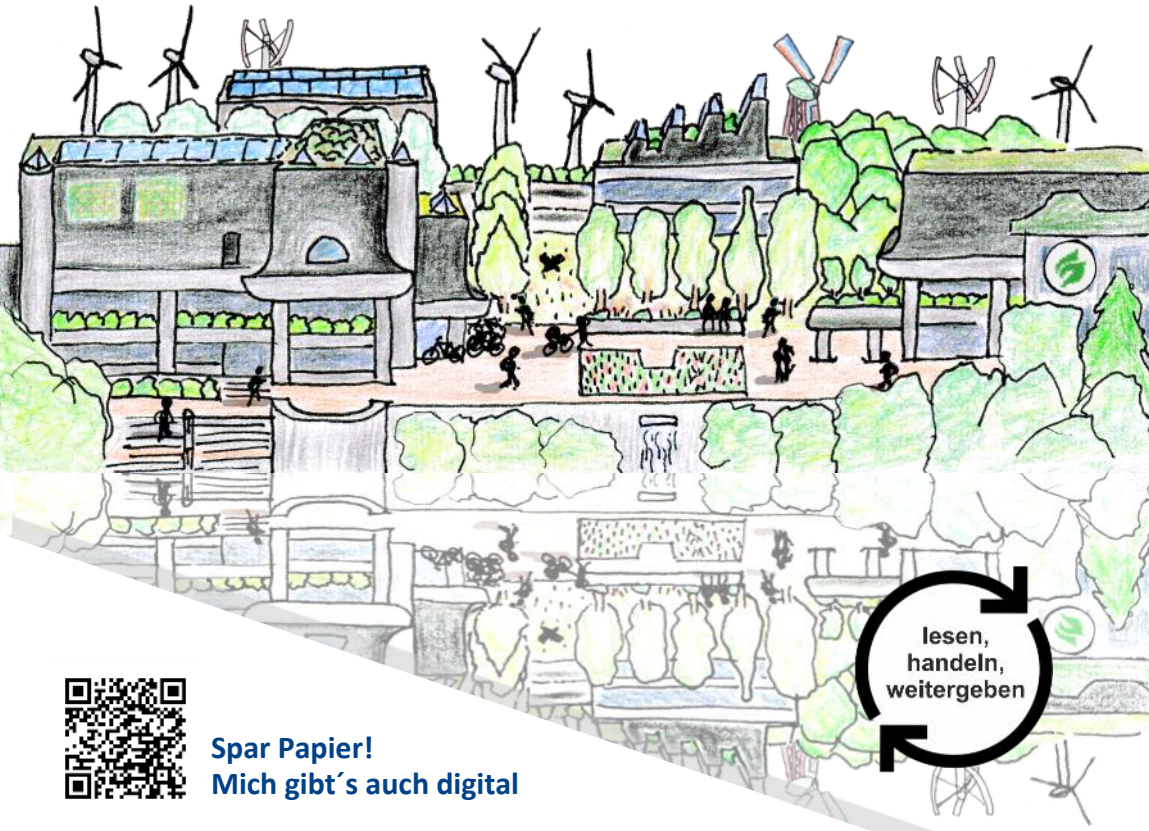




DEIN nachhaltiger BEGLEITER

Praktische Tipps und Tricks
für einen zukunftsgerechten
Alltag an der Universität Würzburg



Spar Papier!
Mich gibt's auch digital





Inhalt

1. Was ist Nachhaltigkeit?	5
1.1 Der Trichter der Erkenntnis	6
1.2 Die 6-R-Regel.....	8
2. Guten Morgen!	11
2.1 Körperhygiene	11
2.2 Mobil sein	12
2.3 Coffee to go	14
3. Frohes Schaffen!	17
3.1 Energie sparen.....	17
3.2 Papier.....	19
3.3 Büromaterialien.....	20
3.4 Küche und Toilette	21
3.5. Mach mal Pause	22
3.5.1 Essen fassen.....	22
3.5.2 Durst löschen	24
3.5.3 Das Smartphone	25
4. Feierabend!	27
4.1 Lebensmittel.....	28
4.2 Kleidung.....	34
4.3 Banking	37
4.4. Sweet Home	38
4.4.1 Möbel	38
4.4.2 Energie.....	39
4.4.3 Wasser.....	41
4.4.4 Waschen.....	41
4.4.5 Müll.....	43
4.4.6 Balkonien.....	46
5. Wichtige Orte in Würzburg	51
6. In eigener Sache	57



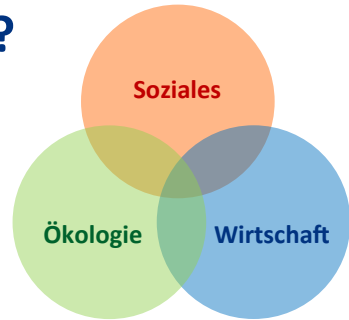
„In der lebendigen Natur geschieht nichts, was nicht in der Verbindung mit dem Ganzen steht.“

- Johann Wolfgang von Goethe

1. Was ist Nachhaltigkeit?

„Nachhaltige Entwicklung ist eine Entwicklung, die den Bedürfnissen der heutigen Generationen entspricht, ohne die Möglichkeiten zukünftiger Generationen zu gefährden, ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen.“

„Brundtland-Kommission“, 1987



Drei-Säulen-Modell der Nachhaltigkeit

Nachhaltig zu handeln bedeutet insbesondere unsere natürlichen Lebensgrundlagen zu schützen und zu schonen. Ein intaktes Klima, sauberes Wasser, saubere Luft und fruchtbare Böden sind abhängig von funktionierenden Ökosystemen, die zum Funktionieren wiederum abhängig von einer ausreichenden Biodiversität sind. Unsere Gesellschaft und damit auch die Wirtschaft sind abhängig von diesen Ökosystemen. Auch sämtliche Ressourcen, die wir Menschen verbrauchen, entspringen einer natürlichen Grundlage. Das Wasser aus der Leitung, das Essen auf deinem Teller, die Kleidung, die du trägst, das Haus, in dem du sitzt, der Strom aus deiner Steckdose. Nicht nur Kohle und Erdöl, auch die Seltenen Erden und Halbmetalle für unsere Solar- und Windkraftanlagen sowie E-Auto-Batterien werden irgendwo von irgendwem aus der Erde gekratzt. Wir alle brauchen funktionierende Ökosysteme und wir alle verbrauchen natürliche Ressourcen. Eine nachhaltige Entwicklung liegt damit in der Verantwortung eines jeden Einzelnen.

Für unseren aktuellen Ressourcenverbrauch bräuchten wir allerdings 2,5 Planeten – Tendenz steigend. Wir schränken mit unserem aktuellen Lebensstil also die Möglichkeiten für zukünftige Generationen zunehmend ein. Der Begriff „zukünftige Generationen“ ist dabei etwas verharmlosend, denn gemeint ist kein hypothetisches Konstrukt der fernen Zukunft — bereits heute lebende Jugendliche und unsere Kinder werden mit den Auswirkungen massiv konfrontiert sein. Krieg, Vertreibung und Flucht sind bereits Auswirkungen von Umweltschäden und Verteilungskämpfen um begrenzte Ressourcen. Dürresommer in Mitteleuropa und das Artensterben sind Indikatoren für eine massive Überlastung unserer Ökosysteme.

Es gilt JETZT zu handeln!

Info

Dieser Begleiter soll euch eine kleine Hilfestellung geben, um das Alltägliche in Würzburg etwas „nachhaltiger“ zu gestalten. Er hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit, was aufgrund der rasanten Entwicklungen im Bereich Nachhaltigkeit auch gar nicht möglich ist. Wir wünschen euch viel Freude mit diesem Heft! — Euer RefÖko-Team

Ausführlichere Infos findet ihr unter: www.nachhaltigkeit.info

Tipps zum Selbermachen findet ihr unter: www.smarticular.net

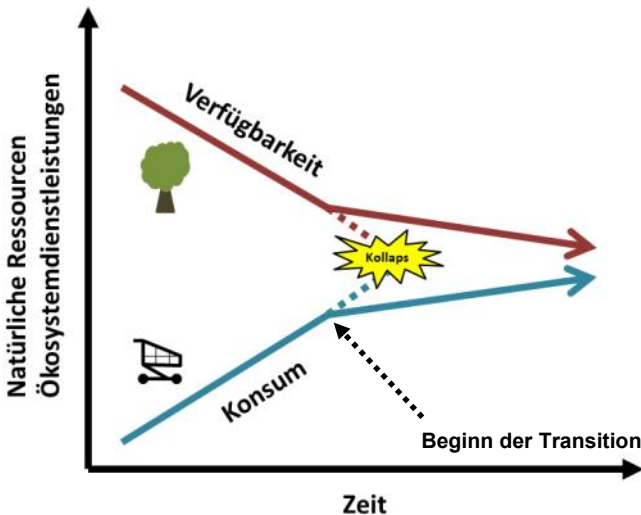
1.1 Der Trichter der Erkenntnis

Trichter leitet sich vom lateinischen „traiectionium“ ab und bedeutet „Übergang“. Auch der Transition- oder Transformationsbegriff leitet sich hiervon ab und steht für den Wandel hin zu einer nachhaltigeren Gesellschaft.

Info

Die Transition-Bewegung möchte unter dem Motto „Einfach. Jetzt. Machen“ praktisch erproben wie wir anders und besser leben können.
www.transition-initiativen.org

Was damit gemeint ist, veranschaulicht die folgende Grafik mit der namensgebenden Trichterform. Während nämlich die weltweite Nachfrage und der Konsum natürlicher Ressourcen und Ökosystemdienstleistungen rasant zunimmt, nimmt ihre Verfügbarkeit durch deren Verbrauch gleichermaßen ab. Sind die Ressourcen verbraucht und ist ein Funktionieren der Ökosysteme nicht mehr gewährleistet, sind die Handlungsoptionen der Menschheit massiv eingeschränkt. Es kommt zum gesellschaftlichen Kollaps. **Ein Wandel (eine Transition) muss also bereits vorher einsetzen!** Ein lokales Handeln weltweit ist entscheidend. Der Wandel fängt in deinem Kopf an, muss im Kleinen starten und bereits jetzt beginnen.



Um einen Wandel der Gesellschaft zu mehr Nachhaltigkeit zu realisieren gibt es drei übergeordnete Strategien, die allerdings nur gemeinsam erfolgreich sein können. Die bisherige Entwicklung zeigt, dass die Vernachlässigung einer dieser Strategien die Zielerreichung erschwert oder sogar konterkariert.

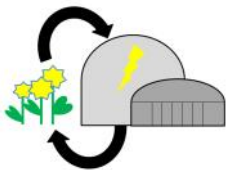


Genügsamkeit

A) Suffizienzstrategie „weniger konsumieren“

Es wird nur die wirklich benötigte Menge konsumiert und Produkte sind reparierbar. Dies senkt den absoluten Ressourcenverbrauch schnell und kostengünstig. *Beispiel: Fahrrad statt Auto*

Diese Strategie erscheint im ersten Moment am simpelsten, ihre Umsetzung ist allerdings bisher eher vernachlässigt worden. Das ist darin begründet das Suffizienz eine umfassende Veränderung der individuellen Lebenseinstellung und Lebensführung erfordert, was politisch nur schwer eingefordert werden kann. Außerdem ist Suffizienz kaum mit unserem jetzigen Werte- und Wirtschaftssystem vereinbar. Grundbedingung wäre z.B. eine andere Definition von Wohlstand.

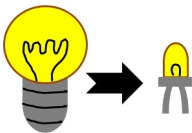


Verträglichkeit

B) Konsistenzstrategie „anders produzieren“

Verwendung regenerativer Energie und wiederverwertbarer Materialien. Es gibt keine Abfälle. Alles wird wiederverwertet und alle Produkte sind von Beginn an auf diese Folgenutzung ausgerichtet. *Beispiel: Energie und Dünger aus Pflanzen*

Im Bereich der Konsistenz ist die EU langsam auf dem richtigen Weg. Produktdesign wird vermehrt auf Wiederverwertbarkeit und gesundheitliche Unbedenklichkeit ausgerichtet. Stoffe die diese Kriterien nicht erfüllen, werden durch andere ersetzt (Substitution). Leider werden bei diesen Substituten oftmals indirekte negative Auswirkungen vernachlässigt oder ins Ausland verlagert. So hat z.B. die Verwendung von Kunststoffen auf Pflanzenbasis die Lebensmittelpreise in den Entwicklungsländern erhöht und gleichzeitig die Abholzung von Regenwäldern beschleunigt.



