein wichtiges Kriterium zur Selektion von Veranstaltungsorten ist – und sich in diesem Zusammenhang freundlich (und ohne Druck) zu erkundigen, ob bestimmte Informationen weitergegeben werden können. Im Idealfall kann so mehr Gewissheit erlangt werden, wie es um die Nachhaltigkeit des ausgewählten Veranstaltungsorts bestellt ist.

Als Beispiel für eine Einrichtung, die relativ viele Informationen über ihre Häuser offenlegt, können die Deutschen Jugendherbergen genannt werden:



Energie und Klimapolitik der Jugendherbergen



Einige Jugendherbergen nutzen teilweise auch schon erneuerbare Energien, so wie etwa die Jugendherberge Köln-Riehl durch die Nutzung einer Wärmepumpe.

Außerdem gibt es für Tagungshäuser, Hotels und Herbergen auch unterschiedliche Zertifikate, bei denen es jedoch schwierig ist, einen klaren Durchblick zu erhalten. In der Checkliste für nachhaltige Veranstaltungen des BMUV



Leitfaden für die nachhaltige Organisation von Veranstaltungen



ist beispielsweise die Rede von dem „EMAS-Zertifikat“ (Eco-Management and Audit Scheme) sowie dem Europäischen Umweltzeichen – beides Umweltmanagement-Gütesiegel der EU. An diesen Zertifikaten gibt es jedoch auch die Kritik des Greenwashings. So kritisiert etwa der BUND RV Südlicher Oberrhein, dass auch Atomkraftwerke durch diese Siegel zertifiziert sind.



Umweltzertifikat EMAS & ISO 14001 & ISO 14025 für AKW: Zertifizierungswahnsinn & Greenwash für URENCO & AKW OHU & umweltgefährdende Firmen



Andere Siegel sind zum Beispiel das Siegel der gemeinnützigen Organisation TourCert, Earth Check, Biosphere Responsible Tourism und das Rainforest Alliance Certificate. Bei Siegeln und Zertifikaten sollte außerdem bedacht werden, dass manche Unterkünfte sich diese nicht leisten können – was aber nicht bedeutet, dass sie nicht sogar nachhaltiger als zertifizierte Häuser sein können.

Besonders hervorzuheben ist das Siegel „Faires Jugendhaus“, das die Evangelische Jugend im Rheinland seit 2017 organisiert:



Faires Jugendhaus der evangelischen Jugend in Rheinland



Hier liegt ein besonderer Fokus auf fairem Handel, dessen Nutzung und Kommunikation zertifizierte Einrichtungen für das Siegel nachweisen müssen.

## Eine kleine Siegelkunde: Veranstaltungs- und Unterbringungsorte



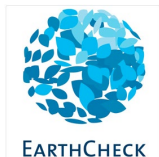
**EMAS:** Das Eco-Management and Audit Scheme (EMAS) ist ein von der EU entwickeltes Umweltmanagementsystem, das Unternehmen und Organisationen dabei unterstützt, ihre Umweltleistung kontinuierlich zu verbessern. Es basiert auf der ISO 14001-Norm, geht jedoch darüber hinaus, da es eine externe Prüfung und die Veröffentlichung einer Umwelterklärung verlangt.



**EU Ecolabel:** Dieses Umweltzeichen der EU kennzeichnet Produkte und Dienstleistungen mit geringerem ökologischen Fußabdruck über ihren gesamten Lebenszyklus hinweg. Es wird an umweltfreundliche Produkte wie Reinigungsmittel, Textilien oder Tourismusdienstleistungen vergeben und ist in allen EU-Mitgliedstaaten anerkannt.



**Tour-Cert:** Ein Nachhaltigkeitszertifikat speziell für den Tourismus, das ökologische, soziale und wirtschaftliche Verantwortung fördert. Unternehmen müssen Nachhaltigkeitsberichte erstellen und sich kontinuierlich verbessern. Es ist vom Global Sustainable Tourism Council (GSTC) akkreditiert.



**Earth Check:** Ein führendes Umweltzertifizierungs- und Benchmarking-Programm für die Reise- und Tourismusbranche. Es hilft Organisationen, ihre Effizienz zu steigern, den ökologischen Fußabdruck zu minimieren und die UN-Ziele für nachhaltige Entwicklung (SDGs) zu erfüllen.



**Biosphere Responsible Tourism:** Dieses Zertifikat wird vom Responsible Tourism Institute vergeben und basiert auf den 17 UN-Nachhaltigkeitszielen (SDGs). Es fördert nachhaltige Praktiken in Tourismusunternehmen und -zielen weltweit und wurde von der UNESCO unterstützt.



**Rainforest Alliance Certificate:** Dieses Zertifikat zeichnet landwirtschaftliche Betriebe, Forstwirtschaftsprojekte und Tourismusunternehmen aus, die nachhaltige Praktiken anwenden. Es fördert den Schutz der Biodiversität sowie die Verbesserung sozialer und wirtschaftlicher Bedingungen in den Regionen.

# VERMEIDUNG VON MÜLL UND PLASTIK



## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- das Müll- und Plastikaufkommen auf Veranstaltungen zu reduzieren.
- Alternativen zu Wegwerfprodukten zu nutzen und Materialien bewusst einzusetzen.
- Menschen für die mit dem Müll verbundenen Herausforderungen zu sensibilisieren.