Wirksamkeit

C) Effizienzstrategie „besser produzieren“

Gleicher oder besserer Nutzen, bei weniger Energie- und Rohstoffverbrauch Dies kann durch den Einsatz neuer Technologien und Organisationsformen oder durch Einsparungen erreicht werden. *Beispiel: LED statt Glühbirne*

Im Bereich der Effizienz ist die Bundesrepublik sehr weit fortgeschritten, da diese Strategie gut mit dem kapitalistischen Wirtschaftssystem vereinbar ist. Der einseitige Fokus auf diese Strategie hat aber zu massiven Rebound-Effekten geführt. Sämtliche Effizienzsteigerungen wurden in Produktionssteigerungen umgesetzt und damit der absolute Ressourcenverbrauch sogar angekurbelt. Bestes Beispiel ist der Verkehrssektor: Effizienzgewinne beim Spritverbrauch wurden nicht in absoluten Verbrauchsverringern umgesetzt, sondern um mehr zu transportieren, schnellere und größere Autos zu produzieren und Fliegen billiger zu machen.

1.2 Die 6-R-Regel

Die drei Strategien, Suffizienz, Konsistenz und Effizienz, kannst du selbst im Alltag recht einfach durch die 6-R Regel umsetzen. Diese sechs aufeinander folgenden Gedankengänge geben dir eine Richtschnur um zukunftsgerecht entscheiden zu können. Einfach kurz innehalten und „**Vordenken**“:

Refuse!

1. Brauche ich das wirklich?

„Uhhh, kostenloser Kuli! Ich habe zwar schon 76 davon zu Hause, ...aber hey, kostenloser Kuli!“



Reduce!

2. Brauche ich davon so viel?

„Jetzt neu! Zwei kostenlose Kulis zum Preis von einem! Genial.“



Reuse!

3. Kann ich das nochmal oder anders verwenden?

„Wer braucht denn Wechselminen, wenn er 256 leere Einweg-Kulis als Cocktail-Trinkhalme verwenden kann!!!“



Repair!

4. Kann ich selbst oder jemand anders das reparieren?

„Der neue Incap-Pen überträgt alles Geschriebene sofort in meine megamoderne und kostenlose Miniluv-Cloud.“



Recycle!

5. Kann die Allgemeinheit damit noch etwas anfangen?

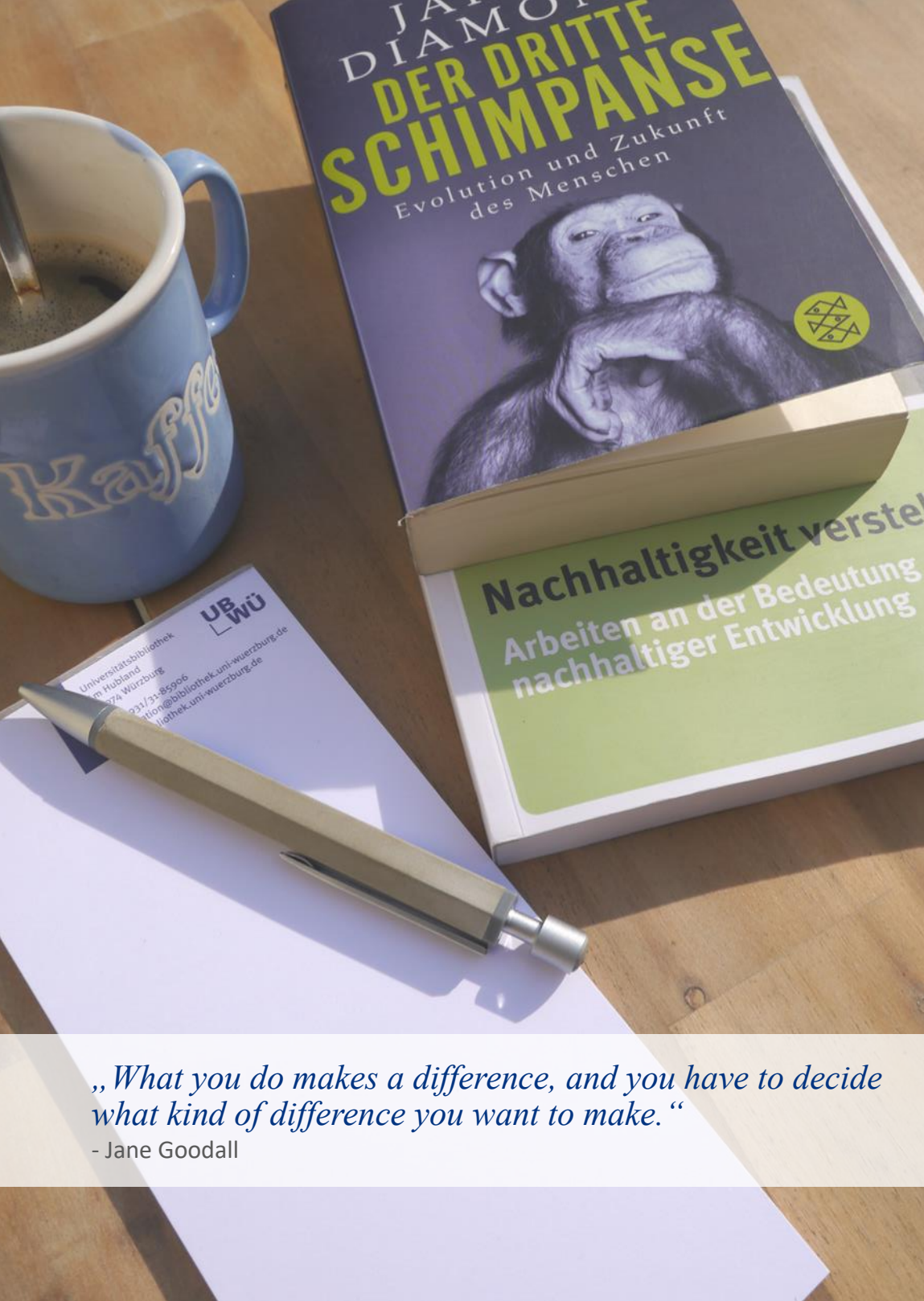
*„Der Hammer!
Incap-Pens mit unzerstörbarer, polychlorierter Chrysotil-Ummantelung.“*



Rot!

6. Kann Mutter Natur damit etwas anfangen?

*„Kulis aus kompostierbarem Plastik? So ein neumodischer Blödsinn!
Da nehm ich doch lieber den guten alten Stinke-Textmarker, da weiß man, was man hat!“*



„What you do makes a difference, and you have to decide what kind of difference you want to make.“

- Jane Goodall

2. Guten Morgen!

2.1 Körperhygiene

Bei den meisten Menschen (und sogar einigen Studierenden) startet der Morgen mit der Körperhygiene. Gerade bei Hygieneartikeln und Kosmetik ist die Suche nach wirklich nachhaltigen und biologischen Produkten schwierig. Begriffe wie „natürlich“ finden inzwischen fast überall zu Marketingzwecken Verwendung. Wenn du Zweifel hast, kannst du die ToxFox-App des BUND verwenden. Über ein einfaches Scannen des Barcodes gibt die Smartphone-App Auskunft über mehr als 80.000 Körperpflegeprodukte.

Für weitere Infos:



ToxFox-App

Kleine Siegelkunde:



NaTrue: Produkte mit diesem Label garantieren dir natürliche oder naturnahe Rohstoffe aus min. 70% biologischem Anbau, keine Gentechnik und keine Tierversuche für das Endprodukt.



Natural Cosmetics Standard (NCS): Produkte mit diesem Label garantieren dir natürliche oder naturnahe Rohstoffe, keine Gentechnik und keine Tierversuche für das Endprodukt.



Bundesverband der Industrie- und Handelsunternehmen (BDHI): Produkte mit diesem Label garantieren dir die Förderung des biologischen Pflanzenbaus, keine Verwendung von Rohstoffen aus toten Wirbeltieren, keine Tierversuche für das Endprodukt.



Human Cosmetics Standard (HCS): Produkte mit diesem Label garantieren dir den Verzicht auf Tierversuche für das Endprodukt und alle Inhaltsstoffe. Außerdem verpflichtet sich das Unternehmen, zukünftig komplett auf Tierversuche zu verzichten.

Refuse!

Aber warum eigentlich kaufen? Seifen und Shampoos können ohne großen Aufwand auch selbst hergestellt werden!



← Seife herstellen

Shampoo herstellen →



2.2 Mobil sein

Refuse!

Mir san mit´m Radl da!

Ist das Verbrennen von Erdöl zum Antreiben von tonnenschweren Metallmonstern als Transportmittel für kiloschwere Menschen eigentlich intelligent?

Mit dem Fahrrad unterwegs zu sein ist nicht nur gut für die Figur — es schont auch die Umwelt und den Geldbeutel. Unter 30 Minuten kommst du überall hin, auch wenn eine Hubland-Besteigung durchaus etwas kräftezehrend sein kann.

Tipp

Kein eigenes Fahrrad oder du bekommst Besuch? Dann gibt´s dafür Verleihstationen der Firma NEXTBIKE in Würzburg: www.nextbike.de/de/wuerzburg/

Radeln mit dem E-Bike

Ein Jahr lang mit dem E-Bike statt dem Auto zur Arbeit fahren (an 220 Tagen 15 km pro Tag):

-825 kg CO₂

Mit dem Moped statt dem Auto zur Arbeit:

spart im Jahr bei 24 km an fünf Tagen die Woche:

-847 kg CO₂

Klima-Check

Quelle: www.klimatum.de

Tipp

Bei Reparaturen empfehlen wir euch einen Besuch im Umsonstladen „Luftschloss“ in der Gutenbergstr. 3 (Grombühl). Dort gibt es eine Selbsthilfwerkstatt. umsonstladen4wuerzburg.wordpress.com/fahrrad-ak/fahrrad-selbsthilfe-werkstatt/ Hat dein Fahrrad am Hubland schlapp gemacht? Dann kannst du auch im Students`House Werkzeug für die Reparatur finden (siehe Seite 52).

Tipp

WG-Party geplant und kein Auto, um die 34 Bierkisten zu transportieren? WG-Party eskaliert und du musst spontan umziehen, bekommst aber keinen Transporter? Es gibt eine kostenfreie Lösung: lastenrad-wuerzburg.de

Reduce!

ÖPNV (Öffentlicher Personennahverkehr):

Natürlich gibt es noch Luft nach oben, aber gerade Würzburg ist mit seiner doch überschaubaren Größe und dem recht gut ausgebauten ÖPNV-Netz eine Stadt, in der wir auf das Auto sehr wohl verzichten können. Gerade die verschiedenen Campi der Uni sind mit Straba, Bus und Fahrrad auch durch ihre teils sehr zentrale Lage gut zu erreichen. Die Nutzungsmöglichkeit bezahlen Studierende ohnehin durch den Semesterbeitrag. Also bitte nutzen!

Info

Schon mal an eine Mitgliedschaft im ökologischen Verkehrsclub Deutschland gedacht? Hier arbeitet eine bunte Truppe an nachhaltigen Mobilitätskonzepten für uns alle. www.vcd.org/mainfranken-rhoen



Reduce!

Mitfahrgelegenheiten:

Berg zu steil? Fahrrad kaputt? ÖPNV fährt nur alle Jubeljahre? Dann bieten Fahrgemeinschaften eine ökonomisch als auch ökologisch gute Alternative. Einfach mit Kolleginnen und Kollegen oder Mitstudierenden absprechen. Aber auch das Internet bietet Möglichkeiten.

**Auto ist nicht gleich Auto**

Ein Auto mit einem Verbrauch von 5 statt 8 l, bei 7.000 gefahren Kilometern pro Jahr:

-240 kg CO₂

Quelle: www.klimaturm.de

Tipp

Wir empfehlen die **clickApont** Mitfahrgelegenheit- und Frachtenbörse. Mitfahrgelegenheiten findest du auch auf hitchhikers.de und Autos mieten kannst du bei getaround.de.



www.hitchhikers.de



www.clickapoint.com



www.getaround.de

2.3 Coffee to go

In Deutschland werden stündlich 320.000 Coffee-to-go-Becher verbraucht. Pro Jahr sind das fast drei Milliarden Einwegbecher, die im Müll landen.

Reduce!

Deshalb lieber morgens daheim noch schnell einen Kaffee machen, als einen im Pappbecher vom Bäcker zu holen. Falls du gar keine Zeit mehr hast, lass dir einfach einen wiederverwendbaren **Coffee-to-go Becher** beim Bäcker auffüllen. Der Weltladen in der Plattnerstraße 14 bietet dafür den Würzburger „In ToGo-Becher“ an. Und in der Uni-Cafeteria gibt es mittlerweile auch für 4€ Mehrwegbecher vom Studentenwerk.



© Stadt Würzburg

Für weitere Infos:



Stadtmarketing Würzburg



© Studentenwerk Würzburg

Für weitere Infos:



studentenwerk-wuerzburg.de


Refuse!

Kaffeekapseln werden aus Aluminium hergestellt, welches eine sehr schlechte Umweltbilanz aufweist. Die Gewinnung von Aluminium ist ein aufwendiger Prozess. Im Tagebau wird das Erz Bauxit abgebaut, das dann chemisch weiterverarbeitet werden muss. Neben dem Einsatz großer Mengen Energie stellt vor allem der giftige Abfall ein enormes Problem dar. Die Rot-schlammkatastrophe 2010 in Ungarn kostete zehn Menschen das Leben und versuchte einen ganzen Landstrich mit Schwermetallen.

Sei kein Clooney und verwende lieber eine Kaffeemaschine mit Kaffeepads. Noch umweltschonender ist natürlich Filterkaffee oder einfach ein Espressokännchen für den Herd.

Mehrwegbecher - Rückgabe

... so funktioniert es.

studentenwerk
würzburg 



Schritt 1:

Kaufe einen Mehrwegbecher für 4€ in einer Cafeteria deiner Wahl.



Schritt 2:

Genieße deinen heißen Kaffee, der aufgrund des wärmespendenden Materials schön lange warm bleibt.



Schritt 3:

Gib deinen schmutzigen Mehrwegbecher zurück und erhalte im Gegenzug eine Pfandmarke.



Schritt 4:

Erhalte einen neuen frischen Becher, indem du deine Pfandmarke an der Kasse in einer Cafeteria deiner Wahl abgibst.



*„Jeder dumme Junge kann einen Käfer zertreten.
Aber alle Professoren der Welt können keinen herstellen.“*

- Arthur Schopenhauer

3. Frohes Schaffen!

3.1 Energie sparen

Zwischen Weihnachten und Silvester kann die Uni pro Tag ca. 25.000 Euro an Strom- und Heizkosten sparen. In diesen Tagen ist die Uni geschlossen und die Zahl verdeutlicht damit recht eindringlich, welches **Einsparpotential durch das Handeln jedes Einzelnen** an der Uni möglich ist.

Reduce!

- 👉 Tageslicht nutzen!
- 👉 Wenn schon künstliches Licht, dann bitte LEDs
- 👉 Sinnvoll heizen! Pro Grad sparst du bis zu sechs Prozent Energie
- 👉 Am Tag typischerweise die Einstellung 2-3 für ca. 18 bis 20 Grad
- 👉 Nach Feierabend oder in meist ungenutzten Räumen Einstellung 1 für ca. 14°C
- 👉 Besser wärmer kleiden als mehr heizen
- 👉 Fenster auf und stoßlüften (statt Fenster kippen)
- 👉 Türen zu im Flur
- 👉 Heizkörper generell nicht verdecken

Eine durchschnittliche Google-Suche verbraucht 0,3 Wattstunden. Bei der geschätzten Zahl von mehr als einer Milliarde Suchanfragen pro Tag tragen diese mit 12,5 Millionen Watt zum Energieverbrauch weltweit bei. Aber irgendwie müssen wir ja an Informationen gelangen.

Reuse!

Also sollten wir versuchen, zumindest gleichzeitig noch etwas Gutes zu tun. Benutze die Suchmaschinen Ecosia oder gexsi. Bei diesen Start-Ups fließen die Werbeerlöse aus Suchanzeigen in Aufforstungsprogramme oder soziale Projekte.



Im Web suchen und Bäume pflanzen... 🔍

Suchen mit Sinn... 🔍

Quelle: oekotest.de

Info

Und steht wieder mal ein internationaler Klimaforschungskongress auf Hawaii an? Vielleicht reicht diesmal auch eine Videokonferenz statt der Flugreise...

Einfach selber ausdrucken und anbringen:**PC ausschalten statt Stand-by**

Den PC täglich in der Mittagspause in den Ruhezustand versetzen spart pro Jahr:

-10,5 kg CO₂

**Recyclingpapier verwenden um Bäume zu schonen!**

5.000 Seiten pro Jahr auf Recyclingpapier statt Frischfaserpapier:

-30 kg CO₂

Richtiges Lüften: Ein Fensterbeauftragter muss her

Stoßlüften, statt Fenster gekippt halten, spart im Jahr rund:

- 500 kg CO₂

Quelle: www.klimaturm.de

3.2 Papier

Rund 250 Kilogramm Papier verbraucht jeder Einwohner Deutschlands pro Jahr, Studierende vermutlich ein Vielfaches mehr. Jeder zweite Baum, der weltweit industriell gefällt wird, wird zu Papier verarbeitet.



☞ Beim Papierkauf daher darauf achten, dass es mit dem **FSC- oder PEFC-Siegel** gekennzeichnet ist. Das verwendete Holz stammt dann aus zertifiziert nachhaltiger Waldbewirtschaftung, wobei die Kriterien bei FSC strenger sind.

Die beiden Siegel sagen jedoch nichts über den Energie- und Wasserverbrauch oder den Einsatz von Chemikalien bei der Herstellung aus.



☞ Papiere mit dem **Blauen Engel** werden zu 100% aus Recyclingpapier hergestellt und der Einsatz von schädlichen Chemikalien ist verboten. Ihre Verwendung ist damit die nachhaltigste. Qualitativ gibt es hier schon lange keine Nachteile mehr.

Vorsicht! Die Kennzeichnung „holzfrei“ bei einigen Papieren bedeutet übrigens nicht, dass in der Herstellung kein Holz benötigt wird, sondern, dass Lignin und Hemizellulose durch Lösungsmitteln entfernt wurden. Diese Fasern von der Zellulose zu trennen ist ein äußerst energie- und wasserintensiver Prozess und die notwendigen Chemikalien belasten unser Abwasser stark.

Reduce!

- ☞ Drucke & kopiere nur das Nötigste
- ☞ Drucke möglichst zweiseitig und zwei und/oder mehrere Seiten nebeneinander
- ☞ Kaufe Recyclingpapier!

Tipp

In vielen Bibliotheken hast du die Wahl zwischen Druck auf normalem und auf Recyclingpapier. Achte also darauf, dass du das entsprechende Fach bzw. den entsprechenden Drucker auswählst.

Papier aus Papier: Ressourcen schützen
10 Blöcke (A4, 80 Blatt, 4 kg) aus Recycling-,
statt aus Frischfaserpapier hergestellt:

-4,8 kg CO₂

Klima-Check

Quelle: www.klimaturm.de

3.3 Büromaterialien

Recycle!

Büromaterialien müssen nicht weggeschmissen werden. Eine einfache Sammelbox führt die alten Stifte etc. dem Recycling zu. Auch Spenden ist eine Alternative. Statt funktionsfähige Drucker und PCs wegzuworfen, können diese auch sozialen Einrichtungen in Würzburg wie Angestöpselt e.V. gespendet werden. Die Arbeiterwohlfahrt (AWO) freut sich sogar über Falschdruck-Erzeugnisse, Papier zum Malen für die Kinder, Stifte und Bastelmaterialien.

Reuse!



Tip

*Der Lehrstuhl Zoologie III im Biozentrum macht es vor. Einfach nachmachen!
Fehlgedruckte Stifte? Einfach als Schmierzettel sammeln!
Alte Stifte? Sammeln und kostenlos z.B. bei [terracycle.com](https://www.terracycle.com) einsenden*

Beim Neukauf gibt es natürlich auch Einiges, worauf du achten kannst:

- 👉 Filzstifte, Textmarker bitte nachfüllbar
- 👉 umweltfreundliche Entsorgung und Verwertung
- 👉 Tinte ohne Xylol/Toluol, keine Farbmittel auf Schwermetallbasis (Minen)
- 👉 Lösungsmittel: wenn möglich Wasser, ggf. Alkohole (Propanol, Ethanol)
- 👉 Nutzung nachwachsender Rohstoffe anstatt herkömmlicher Kunststoffe

Tip

Ein regionaler Anbieter von nachhaltigen Büroartikeln ist die MEMO AG. Diese Firma hat ihren Sitz in der Nähe von Würzburg (Greußenheim): www.memo.de

3.4 Küche und Toilette

Gemeinhin besteht der Arbeitsplatz nicht nur aus Büro. Auch die Küche, die Toilette und der Aufenthaltsraum können zukunftsgerecht gemacht werden.

Reuse!

Die Verwendung von gebrauchten Möbeln und Gebrauchsgegenständen ist ein erster Schritt. Schau doch mal im **Kapitel 4.4.1** nach.

Tipp

Wir empfehlen: www.tauschmarkt-mainfranken.de

Recycle!

Austauschbare und recyclingfähige Verbrauchsmaterialien sind der nächste Schritt. Auch die korrekte Mülltrennung ist ein Weg, zumindest einen Teil von Gebrauchsgütern einer sinnvollen Folgenutzung zuzuführen.



Tipp

Der Lehrstuhl Zoologie III im Biozentrum macht es vor. Einfach nachmachen!
Wiederverwendbarer Kaffeefilter für Kaffeepad-Maschinen
eine korrekte Mülltrennung

Bei Reinigungsmitteln gilt:

- ☞ Auf Basis nachwachsender Rohstoffe
- ☞ Verwendung heimischer Pflanzenöle und ätherischer Öle
- ☞ Ohne Konservierungs- und Farbstoffe
- ☞ Biologisch abbaubar

Empfehlenswerte Siegel:



Info

... Oft sehen wir Teeküchen und Toiletten, in denen Tag und Nacht das Licht brennt.
Auch hier einfach mal **für die Anderen mitdenken und ausschalten**.

3.5. Mach mal Pause

3.5.1 Essen fassen

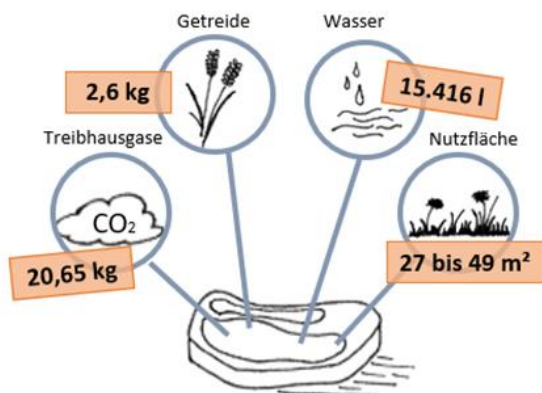
Die Landwirtschaft, wie sie zurzeit praktiziert wird, ist der Hauptverursacher des weltweiten Artensterbens. Sie setzt zusätzlich erhebliche Mengen an Treibhausgasen frei und ist Hauptverbraucher der weltweiten Süßwasserreserven. Die eigene Ernährung ist dadurch der mit Abstand größte Hebel, um etwas zu bewirken.

Reduce!

Reduziere deinen Fleischkonsum

Vegetarische und vegane Angebote in den Mensen sind mittlerweile Standard. Ein bisschen Mut zum fleischlosen Menü kann sich durchaus lohnen. Und das tägliche Schnitzel muss es ja nun auch aus gesundheitlicher Sicht nicht wirklich sein, oder? Frei nach dem Motto „Zwei halbe Vegetarier sind auch ein ganzer“ könnt ihr auch kleine Teams bilden, um euch gegenseitig zu motivieren. Und wenn es doch mal Fleisch sein soll, dann bitte Bio-Qualität.

Was steckt in 1 kg Rindfleisch?



Quelle: eigene Darstellung in Anlehnung an albert-schweitzer-stiftung.de/aktuell/1-kg-rindfleisch

Reduce!

Reduziere deine Lebensmittelverschwendung

Die Angewohnheit, immer etwas auf dem Teller liegen zu lassen, ist nicht gerade nachhaltig. Wenn euch die Portion zu groß war, dann fragt doch einfach eure Mensabegleitung oder den Sport-Studenten am Tisch nebenan. Die haben immer Hunger! ... oder einfach mal eine kleinere Portion verlangen. Viele Tipps gegen Lebensmittelverschwendung findest du auf www.zugut fuerdietonne.de (gibt es auch als App!).



Zu gut für die Tonne



Für weitere Infos
zum CampusGarten



Für weitere Infos
zu Mundraub
am Hubland

Reempowerment!

Gärtner selbst!

Der CampusGarten in der Nähe der Mensateria auf dem Hubland gibt euch die Möglichkeit, euer eigenes Gemüse heranzuziehen. Kostenlos und in Gemeinschaft mit Anderen. Das ganze natürlich „bio“. Schon so manche kleine Frühstückspause ist dort zum Brunch eskaliert.

Mundraub

Besuch doch mal die vielen Obstbäume auf dem Unigelände. Diese sind als öffentliches Grün für alle gratis nutzbar! Ob als Snack für zwischendurch oder als Quelle für Obstkuchen, Marmelade und Chutney und anderes Eingemachtes.









3.5.2 Durst löschen

Pfand bedeutet nicht automatisch Mehrweg. Günstige Getränke aus dem Discounter sind oft in Einwegflaschen abgefüllt. Diese werden nicht mehrmals genutzt, sondern in Drittstaaten (meist Asien) exportiert und das Plastik dort z.B. recycelt und zu Billigmode verarbeitet. Die enormen Transportwege sind ein Problem. Viele dieser Flaschen landen am Ende in den Weltmeeren.

Reuse!

Auch bei Getränken gilt: regional ist am nachhaltigsten.

Abgefüllt in Mehrweg-Glasflaschen ist die Ökobilanz besser. Je weiter weg die Produktionsquelle liegt, desto sinnvoller werden Mehrweg-Plastikflaschen, da sie leichter sind und ihr Transport weniger CO₂ produziert.