Müll und Plastik stellen ein ernsthaftes Umweltproblem dar. Darum ist es wichtig, bei Veranstaltungen bewusst auf die Vermeidung oder Reduzierung von beidem zu achten. Besonders Plastik hat eine sehr lange Lebensdauer und sammelt sich in der Umwelt an. Wenn Müll und Plastik nicht ordnungsgemäß entsorgt werden, landen sie in den Böden, der Luft und dem Wasser und können gefährliche Auswirkungen auf alle dort befindlichen Lebewesen und die entsprechenden Ökosysteme haben. Besonders problematisch sind zugesetzte Stoffe (sogenannte Additive), die vielfältige Schädigungen herbeiführen können.



BUND: Alles zum Thema Plastik



Um Müll und Plastik einzusparen, können an vielen Stellen alternative Wege genutzt werden.

Statt Einweg-Plastikprodukte wie Plastikbecher, -besteck und -teller zu verwenden, können Mehrweg-Alternativen wie Gläser, Teller und Besteck aus Edelstahl oder Bambus verwendet werden. Auch diese Alternativen sind nicht unproblematisch und verursachen teils hohe Emissionen in der Produktion. Hier zahlt es sich nur aus, wenn sie immer wieder und möglichst lang eingesetzt werden.

In vielen Anwendungsfällen ist Recyclingpapier auch eine nachhaltigere Alternative zu Plastik. Auf Veranstaltungen können z.B. statt Plastiktüten Papiertüten verwendet werden. Produkte, die für Veranstaltungen benötigt werden, wie z.B. Schreibwaren, können in Papier- oder Kartonverpackungen anstatt in Plastikverpackungen gekauft werden.

Auf Veranstaltungen kann zudem dafür gesorgt werden, dass Gegenstände wie z.B. Notizblöcke oder Stifte wiederverwendet werden können.

Es ist darüber hinaus wichtig, die Teilnehmer\_innen über die Auswirkungen von Plastik auf die Umwelt zu informieren und sie dazu zu motivieren, ihren Plastikverbrauch zu reflektieren und zu reduzieren.

Eine Mülltrennung ermöglicht es, Abfall zu sortieren und zu recyceln, was die Menge an verbleibendem Abfall reduziert und die Umweltbelastung verringert. Durch etwa den Verzicht auf Give-aways, Merchandise oder durch das Verwenden von digitalen Alternativen zu Papierprodukten kann generell eine Produktion von zu viel Müll vermieden werden. Eine Sensibilisierung der Teilnehmer\_innen zu korrektem Recyceln schafft Bewusstsein und Wissen für das Thema.





## Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- Ressourcen- und Energieverschwendung auf Veranstaltungen entgegenzuwirken.
- energieeffiziente Elektronik auf Veranstaltungen zu nutzen.
- davon abzusehen, Elektronik für Veranstaltungen neu zu kaufen und diese stattdessen leihen oder gebraucht kaufen.
- nur sinnvolles und ökologisch produziertes Merchandise herstellen zu lassen.
- Einladungen, Flyer, Formulare und sonstige Werbematerialien möglichst digital, anstatt in Papierform zu erstellen.
- falls Druckmaterialien produziert werden, auf umweltfreundlichen Druck und Materialien zu achten.

Bei einer nachhaltigen Veranstaltung sollte der Umgang mit sowie die Anschaffung von Geräten, Arbeits- und Werbematerialien und weitere Ausstattung unter Nachhaltigkeitskriterien evaluiert werden.

Energieeffiziente Elektronik ist bei Veranstaltungen zu bevorzugen. Darunter fallen vor allem Beamer, Laptops oder zum Beispiel Boxen. Das Umweltbundesamt empfiehlt, sich zur Orientierung an den Labels Blauer Engel, Energy Star oder dem Gütesiegel TCO-Certified zu orientieren. Nachhaltige Kauftipps für Elektronik lassen sich bei der deutschen Energie Agentur finden.



dena — Deutsche Energie-Agentur



Elektronische Geräte sollten im Idealfall geliehen oder gebraucht gekauft, anstatt neu angeschafft werden. Empfehlenswerte Seiten für gebrauchte Elektronik sind dabei unter anderem:



Medien- und Elektronikartikel  
gebraucht online kaufen | rebuy.de



Gebrauchte Elektronik kaufen -  
Technik mit Garantie | buyZOXS



Auf das Wegwerfen von Moderationskarten kann verzichtet werden, indem zum Beispiel Alternativen wie wiederverwendbare Karten aus Acrylglas verwendet werden:



Moderationskarten von Proboard -  
nachhaltig und magnetisch



Auch das Schreiben auf einem Whiteboard oder einem digitalen Whiteboard kann ein Ersatz für Moderationskarten darstellen.

Für Veranstaltungen werden zudem oft Merchandise-Artikel gekauft und verteilt. Hierbei sollte darauf geachtet werden, dass nur wirklich sinnvolles Merchandise erworben wird und keine unnötigen Werbegeschenke gekauft werden. Bei der Produktion von Merchandise sollte außerdem auf möglichst nachhaltige, also umweltschonende, energieeffiziente und faire Materialien geachtet werden.

Ebenso wie beim Merchandise sollte auch bei Werbematerialien für die Veranstaltung darauf geachtet werden, dass nicht zu viel produziert und unnötiger Müll vermieden wird. Vor der Bewerbung sollte also immer überlegt werden, ob Flyer und Einladungen sowie sonstige Formulare wirklich in Papierform benötigt werden oder auch digital ausreichen. Bei der Produktion von Druckmaterialien für Veranstaltungen sollte auf ein umweltfreundliches Druckverfahren,

ökologische Materialien und auf ein hohes Potenzial der Wiederverwendbarkeit geachtet werden.

Selbst wenn ein Messestand oder auch Banner, Roll-ups und Flaggen benötigt werden, können Kriterien beachtet werden, um den Gebrauch nachhaltiger zu machen. Tipps für einen nachhaltigen Messestand gibt es etwa hier:



Nachhaltiger Messestand:  
Nutzen Sie die Alternativen!



Blickfang Messebau:  
Zero Waste Messestand



## Eine kleine Siegelkunde: Elektronik

Zu guter Letzt bieten Siegel eine Orientierung beim Kauf nachhaltiger Elektronik.



**Blauer Engel:** Der Blaue Engel des Umweltbundesamtes zertifiziert umwelt- und gesundheitsverträgliche Produkte. Für Elektronik gelten spezifische Kriterien wie eine mindestens fünfjährige Garantie und die Verfügbarkeit von Ersatzteilen für mindestens zehn Jahre. Neuerdings werden auch grundlegende Sozialstandards in der Produktion und Lieferkette berücksichtigt.



**Energy Star:** Das Energy Star-Label kennzeichnet besonders energieeffiziente Elektronikprodukte, insbesondere Laptops.



**TCO Certified:** Das TCO Certified-Siegel gilt als eines der strengsten Nachhaltigkeitssiegel für Elektronik. Es zertifiziert Notebooks und Smartphones, die nicht nur energieeffizient sind, sondern auch eine lange Haltbarkeit aufweisen und ohne gefährliche Chemikalien hergestellt werden. Zudem werden soziale Kriterien wie das Verbot von Kinder- und Zwangsarbeit sowie faire Arbeitsbedingungen berücksichtigt.



**EU-Ecolabel:** Das EU-Ecolabel ist ein besonders strenges Nachhaltigkeitssiegel der Europäischen Kommission. Es stellt hohe Anforderungen an Umweltstandards und sozialverträgliche Ressourcengewinnung. Allerdings ist es so streng, dass derzeit kein einziges Notebook damit zertifiziert ist.



**EPEAT:** Das EPEAT-Siegel (Electronic Product Environmental Assessment Tool) bewertet die Umweltverträglichkeit von Elektronikprodukten. Es gibt drei Stufen: Bronze, Silber und Gold, abhängig von der Erfüllung bestimmter Kriterien. EPEAT berücksichtigt Faktoren wie Energieeffizienz, Langlebigkeit und Recyclingfähigkeit.

# EMISSIONSREDUKTION BEI VERANSTALTUNGEN UND FERIENFREIZEITEN

## ERNÄHRUNG

In Kapitel 2B wurde bereits ausführlich auf das Thema Ernährung(sarten) eingegangen. Bei Veranstaltungen und Ferienfreizeiten spielt oft das Thema Lebensmittelverschwendung eine große Rolle. Folgende Tipps können dabei helfen, richtige Mengen zu kalkulieren und nichts wegzuerwerfen.



### Vor dem Einkauf

- Bestand checken:
  - Was ist schon da und was nicht?
  - Tools wie der Portionsplaner können bei der benötigten Menge Orientierung bieten und bei der Erstellung eines Einkaufszettels helfen.



### Nach dem Einkauf

- Bei gekühlten Lebensmitteln ist eine durchgängige Kühlung besonders wichtig, da sich Keime bei Wärme schnell vermehren können.

### DIE RICHTIGE LAGERUNG IM KÜHLSCHRANK:

<b>6 – 10 °C</b>	<b>Oberstes Fach</b> Käse, zubereitete Speisen, Kuchen, Torten, Marmelade und Soßen	<b>8 – 10 °C</b>	<b>Kühlschranktür</b> Butter, Marmelade, Senf, Ketchup, Getränke und Säfte
<b>5 – 7 °C</b>	<b>Mittleres Fach</b> Milch, Milchprodukte, Eier	<b>- 18 °C</b>	<b>Gefrierfach (-18 °C)</b> Tiefkühlprodukte und frische Lebensmittel zur langfristigen Lagerung
<b>2 – 5 °C</b>	<b>Unterstes Fach</b> Fleisch, Fisch, Wurst und andere leicht verderbliche Lebensmittel		
<b>8 – 10 °C</b>	<b>Gemüsefach</b> Obst und Gemüse wie Karotten, Brokkoli, Paprika, Salat und Kräuter	<b>Kühl</b>	<b>Außerhalb</b> Zitrusfrüchte, Äpfel, Birnen, Tropische Früchte ( Bananen, Mangos )

Quelle: zugutfuerdietonne.de

Nach oder/bei dem Essen sollte daran gedacht werden, Tupperdosen mitzubringen. Weist Teilnehmende auf Veranstaltungen oder Ferienfreizeiten darauf hin, leere Tupperdosen mitzubringen, in die übrig gebliebenes Essen verpackt und mitgenommen werden kann.

Angeschnittenes Obst und Gemüse wird leider schnell schlecht und sollte zügig aufgebraucht werden. Um aus solchen Resten nochmal etwas Leckeres zu kreieren, können folgende Apps zur Resteverwertung hilfreich sein:



App: Zu Gut für die Tonne



Web-App: Restegourmet



Initiativen wie Foodsharing setzen sich dafür ein, dass Lebensmittel mit Makel aus dem Handel nicht im Müll landen, sondern noch gegessen werden. Mehr Infos und Gruppen in deiner Nähe findest du hier:



foodsharing — Gemeinsam für  
mehr Lebensmittelwertschätzung



# EMISSIONSREDUKTION BEI VERANSTALTUNGEN UND FERIENFREIZEITEN

## MOBILITÄT

Für Veranstaltungen kann der Faktor Mobilität einer der größten Hebel sein, um Emissionen zu minimieren.