	Einweg-Flasche	Mehrweg-Flaschen	eigene Trinkflasche
	 Plastik	 Plastik Glas	
			
Pfand:	25 Cent	8-15 Cent	0 Cent
Ø Preis / Liter:	13 Cent	53 Cent	0,2 Cent
Umweltbelastung:			

Reduce!

Mineralwasser wird direkt an einer Quelle abgefüllt, während es sich bei Tafelwasser um abgefülltes Leitungswasser mit Zusätzen handelt. Wer auf Mineralwasser verzichten kann, sollte statt Tafelwasser lieber **das regionale und streng kontrollierte Leitungswasser** in eine eigene Trinkflasche abfüllen. Das entlastet den Geldbeutel und schont die Umwelt. Wer sich für die Mineralienzusammensetzung des Würzburger Leitungswassers interessiert, wird auf der Webseite der Würzburger Versorgungs- und Verkehrs-GmbH (www.wvv.de) fündig.

Leitungswasser: Beste Qualität frei Haus

Ein Liter Leitungswasser statt Mineralwasser pro Tag spart im Jahr:

-70 kg CO₂

Quelle: www.klimaturm.de



Tipp

Mit dem Kauf von Wasserschutzbrot schützt du nicht nur unser Grundwasser, sondern unterstützt regionale Landwirte und Bäckereien.
www.wasserschutzbrot.de



3.5.3 Das Smartphone

Die durchschnittliche Lebensdauer eines Smartphones beträgt ca. zwei Jahre.

Manche Hersteller setzen bewusst auf eine begrenzte Lebensdauer ihrer Produkte. Durch das riesige Angebot an immer neuen und moderneren Smartphones wird aber auch die Kauflaune der Kundinnen und Kunden angeregt. Dies führt zu einem immer schnelleren Wechsel der technischen Begleiter. Ein klarer Kopf bei der Abwägung zwischen Kosten und Nutzen eines neuen Smartphones hilft dabei, Umwelt und Geldbeutel zu schonen.

Reduce!

Das nachhaltigste Smartphone ist ein Second-Hand-Smartphone.

Faires Smartphone

Die bewusste Entscheidung für ein nachhaltig produziertes Smartphone mit längerer Lebensdauer bietet ökonomische Anreize für Unternehmen, ihre Produkte verstärkt auf diese Ansprüche der Kundinnen und Kunden auszurichten. Auf faire Produktionsbedingungen achten z.B. Fairphone und Shiftphones.



TCO zertifizierte Smartphones verzichten auf Rohstoffe aus Konfliktregionen. Hier hat also kein Warlord mitverdient.

Repair!

Reparierbare Smartphones

Auch solltet ihr beim Kauf eines Smartphones darauf achten, wie viele individuell ersetzbare Teile es enthält, sodass nicht das komplette Smartphone bei nur einem defekten Part (Stichwort: Akku) ausgetauscht werden muss.

Die Onlineportale **ifixit.com** und **clickrepair.de** helfen euch dabei, Smartphones auf ihre Reparaturtauglichkeit hin zu untersuchen. HP, Dell und Fairphone bieten z.B. reparierbare Smartphones an.

In sogenannten **Repair-Cafés**, die immer wieder auch in Würzburg stattfinden, kannst du dein Smartphone unter fachkundiger Hilfe selbst reparieren lernen.

Recycle!

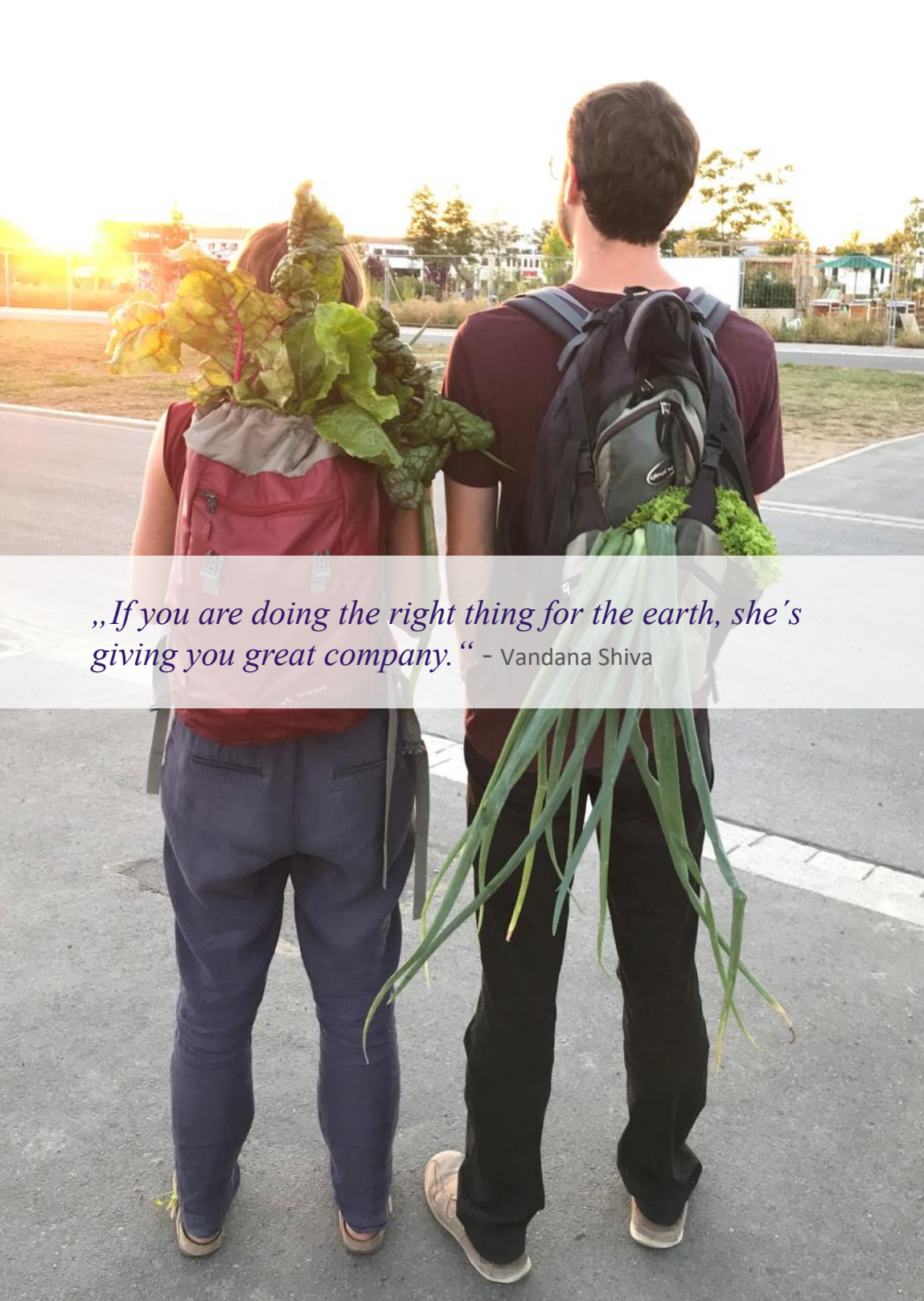
Rohstoffe retten

Die **Umweltstation** im Niggelweg 5 sammelt übrigens alte Handys und führt sie dem Recycling zu. Ein kostenloses Angebot, das ihr unbedingt nutzen solltet.

Reuse!

Gutes tun

Du kannst mit dem alten Smartphone und Handy aber auch gezielt soziale und nachhaltige Projekte unterstützen wie z.B. die Caritas: **www.caritas.de/caritasbox** oder die Deutsche Umwelthilfe: **www.handysfuerdieumwelt.de**



„If you are doing the right thing for the earth, she’s giving you great company.“ - Vandana Shiva

4. Feierabend!

...aber vorher noch eine kleine Erinnerung für das Gewissen!

Bei vielen Menschen lässt das eigene Verantwortungsgefühl stark nach, sobald es sich um Gemeingüter handelt („Tragik der Allmende“). Gerade öffentliche Einrichtungen wie die Universität leiden daher besonders unter Ressourcenverschwendung. Letztendlich bezahlen aber wir alle den unnötigen Verbrauch an Energie und Wasser über unsere Steuergelder und schlussendlich mit einer kaputten Umwelt.

Reduce!

Die Universität Würzburg könnte ihren Energieverbrauch z.B. um 15% senken, wenn nach Feierabend alle elektronischen

Bürogeräte ausgeschaltet werden würden.

- 👉 Elektrogeräte abschalten - auch der Standby-Modus verbraucht Energie
- 👉 Ladegeräte und Netzteile ausstöpseln
...oder Steckerleiste mit Schalter benutzen!
- 👉 Fenster zu?
- 👉 Heizung runterfahren!

Klima-Check

Goodbye Stand-by: Steckdosenleiste mit Schalter

Ein Jahr lang Modem und Router bei Nichtgebrauch (19 Stunden Stand-by) ausstecken:

-71 kg CO₂

Quelle: www.klimaturm.de

Reempowerment!

Wissen ist Macht. Bevor ihr eure Einkäufe erledigt, schaut

euch den **Konsumkompass** von Greenpeace Würzburg und die Zusammenstellung nachhaltiger Einkaufsmöglichkeiten vom BUND Würzburg an. Eine gute Hilfe ist auch immer die kostenlose App **codecheck**. Durch einen Scan des Barcodes siehst du zum Beispiel, welche (Zusatz-)Stoffe sich in Kosmetika und Lebensmitteln befinden.



Konsumkompass Würzburg



ökologisch einkaufen Würzburg



codecheck-app.com

4.1 Lebensmittel

Zuhause ist der Kühlschrank schon wieder gähnend leer?

In Würzburg gibt es mittlerweile tolle Alternativen zum Supermarkt:

- 👉 Dein eigenes Gemüse kannst du bei den **Stadtgärtnern Würzburg e.V.** großziehen. Hier unterstützen sich alle Gärtnerinnen und Gärtner gegenseitig und machen aus jedem Noob einen Urban-Gardening-Profi. Mehr erfährst du unter: www.stadtgaertner-wuerzburg.de
- 👉 In den Fairteiler-Stationen von **foodsharing.de** findet ihr das, was Bäcker, Cafés und manche Supermärkte übrighaben. Alles kostenlos und garantiert bedenkenlos genießbar. Auch das, was ihr selbst übrig habt, könnt ihr dort abgeben (z.B. vor dem nächsten Urlaub oder Auslandspraktikum). Mehr erfährst du auf Facebook unter *FoodsharingWuerzburg*
- 👉 Die **Verbraucher-Erzeuger-Gemeinschaft (VEG)** bringt Dich und den Landwirt als Team zusammen. Als Mitglied bekommst du Bio-Produkte von deiner Bäuerin oder deinem Bauern und kannst sogar auf dem Acker mithelfen (wenn du willst). Auch in Würzburg gibt es eine VEG. Schau doch mal in der Annastraße 11 vorbei oder unter: www.veg-wuerzburg.de
- 👉 Die **Solidarische Landwirtschaft** garantiert den landwirtschaftlichen Kooperierenden feste Preise. Als Gegenleistung bekommst du pünktlich deine Bioprodukte zum Abo-Preis vom Agrarbetrieb in der Nähe. Gibt's auch in Würzburg: www.solawue.de
- 👉 Die **Ökokisten** bieten ebenfalls Bio-Produkte von Landwirten aus der Region. Sie wird dir direkt an die Haustür geliefert und erspart somit die Fahrt zum nächsten Bio-Hof. Im Raum Würzburg gibt es mehrere Anbieter, z.B. die Ökokiste Schwarzach, die Louisgarder Biokiste oder die Grashüpfer-Kiste.
www.oekokiste-schwarzach.de www.louisgarder-biokiste.de
www.gras-huepfer.de
- 👉 Der **Unverpackt-Laden** in der Sanderstraße 5 bietet das Sortiment der Bio-Supermärkte an, allerdings ohne Verpackung. Das spart unendliche Mengen an Plastik und gibt dir die Möglichkeit, deine Portionsgrößen selbst zu wählen. www.wuerzburg-unverpackt.de
- 👉 Der **Weltladen** in der Plattnerstraße 14 bietet dir tolle Produkte aus nachhaltiger Landwirtschaft. Hier kannst du beim Einkauf nichts verkehrt machen, denn hier ist garantiert alles Fair und Bio: www.weltladen-wuerzburg.de

Toogoodtogo.de: Viele gastronomische Betrieben haben regelmäßig überschüssiges Essen. Dieses unverkaufte Essen landet über die App „**Too Good To Go**“ zum reduzierten Preis in einer Überraschungstüte, die du in einem von vielen beteiligten Würzburger Geschäften bestellen und abholen kannst.

Und wenn es doch noch in den Supermarkt gehen soll, dann achte einfach auf ein paar Faustregeln, die dir helfen, nachhaltiger zu konsumieren:

...doch zuerst: Stoffbeutel oder Körbe zum Einkaufen mitnehmen!

1. Regionale (saisonale) Bioprodukte sind immer die besten, auch geschmacklich!
2. Der Bio-Apfel aus Neuseeland macht wenig Sinn! Dann lieber konventionell von nebenan.
3. Wenn es doch mal von weiter her kommt, dann möglichst Bio & Fair
4. Keine Fair gehandelten Zitronen da? Dann nimm Bio! Denn die Spritzmittel für den konventionellen Anbau sind auch für den Anbauenden schädlich. Bio ist also immer auch fairer für den/die Landwirt/in und für die Natur sowieso.

Gärtnern: Eigenanbau spart Geld und Wege

Ein Kilo Tomaten aus dem Garten oder vom benachbarten Biohof statt Tomaten aus Spanien:

-560 g CO₂

Regional einkaufen: Transportwege vermeiden:

Erdbeeren (500 g) aus Deutschland statt aus Südafrika:

-5,8 kg CO₂



Quelle: www.klimaturm.de

Tip

Nutze die Bio-Einkaufsführer für Würzburg oder ganz Bayern. Nebenbei kannst du auch nachhaltig zum Genießer/zur Genießerin werden, z.B. bei Slow-Food Unterfranken.



Bio-Einkaufsführer Würzburg



Bio-Einkaufsführer Bayern

































Slow-Food Unterfranken

Vergleich der bekanntesten Zertifizierungssysteme der ökologischen Landwirtschaft mit konventioneller Landwirtschaft

Erzeuger	Konventionelle Landwirtschaft				
Kriterien					
Max. Hennen pro Gebäude	Keine Beschränkung	20.000	12.000	6.000	3.000
Anzahl von erlaubten Lebensmittelzusatzstoffen	Über 300	47	22	23	13
Schweine pro Hektar	Keine Beschränkung	14	10	10	10
Legehennen pro Quadratmeter	10	6	6	6	4,4
Enthornung von Rindern	Erlaubt ohne Betäubung	erlaubt	Nicht empfohlen	Zulässig im Ausnahmefall	Nicht erlaubt
Bio-Futtermittel	Keine Vorschrift	95 %	100 %	100 %	100 %
Einsatz von Gentechnik	erlaubt	Bis zu 5 %	nein	nein	nein

Quelle: Eigene Darstellung auf Basis des Biosiegelvergleichs der Sendung „quer“ des Bayerischen Rundfunks vom 03.08.2017

Wann hat welches Gemüse Saison und kann aus regionalen Quellen im Laden gekauft werden?

	Gemüsesorte	Saison			
	Blaukraut (Rotkohl)	Juli-Februar		Paprika	Mai-Oktober
	Weißkraut	Juni-November		Tomaten	April-November
	Wirsing	Juni-Februar		Zwiebel	August-Februar
	Blumenkohl	Juni-Oktober		Buschbohnen	Juli-September
	Kohlrabi	Mai-Oktober		Porree	Juli-April
	Broccoli	Juni-Oktober		Rhabarber	April-Juni
	Kopfsalat	April-Oktober		Kartoffel	Juni-Oktober
	Spinat	Mai-Oktober		Apfel	Oktober
	Sellerie	Juli-November		Birne	August-Oktober
	Rettich	Juli-Oktober		Himbeere	Juni-Oktober
	Möhren	Mai-Oktober		Johannisbeere	Juni-Juli
	Rote Beete	Aug-November		Erdbeeren	Juli-Oktober
	Spargel	April-Juni		Zwetschgen	Juni-Juli
	Gurken	April-September		Süßkirsche	Juni-Juli
	Zucchini	Juni-September		Tafeltraube	September-Oktober

Den Saisonkalender gibt es auch als App!



Worauf achten beim Kauf von Fleisch?

Gute Wahl :-)	Wildfleisch (aus der EU)
Zweite Wahl :-/	Weidefleisch (aus Deutschland)
Lieber nicht :-(Konventionelles Fleisch Fleisch aus Übersee

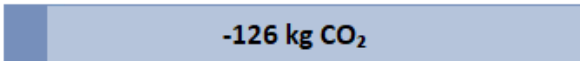
Quelle: Eigene Darstellung auf Basis des „Einkaufsratgeber Fleisch und Wurst“ des WWF

Reduce!

Generell gilt: **je weniger Fleisch, desto besser!** Wer dennoch nicht verzichten mag, sollte Wildfleisch bevorzugen, welches ihr z.B. oft auf Wochenmärkten bekommt. Auch Fleisch vom Biohof nebenan gibt es dort zu kaufen.

Fleischkonsum: Klasse statt Masse

Eine Portion weniger Rindfleisch pro Woche (180 g) spart im Jahr:



Quelle: www.klimaturm.de



Beim Kauf im Supermarkt hilft bei Discountern der **„Haltungskompass“** (siehe folgende Seite oben). Hier ist aber eigentlich erst ab Stufe 3 eine für das Tier merkliche Verbesserung der Haltungsverbedingungen vorhanden. Transportbedingungen und Schlachtung werden dagegen nur beim staatlichen „Tierwohllabel“ bewertet. Aber auch hier gilt: erst bei 3 Sternen haben die Tiere merkliche Erleichterungen. „Artgerecht“ kann industrielle Massentierhaltung aber niemals sein—auch Bio nicht.





© Lidl

Worauf achten beim Kauf von Fisch?

Selbst geangelter Fisch ist immer die erste Wahl. Der fränkische Karpfen kann auch weiterhin ruhigen Gewissens gegessen werden. Bei Seefisch sieht es leider schon dramatisch anders aus, wie euch die Tabelle unten zeigt.

Kaufbar	Bedenklich	Finger weg!
Karpfen	Dorade	Rotbarsch
	Hering	Thunfisch
Makrele	Pangasius	Scholle
	Sardine	Lachs und Pazifik-Lachs
Seelachs	Viktoriabarsch	Dorsch
		Garnelen und Schrimps

Beim Kauf im Supermarkt helfen euch die verschiedenen Siegel unten. Bio-Fischprodukte oder ASC/MSC-zertifizierte Produkte kommen als einzige in Frage. Mehr Infos bekommt ihr beim Fischratgeber des WWF: fischratgeber.wwf.de.



4.2 Kleidung

Der Kleidungskauf ist wohl der wichtigste Bestandteil jeder Shoppingtour. Marken- und **Billigmode, Einmalkleidung und Fast Fashion** erwarten willige Verbraucherinnen und Verbraucher. Nur ein Prozent des Kaufpreises einer Jeans geht an die ArbeiterInnen wie BaumwollpflückerInnen, FärberInnen und NäherInnen. Der Einzelhandel profitiert am meisten.

Refuse!

Nach dem Kauf findet jedes fünfte Kleidungsstück in den Schrank hinein, aber nicht wieder heraus und wird nicht getragen. Daher besser noch vor dem Kauf überlegen, ob du das Kleidungsstück wirklich brauchst.

Repair!

Zur Reparatur bieten sich Änderungsschneidereien an, bei passendem Schuhwerk eine Schuhmacherei. Deren hochqualitative Arbeit lässt die Textilindustrie dumm aus der Wäsche schauen. Übrigens sind diese MeisterInnen ihres Handwerks deutlich günstiger, als oftmals angenommen wird!

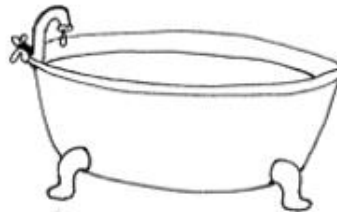
WASSERVERBRAUCH

Zur Herstellung einer Jeans werden
6.000 Liter Wasser benötigt



1 Jeans

=



50 Badewannen voll Wasser

Quelle: Eigene Darstellung in Anlehnung an www.waterfoodprint.org

Tip

Kleidung, die noch völlig in Ordnung ist, kann zu Second-Hand-Läden, (Online)-Tausch-Börsen, an lokale soziale Projekte oder in seriöse Altkleidercontainer mit dem Label FairWertung oder dem bvse-Qualitätssiegel gegeben werden.

Würzburg-Karte mit seriösen Altkleidercontainern: →



Reuse!

Secondhand trägt sich meist genauso wie neu, denn viele Kleidungsstücke werden lange vor der Abnutzung in den Kleidercontainer geworfen.

Bei **Kleidertausch-Partys** hast du außerdem viel mehr Spaß als in der überfüllten Innenstadt.

Second-Hand kannst du zum Beispiel hier in Würzburg finden:

- 👉 „Luftschloss“ Umsonstladen Würzburg, Gutenbergstr. 3, Grombühl
- 👉 Sozialkaufhaus Brauchbar, Grombühlstr. 52, Grombühl
- 👉 Die Pfundgrube, Ohmstraße 8, Lengfeld
- 👉 Krepeltempel, Gerberstr. 8, Pleich
- 👉 Fuchsbau, Spiegelstr. 10, Altstadt
- 👉 Oxfam Shop, Augustinerstr. 8, Altstadt

Bio & Fair!

Im Vergleich zu großen Sportmarken kostet ein Bio/Faires Kleidungsstück ähnlich viel. Und: die Preise spiegeln die wahren Kosten der Produkte wieder. Du bezahlst hier nicht für den Namen, sondern für eine angemessene Bezahlung der LandwirtInnen und NäherInnen, einen gesunden Stoff und eine ressourcenschonendere und ökologischere Landwirtschaft.

Beispiele für nachhaltige Labels

- | | | |
|---|---------------------|--|
| 👉 | Armed Angels | www.armedangels.de |
| 👉 | Greenality | www.greenality.de |
| 👉 | Grüne Erde | www.grueneerde.de |
| 👉 | hessnatur | www.hessnatur.com |
| 👉 | bleed | www.bleed-clothing.com |

Öko-Textilien: So ist Umweltschutz einfach
T-Shirt aus ökologischer statt konventioneller
Baumwolle:

-5,5 kg CO₂

Quelle: www.klimaturm.de

Klima-Check

Kunststoffe wie Polyamide (Nylon) und Polyester werden auf Erdölbasis hergestellt, verbrauchen also eine endliche Ressource und sind Teil der Mikroplastik-Problematik. Leder kommt in diesen Punkten positiv davon. Als wichtiges Nebenprodukt der Fleischindustrie trägt dessen Kauf allerdings auch zum Klimawandel bei. Ebenso wie bei der Verwendung von Wolle, kann auch das Tierwohl ein KO-Kriterium sein. Baumwolle, Hanffasern oder alternative, nachwachsende Rohstoffe, etwa das „Modal“ aus Holzfasern, verbrauchen viel Wasser, land- oder forstwirtschaftliche Fläche. Sie sind nur bei entsprechender Zertifizierung umweltverträglicher als Kunststoffe. Achtet also auf folgende Siegel:



Kleine Siegelkunde:

GOTS Siegel: Textilien müssen zu mindestens 80% aus biologisch erzeugten Naturfasern bestehen



IVN Naturtextil: 100% biologisch erzeugte Naturfasern, strenges Chemikalienmanagement



IVN Naturleder: strenges Chemikalienmanagement, Verwendung erneuerbarer Energien, gutes Wassermanagement



Fair Wear Foundation: Verbesserung sozialer Bedingungen in der Textilindustrie



Oeko-Tex Siegel: kennzeichnet schadstofffreie Textilprodukte, die umweltfreundlich und sozialverträglich hergestellt wurden



Das staatliche Siegel „Grüner Knopf“ ist ein Metasiegel und bewertet das gesamte produzierende Unternehmen (nicht einzelne Produkte) nach dessen vorhandenen Zertifizierungen im Umwelt- und Sozialbereich. Die Erzeugung der eingesetzten Rohstoffe wird bisher allerdings nicht in die Bewertung einbezogen.

Für weitere Infos:



www.siegelklarheit.de

4.3 Banking

„Geld muss arbeiten“, heißt es aus Kreisen ökonomisch Vorgebildeter. Nur sollte es uns auch interessieren, wo es arbeitet, für wen und in welchem Sinne. **Finanziert mein Ersparnis Kinderarbeit, Waffenproduzierende, Gentechnik und Erdölbohrungen?** Leider kann man bei fast allen „gängigen“ Banken sagen: JA, tut es! Einfach mal zur Bank gehen und nachfragen. Ethische Geldanlagen oder „Social Banking“ sind eine Möglichkeit, daran etwas zu ändern.

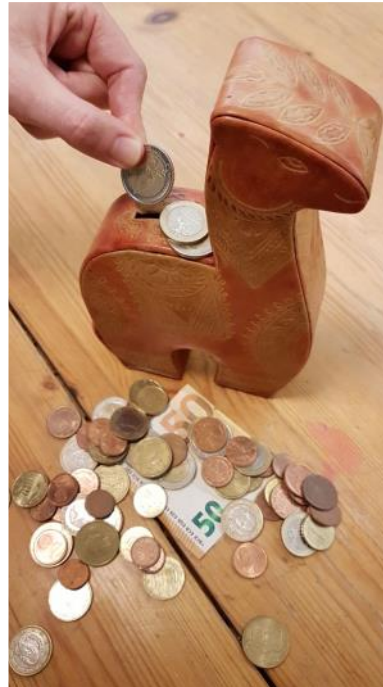
Obwohl offensichtlich noch in den Kinderschuhen, bemühen sich einige Banken um ein Portfolio, welches ausschließlich sozial und ökologisch nachhaltige Projekte und Unternehmen beinhaltet. Ethisch korrektes Banking soll dabei möglichst transparent sein. Allerdings: die Kontoführungsgebühren scheinen bisher nicht für die studentische Geldbörse gemacht.