Der Wahl des Veranstaltungsortes spielt dabei eine besondere Rolle. Idealerweise sollten Veranstaltungsorte ausgewählt werden, die gut mit ÖPNV, mit dem Fahrrad oder zu Fuß erreichbar sind. Das Aufzeigen von sicheren Fuß- und Radwegeverbindungen zum Veranstaltungsort sowie naheliegende Haltestellen können bereits bei der Online-Anmeldung kommuniziert werden.

Sollte die Veranstaltung an einem Ort stattfinden, der nicht gut mit Bus und Bahn erreichbar ist, bietet es sich an, das Bilden von Fahrgemeinschaften schon bei der Online-Anmeldung anzuregen. Auch auf Car-Sharing-Stationen in der Nähe des Veranstaltungsortes sollte geachtet werden. Falls möglich und sinnvoll, kann ein Shuttleservice z.B. vom nächstliegenden Bahnhof angeboten werden.

Bei der Auswahl von Veranstaltungsorten sollte darauf geachtet werden, ob diese nahe gelegene Fahrrad-Stellplätze anbieten und ggf. auch einen Raum zum Frisch machen für Fahrradfahrer\_innen anbieten können. Fahrradleihsysteme, die in der Nähe des Veranstaltungsortes sind, können einen weiteren Anreiz für Teilnehmer\_innen schaffen, mit dem Fahrrad anzureisen.

Nicht nur das Bilden von Fahrgemeinschaften kann während der Online-Anmeldung angeregt werden. Auch generelle Tipps zu nachhaltigem Reisen oder etwa der

Vergleich von Emissionen bei Anreise mit Auto versus Bahn oder Fahrrad können einen Anreiz setzen, nachhaltiger zu Veranstaltung anzureisen. Die Möglichkeit, die eigenen durch die Anreise angefallenen Emissionen zu kompensieren, kann den Teilnehmer\_innen ebenfalls bei der Anmeldung angezeigt werden. Idealerweise wird die Kompensation sogar durch die veranstaltende Organisation übernommen.

Zu guter Letzt können Emissionen durch Mobilität durch digitale oder hybride Veranstaltungen stark reduziert werden.

Ein Beispiel: Eine Anreise mit dem Auto mit circa 90 km Hin- und Rückweg zu einem vierstündigen Meeting verursacht 500-mal mehr Emissionen als die Teilnahme an dem Online-Meeting. Selbst im Vergleich zu einer Anreise mit dem Zug ist das Meeting 50-mal emissionsärmer.



Quelle: [blog.dgg.de/](http://blog.dgg.de/)

# EMISSIONSREDUKTION BEI VERANSTALTUNGEN UND FERIENFREIZEITEN

## SONSTIGES

### *NACHHALTIGKEIT AUF FERIENFREIZEITEN*

Um eine nachhaltige Ferienfreizeit zu planen, lohnt sich schon vor Abreise die Frage: Wo soll es hingehen? Warum Reisen in weit entfernte europäische Städte planen, wenn eine Fahrt auch in die eigene Region führen könnte. (Fern-) Reisen behalten auch in Zeiten der Klimadebatte ihre Berechtigung, z.B. um Kindern und Jugendlichen aus sozial schwächeren Familien eine Auslandsfahrt zu ermöglichen sowie zur Förderung der Völkerverständigung und der internationalen Jugendarbeit. Dennoch kann die Entfernung, die für Fahrten zurückgelegt wird, oftmals deutlich reduziert werden. Warum z.B. muss eine Fahrt nach Lissabon oder Madrid führen, anstatt in die Niederlande, Dänemark oder Norditalien?

Auf Ferienfreizeiten können Verbände klimaschonende Aktivitäten unterstützen und schädliche vermeiden. Informiert euch vor einer Reise zum Beispiel über die lokalen Gegebenheiten: Welche geografischen Besonderheiten macht die Region aus? Gibt es vor Ort Angebote von dort lebenden Menschen und ansässigen Vereinen, die im besten Fall gemeinnützig sind oder auf Nachhaltigkeit Wert legen?

Im Allgemeinen empfiehlt es sich, lokale und saisonale Aktivitäten wahrzunehmen, z.B. Erlebniswanderungen anzubieten oder Aktivitäten zu bevorzugen, die keine zusätzliche Anreise benötigen. Je nachdem, wohin es geht, können Input-Vorträge z.B. zu fairem Handel, Globalisierung, nachhaltigem Konsum, Fair Trade sowie gesellschaftlichen, politischen oder ökonomischen Themen vorbereitet werden.

Programmpunkte sollten umweltschonend geplant werden, das heißt mit Blick auf Vermeidung von unnötiger Müllproduktion (Alternativen für Knicklichter, Absperrband, Spraydosen), Umweltverschmutzung und Emissionsausstoß. Nachhaltigkeit selbst kann auf einer Ferienfreizeit zum Thema gemacht werden. Der Einbezug der Teilnehmer\_innen in die Planung der Aktivitäten fördert die Auseinandersetzung mit dem Thema und erhöht die Motivation, selbst aktiv zu werden.



## Mögliche Formate für das Behandeln von nachhaltigen Themen auf Ferienfreizeiten

- Filmabende



Films for the Earth  
– Vorführrechte & FSK beachten



- Gruppen-Planspiele  
(Klimafrühstück, Habitat, usw.)

### Aktionen während der Freizeit z.B.:

- Plakate zum Thema gestalten
- Diskussionsrunden/Vorträge organisieren
- Besuch von Lebenshöfen,
- nachhaltige Kochangebote
- Workshops für die Herstellung von alternativen Reinigungsmitteln und Pflegeprodukten
- Vorschläge zu nachhaltigem Kochen sowie zum Umgang mit dem Thema Nachhaltigkeit auf Ferienfreizeiten

## Vorschläge gibt es von dem Bund der deutschen katholischen Jugend NRW:



PDF: BDKJ NRW - Faire Ferien  
2023





# SOZIALE ASPEKTE DER NACHHALTIGKEIT

**SOZIALE NACHHALTIGKEIT INNERHALB DES TEAMS 67**

**SOZIALE NACHHALTIGKEIT AUSSERHALB  
DES TEAMS 69**

# SOZIALE ASPEKTE DER NACHHALTIGKEIT

Nachhaltigkeit umfasst nicht nur Klima- und Umweltschutz. Auch soziale und gesellschaftliche Aspekte sind Nachhaltigkeitsthemen. Die Agenda 2030 der Vereinten Nationen beschreibt 17 Ziele, die für eine nachhaltige Entwicklung unserer Gesellschaft bedeutend sind. Darunter fallen als soziale Themen unter anderem Gesundheit und Wohlergehen, Geschlechtergleichheit, menschenwürdige Arbeit und weniger Ungleichheiten.

In diesem Kapitel wollen wir auf soziale Nachhaltigkeit aus zwei Perspektiven eingehen: Zunächst auf interner Ebene – also innerhalb eines Teams oder einer Geschäftsstelle – und im Anschluss auf externer Ebene – also beispielsweise in Kommunikation mit externen Dienstleister\_innen oder im allgemeinen Arbeitsalltag.

## SOZIALE NACHHALTIGKEIT INNERHALB DES TEAMS



### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- Arbeitnehmer\_innenrechte im eigenen Team zu achten und zu schützen.
- die Gesundheit der Mitarbeiter\_innen zu schützen und zu fördern.
- Diversität im Team zu fördern sowie Schutz vor jeglichen Formen von Diskriminierung herzustellen.

Mitarbeiter\_innen des Teams haben in ihrer Rolle als Arbeitnehmer\_innen bestimmte Rechte, die der\_die Arbeitgeber\_in schützen und achten muss. Dies sind unter anderem das Recht auf faire Bezahlung, Jobsicherheit, betriebliche Altersvorsorge und Bezuschussung von Kinderbetreuung, die Beteiligung der Beschäftigten in Form von z.B. Beschwerdesystemen, das Recht, einen Betriebsrat einzuberufen, das Recht auf Urlaub, Pausen und noch viele weitere Aspekte.

Es ist darüber hinaus wichtig, dass der\_die Arbeitgeber\_in die Interessen der Mitarbeiter\_innen wahrnimmt und im besten Falle umsetzt. Darunter fällt beispielsweise die Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu erleichtern, flexible Arbeitszeiten und mobiles Office zu ermöglichen, die Vermeidung von Überstunden anzustreben sowie im Allgemeinen für ein wertschätzendes Arbeitsklima zu sorgen. Teambuilding-Maßnahmen sowie ein allgemeiner wertschätzender, respektvoller Umgang und Fehlerfreundlichkeit sorgen für ein vertrauensvolles Verhältnis im Team.

Auch die Gesundheit und Sicherheit soll der\_die Arbeitgeber\_in fördern und gewährleisten. Neben allgemeinen Maßnahmen der Arbeitssicherheit zählt dazu etwa die Möglichkeit, Betriebssport während der Arbeitszeit zu fördern, ergonomische Sitzplätze und Schreibtische zur Verfügung zu stellen und den Mitarbeiter\_innen eine gesunde Ernährung im Büro zu ermöglichen.

Zu guter Letzt sollte auch Diversität im Team gefördert und zum Beispiel bei der Ausschreibung von Stellen besonders beachtet werden. Eine diskriminierungssensible Stellenausschreibung richtet sich explizit an Menschen, die von einer oder vielfachen Formen von Diskriminierung betroffen sind. Darunter fällt sowohl Diskriminierung aufgrund des Geschlechts, der Herkunft, der Religion, der sexuellen Orientierung und Identität, des Alters, der sozialen Herkunft oder der Behinderung.

Auch außerhalb von Stellenausschreibungen und damit des Bestrebens, ein möglichst diverses Team zusammenzustellen, kann und soll Diversität auf vielen anderen Wege gefördert werden. Die regelmäßige Organisation von Schulungen und Workshops zu Diskriminierungsformen und Machtkritik, wie beispielsweise rassismuskritische Workshops schulen und sensibilisieren die Mitarbeiter\_innen für einen rassismuskritischen Blick und Umgang im Alltag und im Team. Von Diskriminierung betroffene Personen sollen durch Empowerment-Workshops und Coachings begleitet werden. Für Vorfälle von Diskriminierung oder auch gewaltvollen/sexualisierten Übergriffen innerhalb des Teams bedarf es eines Beschwerdesystems, in dem Betroffene gehört werden und Maßnahmen seitens der Geschäftsführung ergriffen werden.

Zur Förderung der Geschlechtergerechtigkeit im Team sollte es hinsichtlich wichtiger Positionen wie zum Beispiel Vorstandsposten, eine Geschlechterparität geben. Wichtig ist hierbei, dass die Geschlechterparität nicht nur um ein Konzept der Zweigeschlechtlichkeit strukturiert ist, dass nicht-binäre, trans oder agender Personen ausschließt.