Bei Interesse verdienen folgende Banken eine nähere Beschäftigung:

- 👉 **EthikBank** www.ethikbank.de
- 👉 **Triodos Bank** www.triodos.de
- 👉 **GLS Bank** www.gls.de/privatkunden/
- 👉 **Umweltbank** www.umweltbank.de

Wenn du die Bank nicht wechseln möchtest, aber über Ersparnisse verfügst, solltest du zumindest überlegen, dein Geld gezielt in nachhaltige Fonds zu investieren. Zu empfehlen sind Investmentfonds, die das Siegel des Forums für nachhaltige Geldanlage (FNG) tragen. Auch ein Investment in nachwachsende Rohstoffe ist eine Überlegung wert. Anbieter dafür sind z.B.:

- 👉 **ForestFinance** www.forestfinance.de
- 👉 **WeGrow** www.wegrow.de



4.4. Sweet Home

Zu Hause sollte es am schönsten sein. Und vielleicht auch am nachhaltigsten? Wir geben dir ein paar Ratschläge zu Möbeln, Strom- und Wasserverbrauch und solch lästigen Dingen wie Wäsche waschen und Müll rausbringen. Aber auch zu Banking & Balkonien gibt's noch ein paar Tipps.

4.4.1 Möbel

In günstigen Möbeln verstecken sich häufig giftige Stoffe, die in Farben und Span- oder MDF-Platten verwendet werden. Dies kann Probleme in der eigenen Wohnung, aber auch bei der späteren Entsorgung verursachen.



☞ Das **Öko Control Label** steht für größtmögliche Schadstofffreiheit: oekocontrol-verband.de

Daher sind Holzmöbel eine gute Alternative. Diese sind besonders nachhaltig, da sie robust und sehr langlebig sind. Mit etwas Öko-Farbe lassen sie sich leicht umgestalten und im Notfall auch wieder reparieren. Dabei ist jedoch auf die verwendete Holzart zu achten, da vor allem für Gartenmöbel oft Tropenholz verwendet wird!



☞ Eine gemeinnützige Initiative, die sich für Klimaschutz, Artenvielfalt, Ressourceneffizienz und regionale Wertschöpfung bei Holzprodukten einsetzt, ist: www.holz-von-hier.de

Reuse!

Am nachhaltigsten ist die Nutzung gebrauchter Möbel.

Diese finden sich preiswert auf Flohmärkten, in Kleinanzeigen im Internet oder in Second-Hand-Geschäften.

- ☞ Die **Brauchbar gGmbH** umfasst ein Sozialkaufhaus in der Grombühlstraße 52 und die Pfundgrube in der Ohmstraße 8.
- ☞ Noch günstiger ist's im **Umsonstladen** „Luftschloss“ in der Gutenbergstraße 3.



umsonstladen4wuerzburg.wordpress.com



www.brauchbargmbh.de

4.4.2 Energie

Reduce!

Der erste und wichtigste Schritt ist der **sparsame Einsatz von Energie**. Unseren Energieverbrauch zu reduzieren schont das Klima und unseren Geldbeutel.

- 👉 Ladegeräte und Netzteile ausstöpseln
- 👉 Auch der Standby-Modus verbraucht Energie, Empfehlung: Steckerleiste mit Schalter
- 👉 Während der Heizperiode stoßlüften, Fenster nicht kippen
- 👉 Kochen mit Topfdeckel, Backofen 10 Minuten vor Ende der Backzeit ausschalten und die Nachwärme nutzen
- 👉 Gefrierfach regelmäßig abtauen, dicke Eisschichten verbrauchen mehr Strom
- 👉 Wäsche auf der Leine lufttrocknen
- 👉 Beim Kauf technischer Geräte auf die Effizienzklassen A und besser achten

Für kühle Rechner

Kühlschrank der Energie-Effizienzklasse B ersetzen durch ein A+++ Modell macht pro Jahr:

-160 kg CO₂

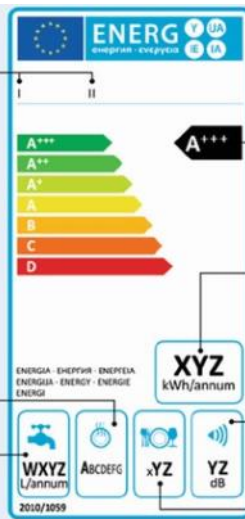
Klima-Check

Quelle: www.klimaturm.de

Energieeffizienzlabel für Geschirrspülgeräte
Quelle: NDR.de

I: Hersteller
II: Modellbezeichnung

Trockenwirkungsklasse von A (beste) bis G (schlechteste)
Wasserverbrauch in Litern bei 280 Spülzyklen pro Jahr



Energieeffizienzklasse des Geräts

Stromverbrauch in Kilowattstunden bei 280 Spülzyklen pro Jahr

Geräuschentwicklung im Betrieb in Dezibel

Standardbeladung in Maßgedecken

Ökostrom

Die **Bürgerwerke**, **EWS Schönau**, **Greenpeace Energy**, **MANN Strom**, **Naturstrom** und **Polarstern** sind als Ökostrom-Anbieter besonders empfehlenswert, da sie folgende Kriterien erfüllen:

- 👉 100% Strom aus erneuerbaren Energien
- 👉 Unabhängig von den vier großen Atomkonzernen
- 👉 Aktive Förderung vom Ausbau erneuerbarer Energien

Tip

Die Stadtwerke Nürtingen hatten die Idee, ihre Biogasanlagen mit dem Anbau von Wildpflanzen zu versorgen. Super für Bienen & Co. Energiegewinnung und Naturschutz in Einem: **bienenstrom.de**



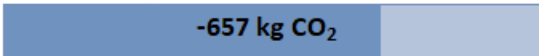
Für weitere Infos:



stromeffizienz.de

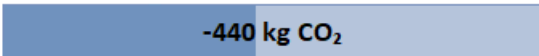
Einmal sauberen Strom, bitte!

Ein Jahr lang Strom vom Ökostromanbieter statt konventionellem Strom:



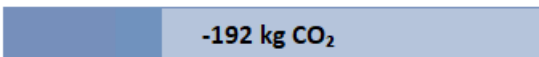
Sonniges Warmwasser

Ersparnis einer Gasheizung kombiniert mit einer Solaranlage pro Jahr (4-Personen-Haushalt):



Heizenergie: die richtige Temperatur im richtigen Raum

21 Grad im Wohnzimmer statt 22 Grad spart im Jahr:



Quelle: www.klimaturm.de

4.4.3 Wasser

Der **Raum Würzburg ist ein Hot-Spot des Klimawandels**. In 50 Jahren sollen hier Verhältnisse wie heute in Rom herrschen. Es geht also weniger darum, wie viel pro Kopf verbraucht wird, sondern vielmehr darum, wie viel wir wirklich brauchen. Ist uns der tropfende Wasserhahn egal? Hat unsere Toilette eine Sparfunktion? Duschen wir oder lassen wir uns genüsslich ein Bad einlaufen? Toiletten-gang und Körperpflege verschlingen schließlich zwei Drittel des täglichen Wasserbe-darfs.

Reduce!

Hier ein paar Tipps – auch zur direkten Kürzung der Wasserrechnung:

- 👉 Spülmaschinen in der Küche sind sparsamer als das Spülbecken
- 👉 Tropfvorrichtungen im Garten/auf dem Balkon ersparen häufiges Gießen
- 👉 Spülwasser vom Obst- und Gemüsewaschen für das Geschirrspülen oder Blu-mengießen nutzen
- 👉 Wassersparenden Aufsatz (Perlstrahler) für den Wasserhahn
- 👉 Gefülltes Einmachglas in den Toiletten-Spülkasten legen (Wasserverdrängung)

4.4.4 Waschen

Refuse!

Synthetische Bleich- und Färbemittel kannst du vermeiden, Farbe und Öl bei den Stadtreinigern entsorgen. Die Toilette ist der falsche (Ab-) Ort für die Entsorgung von Medikamenten und anderen Abfällen.

Reduce!

Alle Waschmittel können Stoffe enthalten, die biologisch schlecht ab-baubar sind und sich in der Umwelt oder den Organismen anreichern. Daher ist der sparsame Einsatz von Waschmittel besonders wichtig.

- 👉 Verzicht auf Vorwäsche
- 👉 Leicht verschmutzte Wäsche benötigt weniger Waschmittel
- 👉 Auf zusätzlichen Einsatz von Weichspüler verzichten
- 👉 Waschmaschine voll beladen (WG: alle legen zusammen)
- 👉 Weniger Stromverbrauch durch niedrigere Waschtemperatur

Gewohnheiten prüfen: weniger heiß geht auch
Pro Jahr 160 Waschgänge mit 30 statt 60 Grad,
Verzicht auf Vorwäsche und Trocknen:

-490 kg CO₂

Quelle: www.klimaturm.de



Wer sich auf die Suche nach **vertretbaren Wasch- und Reinigungsmitteln** machen möchte, findet bei Marken mit folgender Zertifizierung umweltschonende Produkte:



Kleine Siegelkunde:

Ecocert

95% natürliche Inhaltsstoffe und min. 10% Inhaltsstoffe stammen aus ökologischem Anbau



Blauer Engel

Produkt kommt ohne gefährliche Chemikalien aus und Chemikalien werden schnell und fast vollständig in Gewässern abgebaut



Nature Care Products Standard (NCP)

Produkte aus möglichst natürlichen Inhaltsstoffen, mit reduzierter Auswirkung auf die Umwelt



A.I.S.E. Charter (nur mit grünem Kranz!)

Umweltfreundlichere Produktion als bei gewöhnlichen Produkten und weniger gefährliche Inhaltsstoffe



EU Ecolabel

Ungefährlichere Inhaltsstoffe sowie bessere Abbaubarkeit der Chemikalien

Tipp

Essig ist seit jeher ein in Maßen unbedenklicher Oberflächenreiniger. Und kann auch andere Haushaltsreiniger spielend ersetzen.

Mehr Infos zur Verwendung von Essig:



www.smarticular.net

4.4.5 Müll

Wir verbrauchen und konsumieren permanent Güter. Mit der gleichen oft unbewussten Routine werfen wir Verpackungen und unliebsam Gewordenes auf den Müll. **Vermeidung ist dabei der erste und wirkungsvollste Schritt.** Vieles kannst du selbst reparieren und selbst wenn du es nicht mehr haben willst, sucht vielleicht jemand anderes genau danach. Aber irgendwann ist natürlich immer Schluss. Dann ist eine ordnungsgemäße Entsorgung wichtig.

Reduce!



Sharing is Caring

Wusstest du, dass eine Bohrmaschine durchschnittlich nur 12-15 Minuten während ihrer gesamten Lebensdauer genutzt wird?



Bohrmaschine

Nicht alle im Haus brauchen eine eigene Bohrmaschine, wenn sie einzelne Personen nur in seltenen Fällen benötigen. Deshalb teilt mit euren NachbarInnen Bohrmaschinen, Gesellschaftsspiele, Zelte, Fahrräder, Campingkocher, Werkzeug, Pürrierstab u.v.m.

Ein schöner Nebeneffekt: Ihr lernt eure Mitmenschen im Haus kennen und macht neue Bekanntschaften. Eine Möglichkeit dazu sind sogenannte Sharing-Sticker, die du z.B. auf deinem Briefkasten anbringst. Sie zeigen, was du gerne teilen möchtest. Eine umfangreiche Sammlung dieser Sticker zur kostenlosen Abholung findet ihr auf der Internetseite des Referats für Ökologie der Studierendenvertretung:



Tipp

Eine weitere Möglichkeit zum Tauschen findet ihr hier:
www.tauschmarkt-mainfranken.de

Keine Werbung: Papiermüll vermeiden
Ein Jahr lang die Werbung aus dem Briefkasten verbannen:



-50 kg CO₂

Quelle: www.klimaturm.de

Reuse!

Bier über den Laptop gegossen? Mit dem Fahrrad gegen die Laterne gefahren? Dein Alkoholproblem bleibt unter uns.

- 👉 Hilfe bei Reparaturen bekommst du bei **Angestöpselt e.V.** in der Zeller Straße 29/31. Hier freut man sich auch über ausrangierte Rechner.
- 👉 Außerdem veranstaltet „Nerd2Nerd“ regelmäßig **Repair-Cafés** in seinem FabLab in der Veitshöchheimer Str. 14.
- 👉 Und bevor du es wegschmeißt, schenke es doch dem Rotem Kreuz oder anderen Sozialeinrichtungen. Du kannst es auch ins **Luftschloss** in der Gutenbergstr. 3 bringen. Dort gibt es auch eine Fahrrad-Werkstatt.



Angestöpselt e.V.



FabLab von Nerd2Nerd



Luftschloss

Tip

In der **Umweltstation** im Niggelweg 5 gibt es regelmäßig Treffen der verschiedenen Agenda 21 Arbeitskreise zu Themen wie z.B. nachhaltigem Konsum. Außerdem können dort regionale Nachhaltigkeitsinitiativen kostenlos Seminarräume nutzen.



Umweltstation Würzburg

Verpackungen <i>Gelber Sack</i>	Glas <i>Glascontainer</i>	Papier/ Pappe <i>Blaue Tonne</i>	Biogut <i>Braune Tonne</i>	Hausmüll <i>Graue Tonne</i>
<i>Zum Beispiel:</i> Becher Dosen Folien Getränk- kartons Kunststoff- flaschen	<i>Zum Beispiel:</i> Getränkefla- schen Essig- und Ölflaschen Konservenglä- ser Marmeladen- gläser Gläser für Babynahrung	<i>Zum Beispiel:</i> Bücher Kartons Prospekte Zeitschriften Zeitungen	<i>Zum Beispiel:</i> Obst- und Gemüsereste Essensreste (auch Ge- kochtes) Tee- und Kaffeefilter Blumen Gartenabfälle	<i>Zum Beispiel:</i> Hygienearti- kel Staubsauger- beutel Tapeten Tierstreu Windeln
Aus Verbund- stoffen, Me- tall und Kunststoffen	Bitte nach Bunt- und Weißglas trennen	Kartons flach zusammen- falten oder zerreißen	Feuchte Reste gut in Zei- tungspapier einwickeln	



Stadtreiniger Würzburg

Müll korrekt trennen

← Tipps findest du auf der Seite der Stadtreiniger
Hier gibt's auch die „**Stadtreiniger App**“

Recycle!

Um wenig Giftstoffe in die Umwelt gelangen zu lassen und deine Res-
ourcen so effizient wie möglich zu recyceln, kannst du z.B. Elektroge-
räte auf den beiden Wertstoffhöfen abgeben:

- **Wertstoffhof** Gattingerstr. 29, Lengfeld
- **Wertstoffhof** Edith-Steinstr. 7, Heuchelhof

Weitere Information zum Thema Müll und Recycling bekommst du auch in der **Um-
weltstation** der Stadt im Niggelweg 5.

4.4.6 Balkonien

Urlaub auf Balkonien ist sicherlich das umweltfreundlichste Reiseziel. Sofern du einen Balkon hast, kannst du diesen auch einfach zum eigenen Kräuter- und Gemüseanbau nutzen. Auch für das Stadtkimern ist der Balkon perfekt geeignet (wenn die Nachbarschaft nichts dagegen hat).

Tipp

...schau doch einfach mal auf dem Blog vom Würzburger Gartenfräulein vorbei:
www.garten-fraeulein.de

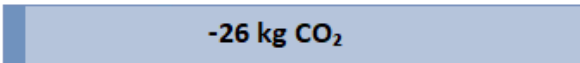


Was oft unterschätzt wird, ist die Relevanz von Balkonen für den Naturschutz in der Innenstadt. Mit bunten Wildpflanzen bestückte Blumenkästen, verschiedene Nisthilfen und Vogelkästen können den eigenen Balkon zum sogenannten Trittstein-Biotop machen.



Tipps zum Bienenbalkon

Moore schützen: Torffrei Blumenerde kaufen
 100 Liter torffreie Blumenerde statt Erde mit Torf:



Quelle: www.klimaturm.de



Auf den folgenden zwei Seiten findet ihr eine kleine **Pflanzenauswahl für den Balkon**, die der NABU zusammengestellt hat.

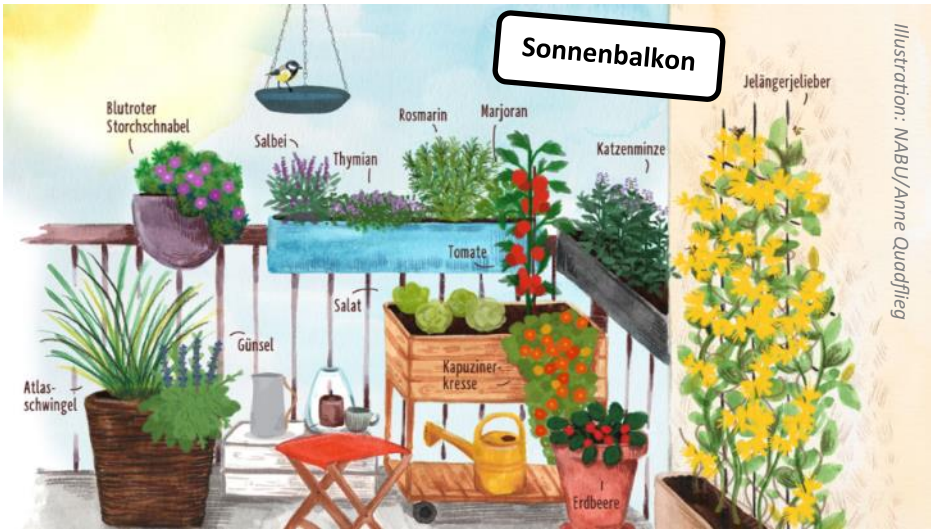


Illustration: NABU/Anne Quodflieg

Stauden für Insekten:	
Kleinblütige Bergminze	<i>Clinopodium nepeta</i>
Katzenminzen	<i>Nepeta</i>
Moschusmalve	<i>Malva moschata</i>
Günsel	<i>Ajuga</i>
Wiesensalbei (tiefe Töpfe)	<i>Salvia pratensis</i>
Gewöhnlicher Hornklee	<i>Lotus corniculatus</i>
Polster-Seifenkraut	<i>Saponaria ocymoides</i>
Sandnelke	<i>Dianthus arenarius</i>
Hungerblümchen	<i>Erophila verna</i>
Ahriger Ehrenpreis	<i>Veronica spicata</i>
Lavendel	<i>Lavandula angustifolia</i>
Fetthenne	<i>Sedum spectabile</i>
Scharfer Mauerpfeffer	<i>Sedum acre</i>
Storchschnabelarten	<i>Geranium</i>
Gamander-Ehrenpreis	<i>Veronica chamaedrys</i>

Gemüse/Obst	
Erdbeere	<i>Fragaria ananassa</i>
Tomate	<i>Solanum lycopersicum</i>
Paprika / Chili	<i>Capsicum annum</i>
Aubergine	<i>Solanum melongena</i>
Vespergurke	<i>Cucumis sativus</i>

Kletterpflanzen	
Kapuzinerkresse	<i>Tropaeolum majus</i>
Wildrosen	z.B.: <i>Rosa arvensis</i> , <i>Rosa canina</i>
Jelängerjelierber	<i>Lonicera caprifolium</i>

Kräuter:	
Oregano /Echter Dost	<i>Origanum vulgare</i>
Basilikum (nicht winterhart)	<i>Ocimum basilicum</i>
Rosmarin	<i>Rosmarinus officinalis</i>
Thymian / Quendel	<i>Thymus vulgaris</i>
Salbei	<i>Salvia officinalis</i>
Currykraut	<i>Helichrysum italicum</i>
Eberraute / Cola-Strauch	<i>Artemisia abrotanum</i>
Olivenkraut	<i>Santolina viridis</i>
Ysop / Essigkraut	<i>Hyssopus officinalis</i>
Bohnenkraut (einjährig)	<i>Satureja hortensis</i>
Bergbohnenkraut	<i>Satureja montana</i>
Schnittlauch	<i>Allium schoenoprasum</i>



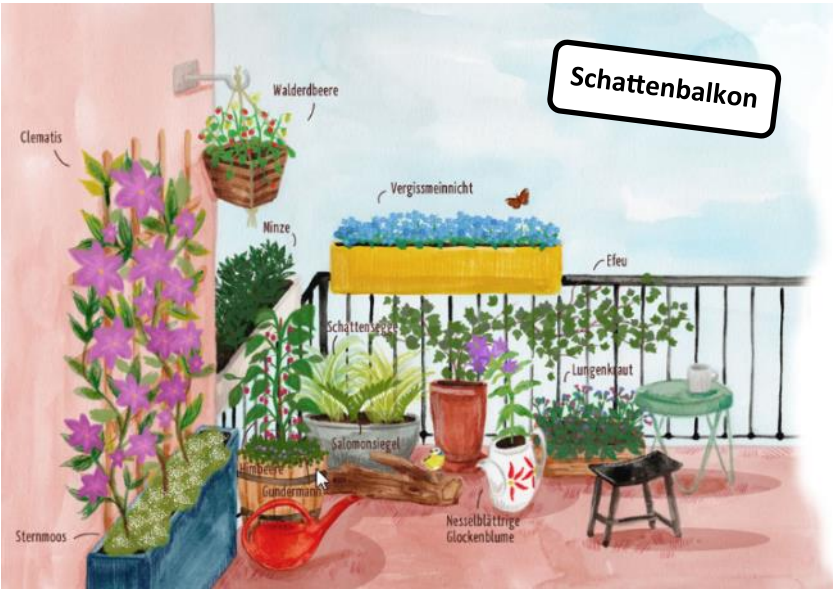


Illustration: NABU/Anne Quodflieg

Stauden für Insekten	
Immenblatt	<i>Melittis melissaphyllum</i>
Sternmoos (Mastkraut)	<i>Sagina procumbens</i>
Vergissmeinnicht	<i>Myosotis</i>
Beinwell	<i>Symphytum</i>
Haselwurz (leicht giftig)	<i>Asarum europaeum</i>
Nesselglockenblume	<i>Campanula trachelium</i>
Purpur-Fingerhut (einjährig/giftig)	<i>Digitalis purpurea</i>
Efeu-Gundermann	<i>Glechoma hederacea</i>
Echtes Lungenkraut	<i>Pulmonaria officinalis</i>
Mauer-Zimbelkraut	<i>Cymbalaria muralis</i>
Duft-Salomonsiegel	<i>Polygonatum adorum</i>
Nesselkönig	<i>Lamium orvala</i>
Gelber Salbei	<i>Salvia glutinosa</i>

Kräuter:	
Zitronmelisse	<i>Melissa officinalis</i>
Pfefferminze	<i>Mentha piperita</i>
Grüne Minze	<i>Mentha spicata</i>
Waldmeister	<i>Galium odoratum</i>
Bärlauch	<i>Allium ursinum</i>
Blutampfer	<i>Rumex sanguineus</i>

Gemüse/Obst	
Spinat	<i>Spinacia oleracea</i>
Mangold	<i>Beta vulgaris</i>
Radieschen	<i>Raphanus sativus</i>
Feldsalat	<i>Valerianella locusta</i>
Rucola	<i>Eruca sativa</i>
Erbsen	<i>Pisum sativum</i>
Walderdbeere	<i>Fragaria vesca</i>
Himbeere	<i>Rubus idaeus</i>

Kletterpflanzen:	
Efeu	<i>Hedera helix</i>
Waldrebe	<i>Clematis</i>



Um den Balkon optimal auszustatten, gibt es gerade im Raum Würzburg einige hervorragende Anbieter für Pflanzen und Saatgut. Hier eine Auswahl:

- 👉 **Wildstauden:** Staudengärtnerei Hofmann & Molz, Rödelsee
www.die-staudengaertnerei.de
- 👉 **Gemüse und Kräuter:** Demeter Gärtnerei Plietz, Schwarzach
www.oekokiste-schwarzach.de
- 👉 **Saatgut:** Bio-Saatgut Gaby Krautkrämer, Frickenhausen
www.bio-saatgut.de

Tipp

Ein umfangreiches Sortiment an hochwertigen Nisthilfen für Insekten und Vögel findet ihr z.B. hier: www.naturschutzcenter.de

Ausflüge und Fernziele

Wenn ihr trotzdem mal das „Weite“ sucht, empfehlen wir euch das Naheliegende. Würzburg ist umrahmt von drei grandiosen Ausflugszielen. Hier könnt ihr einen garantiert nachhaltigen Urlaub erleben und damit gleichzeitig den regionalen Naturschutz fördern:



Naturpark Steigerwald



Naturpark Spessart



Biosphärenreservat Rhön

Tipp

Einsatz für die Natur als Urlaub? Ja, mit dem Würzburger Bergwaldprojekt!
www.bergwaldprojekt.de

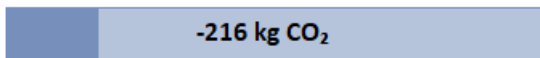
Tipp

Bei Fernzielen, die nur mit dem Flugzeug zu erreichen sind, sollte der CO₂-Ausstoß auf jeden Fall kompensiert werden, z.B. über atmosfair.de.