Um einen Beitrag zur Bekämpfung von sozialer Ungleichheit zu leisten, kann es eine Möglichkeit sein, benachteiligte Gruppen auf dem Arbeitsmarkt explizit anzusprechen und einen Start in den Arbeitsmarkt zu ermöglichen.



### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- in Zusammenarbeit mit externen Dienstleister\_innen einen fairen, transparenten und wertschätzenden Umgang zu pflegen.
- Dienstleister\_innen auszuwählen, die selbst soziale und ökologische Kriterien berücksichtigen.
- möglichst nur tarifgebundene Dienstleister\_innen auszuwählen.
- bei der Auswahl von Dienstleister\_innen auf Diversität und Machtkritik zu achten.
- im Arbeitsalltag auf ethische Geschäftspraktiken zu achten.

Soziale Nachhaltigkeit außerhalb eines Teams betrifft häufig die Zusammenarbeit mit externen Dienstleister\_innen. Auch hier ist eine faire Bezahlung, Sicherheit und Transparenz durch Honorarverträge, ein wertschätzender Umgang und generell transparentes Vorgehen wichtig. Externe Dienstleister\_innen sollten vor Überlastung geschützt werden, indem kurzfristige Anfragen vermieden werden und wichtige Materialien und Informationen frühzeitig zugeliefert werden.

Bei der Auswahl von Dienstleister\_innen, sei es von Moderator\_innen, Referent\_innen oder auch Designer\_innen, sollte auf Diversität und eine machtkritische Zusammenstellung geachtet werden. Wird beispielsweise sehr selten mit BIPOC und FLINTA zusammengearbeitet? Bestehen die Redner\_innen einer Podiumsdiskussion größtenteils aus weißen männlichen Personen? Eine diverse und machtkritische Zusammenstellung von Externen ist wichtig, da die gelieferten Dienstleistungen, Redebeiträge oder Produkte immer auch eingefärbt sind von der sozialen Identität und Position einer Person. Eine größtenteils männlich dominierte Podiumsdiskussion wird dementsprechend auch männliche Themen und Perspektiven reproduzieren und kann die gesellschaftliche Realität vieler anderer Personengruppen übersehen.

Neben der Diversität sollte bei der Auswahl von Dienstleister\_innen auch beachtet werden, ob diese neben ökologischen auch soziale Kriterien beachten und sich an tarifliche Vorgaben halten. Der Umgang mit den eigenen Mitarbeiter\_innen sollte, falls nachverfolgbar, ebenfalls beachtet werden.

Bei der Zusammenarbeit mit größeren Unternehmen oder Marken kann neben der Tarifbindung das Fairtrade-Siegel ein guter Indikator für eine\_n faire\_n Dienstleister\_in sein. Produzent\_innen mit Fairtrade-Label müssen den Mitarbeiter\_innen faire Löhne zahlen, sich zur Einhaltung von Standards bei Arbeitsbedingungen und Gesundheitsschutz verpflichten und Zwangs- und Kinderarbeit ausschließen. Fairtrade-Organisationen in der Nähe lassen sich finden unter: [www.fairtrade.de](http://www.fairtrade.de)

Zu guter Letzt beinhaltet soziale Nachhaltigkeit nach Außen auch die Einhaltung ethischer Geschäftspraktiken (z.B. klare Ablehnung von Korruption und Bestechung) sowie die Einhaltung und Beachtung sonstiger (menschen)rechtlicher Grundlagen, wie etwa den Datenschutz Dritter gemäß der DSGVO.



Europäische Union – Datenschutz  
Grundverordnung





# TIPPS ZUR UMSETZUNG DES HANDLUNGLEITFADENS

METHODENKISTE ZUR STRUKTURELLEN VERANKERUNG DES HANDLUNGSLEITFADENS IM TEAM	71
KLIMAKOMMUNIKATION IM TEAM ODER AUF VERANSTALTUNGEN	72
NÜTZLICHE BILANZIERUNGSTOOLS	73

# TIPPS ZUR UMSETZUNG DES HANDLUNGSLEITFADENS

## METHODENKISTE ZUR STRUKTURELLEN VERANKERUNG DES HANDLUNGSLEITFADENS IM TEAM

Der vorliegende Handlungsleitfaden ist ein Bündel von komplexen Informationen und vielzähligen Maßnahmen. Wie kann deren Umsetzung gelingen und das eigene Team in diesem Prozess effektiv mitgenommen werden? Wo fängt man an? Wie kann statt einer Überforderung im Hinblick auf die Vielzahl der Maßnahmen eine konstante Verankerung und Umsetzung des Handlungsleitfadens im Team erreicht werden?

Es gibt eine Vielzahl von Methoden und Möglichkeiten, um die eigenen Kolleg\_innen mit den Inhalten des Handlungsleitfadens vertraut zu machen und dessen Inhalte langfristig im eigenen Arbeitsalltag zu verankern.

Im ersten Schritt sollte der Handlungsleitfaden dem Team vorgestellt und die allgemeinen Inhalte vermittelt werden. Dies kann gut in Form von kleinen Inputs oder Lerneinheiten passieren. Die Inhalte des Handlungsleitfadens sind sehr komplex und umfassend, sodass sie schwierig auf einen Schlag zu vermitteln sind. Während eines Inputs sollte also maximal ein Kapitel oder sogar nur ein Unterkapitel behandelt werden. Für konstruktive Kritik und Rückmeldung der Kolleg\_innen sollte Platz geschaffen werden. Auch regelmäßige Check-ins, Austausch- oder Reflexionsrunden sind sinnvoll, damit Kolleg\_innen von ihren Erfolgen und Hürden berichten können. Wichtig im fortlaufenden Prozess ist es ebenso, einen Austausch zu Emotionen und Gedanken zu ermöglichen, in denen auch negative Emotionen wie Frustration, Hilflosigkeit oder Überforderung einen Platz haben dürfen und artikuliert werden können.

Eine Möglichkeit zur Implementierung des Handlungsleitfadens im Arbeitsalltag stellen Checklisten dar. Je nach Anlass (Organisation von Veranstaltungen, Druck von Publikationen, nachhaltiges Verhalten im Büroalltag etc.) können verschiedene Listen erstellt werden, auf denen die wichtigsten Maßnahmen abgehakt werden können. Dies reduziert die Komplexität der jeweiligen Themen und fokussiert vor allem auf Praxistauglichkeit. Sollte es im eigenen Team bereits regulierte Prozesse geben, die z.B. bei der Organisation von Veranstaltungen durchlaufen werden (z.B. in Form von auszufüllenden Qualitätsmanagement-Formularen), dann ist es lohnenswert, die Checklisten an dieser Stelle einzubinden. Es ist mitunter günstig, für verschiedene Referate oder Themenbereiche unterschiedliche Checklisten anzubieten. Die Öffentlichkeitsarbeit wird beispielsweise mit anderen täglichen Entscheidungen in puncto Nachhaltigkeit konfrontiert als die Geschäftsführung oder die Buchhaltung.

Um die Inhalte des Handlungsleitfadens regelmäßig in Erinnerung zu rufen und einen verstärkten Praxisbezug herzustellen, können in den Räumlichkeiten der Geschäftsstelle Factsheets, Zettel, Sticker, Poster oder Ähnliches aufgehängt werden, die auf bestimmte Themen aufmerksam machen. Besonders praktisch kann dies z.B. an Orten sein, an denen die Kolleg\_innen an konkrete Handlungen, wie etwa das Ausschalten des Stromsteckers oder der Heizung erinnert werden. Es sollte auf keinen Fall gezögert werden, auch kreative Methoden zum Einsatz zu bringen.



Ein einfallsreicher Umgang mit Nachhaltigkeits-themen kann dafür sorgen, dass das Thema weniger als Last oder zusätzliche Aufgabe, sondern als Spaß und Erfrischung angesehen wird.

Im Allgemeinen sollte bedacht werden, dass es sich bei der Umsetzung des Handlungsleitfadens um einen langfristigen Prozess handelt, der viel Arbeit, Aufmerksamkeit und Kooperation benötigt.

Deswegen gilt:

Der Weg hin zur Treibhausgasneutralität ist ein Marathon, kein Sprint! Das Aufteilen der verschiedenen Kapitel des Handlungsleitfadens in Arbeitsblöcke, von denen man sich pro Jahr bspw. einen vornimmt, kann sinnvoll sein, um die Aufgabe bewältigbar zu machen und die Maßnahmen gründlich zu etablieren sowie sich potenziellen Hürden stellen zu können.

## KLIMAKOMMUNIKATION IM TEAM ODER AUF VERANSTALTUNGEN



### Der Landesjugendring NRW empfiehlt:

- statt der Durchsetzung von Verboten aktive Anreize zu nachhaltigem Handeln zu schaffen.
- Erfolge bei der Umsetzung der Maßnahmen des Handlungsleitfadens auf Veranstaltungen und in der Geschäftsstelle so gut wie möglich sichtbar zu machen und zu visualisieren.
- die Inhalte des Handlungsleitfadens und ergriffene Maßnahmen auf Veranstaltungen auch an Teilnehmer\_innen zu kommunizieren und über sie aufzuklären.
- Raum für Austausch zu schaffen bezüglich eigener Emotionen und Gedanken zu Klimakrise und Nachhaltigkeitsthemen.
- mit Kritik und Widerstand konstruktiv umzugehen

Mindestens ebenso wichtig wie das Wissen zu nachhaltigem Handeln ist das Schaffen von Anreizen, um Menschen auf diesem Prozess mitzunehmen und die emotionalen und psychischen Faktoren in der Klimakrise offen zu thematisieren.

Eine grundlegende Frage bei der Klimakommunikation und der Umsetzung von nachhaltigen Maßnahmen bei Veranstaltungen oder in der Geschäftsstelle ist die nach der Durchsetzung von Verboten. Sollte Fleisch bei Veranstaltungen prinzipiell von der Speisekarte gestrichen werden? Sollten bestimmte Verhaltensweisen sanktioniert werden? Klar

ist, dass Verbote Widerstand bei bestimmten Zielgruppen hervorrufen können – im schlimmsten Fall verschließen sich Personen komplett gegenüber nachhaltigen Themen. Unsere Leitlinie ist es deswegen, auf Verbote zu verzichten und stattdessen Anreize für nachhaltiges Handeln zu schaffen. Das heißt also: Sowohl nachhaltige als auch weniger nachhaltige Handlungsoptionen stehen der Zielgruppe zur Verfügung – die weniger nachhaltige Option ist in ihrer Umsetzung aber mit mehr Hürden verbunden. Nachhaltige Optionen sollten hingegen zum Standard werden. Ein Beispiel: Bei einer neuen Publikation wird diese standardmäßig nur digital angeboten.

Wenn eine Person die Druckausgabe haben möchte, muss diese gezielt angefragt werden.

Im Allgemeinen sollte angestrebt werden, Teilnehmer\_innen von Veranstaltungen möglichst gut für das Thema Nachhaltigkeit und die Inhalte des Handlungsleitfadens zu sensibilisieren. So könnten zum Beispiel Nachhaltigkeitsfakten oder Tipps auf Pinnwänden mit Grafiken erklärt oder digital eingeblendet werden oder Fakten zum Thema BNE und Handabdruck zu Merchandise mit dazugegeben werden.

Ein sehr wichtiger Faktor für die langfristige Motivation anderer Menschen am Thema Nachhaltigkeit ist zudem die Sichtbarmachung von Erfolgen. Aus psychologischer Perspektive ist es enorm wichtig, einen Belohnungseffekt zu kreieren, nachdem Menschen sich nachhaltig verhalten haben. Am Ende einer Veranstaltung könnten beispielsweise die CO<sub>2</sub>-Einsparungen durch nachhaltige Maßnahmen digital eingeblendet werden oder es könnte schon im Anmeldeformular bei der Auswahl des Verkehrsmittels angegeben werden, wie viele CO<sub>2</sub>-Emissionen bei der Nutzung des ÖPNV im Vergleich zum PKW gespart werden. Dies wirkt zugleich als Anreiz, die nachhaltige Option auszuwählen. Der Kreativität sind hierbei keine Grenzen gesetzt.

Zuletzt sollte erwähnt werden, dass, sobald Nachhaltigkeitsthemen selber Inhalt einer Veranstaltung oder einer Sitzung sind, ein Raum für offenen Austausch zu Emotionen und Gedanken geschaffen werden sollte. Die Klimakrise beeinflusst uns psychisch auf vielschichtige und häufig auch belastende und überfordernde Art und Weise. Es kann helfen, sich gemeinsam zu seinen Gefühlen auszutauschen und sowohl positiven wie auch negativen Emotionen ihre Daseinsberechtigung zu geben. Dies verhindert, dass Menschen sich aus Überforderung vor der emotionalen Belastung durch das Thema zurückziehen, und schafft ein transparentes, ehrliches Miteinander.

Auch mit Kritik oder Widerstand sollte offen und ehrlich umgegangen werden, solange diese nicht in Verschwörungstheorien oder beleidigendes Verhalten abdriften. Kritische Anmerkungen, Frust und Ärger dürfen geäußert werden und sollten nicht unterdrückt oder beiseitegeschoben werden. Nicht in jedem Punkt kann ein Kompromiss erzielt werden – die Ermöglichung, offene Kritik zu äußern, schafft jedoch einen transparenten und offenen Dialog und kann dabei helfen, Prozesse selbstkritisch zu reflektieren und über den eigenen Tellerrand zu blicken.

## NÜTZLICHE BILANZIERUNGSTOOLS

Um Erfolge und Fortschritte sichtbar zu machen und Einsparpotenziale überhaupt erst zu entdecken, lohnt es sich, die eigene Klimabilanz zu errechnen.

Es gibt verschiedene Tools, mit denen eine Bilanzierung vorgenommen werden kann.

Für Jugendreisen oder ähnliche Veranstaltungen empfiehlt sich die App „cliMATES“ von der Naturfreundejugend:



cliMATES: Die App für klimafreundliche Jugendreisen



Die cliMATES-App versteht sich als Planungstool mit Bildungsanspruch. Die App möchte durch den integrierten CO<sub>2</sub>-Rechner die Emissionen, die bei einer Jugendreise entstehen, sichtbar und vergleichbar machen. Die App beinhaltet außerdem eine Bibliothek mit Methoden und Infos zu Nachhaltigkeit und Klimaschutz, zu politischem Engagement, zur Juleica und weiteren spannenden Themen sowie eine Rezepte-Sammlung mit integriertem Mengenrechner.

Ein Bilanzierungstool, das eine sehr umfassende Klimabilanzierung ermöglicht, ist der Schools4Future-Rechner des Wuppertal Instituts. Er ist eine Kalkulationstabelle im

Excel-Format. Der Rechner wurde ursprünglich in einem Klimaprojekt mit Schulen entworfen, um für diese eine detaillierte Bilanzierung zu ermöglichen. Faktoren wie Heizsysteme, Stromverbrauch, Mobilität, Ernährung, aber auch Freizeitreisen können erfasst werden. Der Rechner ist in einigen Punkten auf die Jugendverbandsarbeit angepasst worden, enthält jedoch auch Checkboxes, die noch aus dem ursprünglichen Schulprojekt stammen und übersprungen werden können.

Geladen werden kann diese angepasste Version des Rechners hier:

Ein gutes Bilanzierungstool für alles rund um das Thema Ernährung bietet der „Klimarechner für deine Küche“ des Tagesspiegels. Er ermöglicht die CO<sub>2</sub>-Bilanzierung individualisierter Gerichte mit übersichtlicher und verständlicher Aufschlüsselung der Emissionen:



Tagesspiegel — Der Klimarechner  
für deine Küche



Zuletzt kann auch noch der „myclimate“-Online-rechner erwähnt werden. Er bietet eine Bilanzierung verschiedener Schwerpunktbereiche an, z.B. Bilanzierung für Events, Reisen, Unternehmen und Organisationen, aber auch einen individuellen Fußabdruck:



CO<sub>2</sub> Rechner: CO<sub>2</sub> Ausstoss  
berechnen



Grundsätzlich gilt es natürlich, bei jedem CO<sub>2</sub>-Rechner zu beachten, dass diese immer nur Ausschnitte und nicht das gesamte Bild der eigenen CO<sub>2</sub>-Bilanz darstellen können. Die Ergebnismwerte bieten daher eher eine Orientierung als eine vollkommen korrekte Datenlage der Realität.