Bedachtes Reisen: Nur fliegen, wenn's nicht anders geht!

Eine Bahnfahrt hinterlässt achtmal weniger CO² als ein Flug. Ersparnis für die Strecke Hamburg - München:



Quelle: www.klimatum.de



Global denken - lokal handeln

- CLUB OF ROME



5. Wichtige Orte in Würzburg

Hier geben wir euch einen Überblick über wichtige Orte zum Thema Nachhaltigkeit in Würzburg (ohne Anspruch auf Vollständigkeit). Vorbeischaun und Mitmachen — es lohnt sich!

Umweltstation

www.wuerzburg.de/themen/umwelt-verkehr/umweltstation/



Der Infopoint der Stadt rund um das Thema Nachhaltigkeit. Sogar Räumlichkeiten für Treffen und Tagungen werden Vereinen und Initiativen kostenlos angeboten.
Adresse: **Niggelweg 5, 97082 Würzburg**

Umsonstladen/Luftschloss



www.umsonstladen4wuerzburg.wordpress.com

Das Luftschloss führt ein komplett kostenloses Sortiment. Nach dem Recycling-Prinzip kannst du brauchbare Dinge (die ganz, funktions-tüchtig und sauber sind) vorbei bringen oder mitnehmen – selbstver-ständlich kostenlos!
Adresse: **Gutenbergstr. 3, 97080 Würzburg-Grombühl**

Verbraucher-Erzeuger Gemeinschaft www.veg-wuerzburg.de



Die VEG betreibt einen Einkaufsladen in der Annastraße, der biologische und nachhaltige Produkte von Bio-Bauern aus der direkten Würzburger Umgebung möglichst verpackungsfrei anbietet. Außerdem finden hier Bildungsange-bote rund um den Umwelt- und Naturschutz, Kochabende und Filmvorführungen statt. Adresse: **Annastraße 11, 97072 Würzburg**

Solidarische Landwirtschaft Würzburg www.solawue.de



Die SoLaWü ist eine offene Gruppe von VerbraucherInnen, die regionales Gemüse der Familie Kraus-Egbers aus Oberaltertheim sowie Streuobstprodukte der Main-Streuobst-Bienen eG aus Margetshöchheim direkt beziehen, die Anbauplanung mitbestimmen und auch mal bei der Ernte aushelfen. Verteilstationen gibt es im Laden der **VEG** (siehe oben) und im **QuerBeet Laden: Frankfurter Str. 87, 97082 Würzburg**



FabLab

www.fablab-wuerzburg.de



Neben der Nutzung als Vereinsräume des Vereins „Nerd2Nerd“ ist das FabLab ein Ort für Leute, um Projekte umzusetzen, an Dingen zu basteln, kreativ zu sein und Wissen auszutauschen. Mehrmals im Jahr findet außerdem ein Repair-Café statt.

Adresse: Veitshöchheimer Str. 14, 97080 Würzburg



CampusGarten und Students' House

www.uni-wuerzburg.de/stuv/referat-ak/oekologie/campusgarten/



Das Students' House ist ein Freiraum, der für kreative Projekte, Arbeitsgruppen, Bandproben und eine entspannte Mittagspause genutzt werden kann. Der CampusGarten befindet sich direkt am

Haus und bietet allen Interessierten die Möglichkeit, am Campus kostenfrei zu gärtnern.

Adresse: Emil-Hilb-Weg 24, 97074 Würzburg



Stadtgarten

www.stadtgaertner-wuerzburg.de



Die Stadtgärtner sind ein offener Urban-Gardening-Verein, dessen Mitglieder gemeinsam mit viel Spaß und Tatkraft Würzburg grüner, bunter, fröhlicher, nachhaltiger und vor allem essbarer machen. Sie gärtnern zusammen bei der Umweltstation

Adresse: Niggelweg 5, 97082 Würzburg



Freiraum

www.freiraumwuerzburg.wordpress.com



Der Freiraum Würzburg bietet eine vom Konsumzwang befreite Alternative der Freizeitgestaltung. Er ist ein Ort, der sozialen, kulturellen und nachhaltigen Ideen, Gedanken und Angeboten ein Zuhause bietet. Alles, was im Raum stattfindet, funktioniert geldfrei, wird geschenkt und geteilt.

Adresse: Maiergasse 2, 97070 Würzburg

 **Zukunftshaus** www.zukunftshaus-wuerzburg.de



Das Zukunftshaus möchte durch seine Vielfältigkeit Menschen mit und ohne Behinderung einen Arbeitsplatz bieten. Die Betreibergesellschaft lädt alle Unternehmen und Initiativen mit passenden Zielsetzungen ein, Teil des Zukunftshauses zu werden.

Grundlagen und Angebote des Zukunftshauses sind Leihen, Tauschen, Kaufen, Gastro, Co-Working und eine Werkstatt.


Adresse: Riemenschneiderstr. 3, 97072 Würzburg

 **Ökohaus des Bund Naturschutz** www.wuerzburg.bund-naturschutz.de



Die Kreisgruppe Würzburg engagiert sich in vielen Bereichen und lädt sowohl Mitglieder als auch Nicht-Mitglieder ein, sich aktiv in den Umweltschutz (Artenschutz, Stadtnatur, Schutz von Nutzpflanzen) einzubringen.

Adresse: Luitpoldstraße 7a, 97082 Würzburg

 **Viertelkultur** www.viertelkultur.de

Hinter Viertelkultur e.V. steht ein junges und engagiertes Team aus Würzburg, das im Stadtteilviertel Zellerau Gemeinschaft,



Nachhaltigkeit und Kultur fördert. Fair Trade, Bio, Soziales und Kunst werden hier im Viertel-Café, in einem Unverpacktladen, in vielfältigen Kulturveranstaltungen und in sozialpädagogischen Projekten gelebt.

Adresse: Sedanstraße 2, 97082 Würzburg

 **Waldsalon des Bergwaldprojekt** www.bergwaldprojekt.de

Der Verein mit Sitz in Würzburg führt von Januar bis Dezember einwöchige Arbeitseinsätze rund um das Thema Wald, Landschafts- und Biotoppflege in der Schweiz, Österreich, Liechtenstein, Deutschland und Katalonien durch. Mitmachen kann jeder. Früh aufstehen, körperlich arbeiten, frische Luft atmen, nette Leute kennenlernen, Gutes tun. Ein „Urlaub“ der besonderen Art. Der Waldsalon in Würzburg dient als Begegnungsort für alle Interessierten. Hier findet auch die gleichnamige, hochkarätige Veranstaltungsreihe

„Waldsalon“ statt, die rund um das Thema Nachhaltigkeit kreist.

Adresse: Veitshöchheimer Str. 1b, 97080 Würzburg

👉 **Weltladen** www.weltladen-wuerzburg.de

Der Weltladen Würzburg ist einer von ca. 850 Weltläden in Deutschland. Trägerin des seit 1977 bestehenden Ladens ist die gemeinnützige Initiative „Eine Welt e.V.“ Im Weltladen Würzburg engagieren sich mehr als 50 ehrenamtliche und vier haupt-



amtliche Mitarbeitende, die gemeinsam Aufgaben, Ziele und die „Ladenpolitik“ festlegen. In vielen Arbeitskreisen und -gruppen bietet der Weltladen die Möglichkeit, sich rund um die Themen nachhaltiger Konsum und fairer Handel zu engagieren.

Adresse: Plattnerstr. 14 , 97070 Würzburg

👉 **Computerspende Würzburg / @ngestöpselt e.V.**

www.angestoepselt.de/



@ngestöpselt e.V. - Die Computerspende für Würzburg ist ein gemeinnütziger Verein für Digitalkompetenz und mehr Gleichberechtigung in der digitalen Welt. Der Verein möchte wirtschaftlich benachteiligten Menschen den Zugang zur digitalen Welt ermöglichen. Durch die kostenfreie Abgabe aufbereiteter Second-Hand-Rechner können gesellschaftliche Teilhabe wie auch berufliche Perspektiven verbessert werden.

Adresse: Zeller Straße 29/31, 97082 Würzburg

*„Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst
für diese Welt“* - Mahatma Gandhi



6. In eigener Sache

Referat für Ökologie und Nachhaltigkeit



Unser Referat ist Teil der Studierendenvertretung an der Uni Würzburg und wurde ins Leben gerufen, um Studierende und die Uni-Leitung auf ökologische Nachhaltigkeitsthemen aufmerksam zu machen und aktiv etwas an der Uni zu verändern. Wir wollen gemeinsam die Uni in den Bereichen Lehre, Betrieb, Forschung, Vernetzung und studentisches Leben nachhaltiger gestalten. Das ist eine große Aufgabe, deshalb suchen wir immer interessierte und engagierte Menschen, die mit uns gemeinsam diese Vision verwirklichen. Mach mit! Zu unseren Aktivitäten gehört nicht nur die Erstellung und Aktualisierung dieser Broschüre.



Ringvorlesung Nachhaltigkeit: Sind wir noch zu retten?

Hier berichten ausgewählte ReferentInnen über ihre Arbeit und Forschung rund um das Themenfeld Nachhaltigkeit



Workshopreihe: Die glorreichen Sieben

In sieben praxisorientierten Workshops geben ExpertInnen Tipps und Tricks für eine nachhaltige Alltagsgestaltung



CampusGarten: Wir.Pflanzen.Wissen

Kostenloses Gärtnern für alle Studierende und MitarbeiterInnen der Universität! Gleichzeitig ist der Garten eine Insel für die Artenvielfalt und ein wertvoller Erholungsraum zum Entspannen zwischen den Vorlesungen.

Lebendiger Campus:



Seit 2018 unterstützt unser Referat die Initiative „**Lebendiger Campus**“, um die Vielfalt von Tieren, Pflanzen und Pilzen am Campus systematisch zu erfassen und diese Vielfalt zu fördern. Die Initiative erarbeitet, welche Flächen am Campus dafür besonders wichtig sind. Im Rahmen von Kartierung von Tier-, Pflanzen- und Pilzarten, Wissenschaftskommunikation und konkreten Aktionen am Campus könnt ihr hier aktiv mitmachen, den Hubland-Campus neu entdecken und biodiversitätsfreundlich mitgestalten.

Mehr Infos: www.uni-wuerzburg.de/projekte/lebendiger-campus



Fragen & Anregungen?

✉ oekologie@uni-wuerzburg.de



Mehr Infos zum „RefÖko“
Gibt's online!



← Webseite



Facebook →

Diese Broschüre wurde klimaneutral auf 100% Recycling-Papier gedruckt.



Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.
Gedruckt bei www.printzipia.de (bonitasprint gmbh).

Impressum:

1. Auflage, Januar 2020

Herausgeber/Autorin:

Referat für Ökologie und Nachhaltigkeit

Studierendenvertretung der Universität Würzburg

Emil-Hilb-Weg 24

Campus Hubland Nord

97074 Würzburg

V.i.S.d.P.: Studierendenvertretung der JMU Würzburg (Adresse s.o.)

Fotos & Grafiken: Referat Ökologie (wenn nicht anders angegeben oder ersichtlich)

Haftungsausschluss:

Die Informationen in diesem Dokument wurden nach bestem Wissen zusammengestellt und gewissenhaft überprüft. Eine Haftung für die Vollständigkeit und Richtigkeit der Angaben in diesem Dokument wird nicht übernommen. Auch ist eine Haftung für Personen, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen. Alle Angaben sind ohne Gewähr.

Copyright:



Die Textbeiträge dieses Heftes stehen, soweit nicht anders angegeben, unter einer Creative-Commons-Lizenz (CC-BY-NC-SA 3.0). Sie dürfen für unkommerzielle, nicht gewerbliche Zwecke unter gleichen Bedingungen und Nennung des Urhebers/ der Urheberin weitergegeben werden.

Fotos und Grafiken sind hiervon ausgenommen. Die Rechte für Fotos und Grafiken liegen bei den angegebenen Quellen. Sofern keine Quelle angegeben oder ersichtlich ist, liegen die Rechte bei der Studierendenvertretung der JMU. Siegel und Logos gehören den jeweiligen Organisationen.

Dein Leitfaden für nachhaltiges Studieren und Arbeiten an der Universität Würzburg!

Du studierst oder arbeitest an der Universität Würzburg und möchtest deinen Alltag auf dem Campus zukunftsgerechter gestalten? Dann begleitet dich dieses Heft dabei - mit vielen Tipps und Tricks für nachhaltiges Handeln.

Vom frühen Morgen über deine Mittagspause bis zum Feierabend. Wie kommst du CO₂-sparend zum Hubland? Wie sparst du Papier am Arbeitsplatz? Und woher beziehst du regionales Gemüse? Auf diese und andere Fragen findest du im nachhaltigen Begleiter Antwort.

Das **Referat Ökologie** ist ein Arbeitskreis der Studierendenvertretung, der die Universität mit dieser Broschüre und vielen anderen Projekten fit für eine nachhaltige Zukunft machen will.

Das RefÖko ist offen für alle, die diesen Wandel mitgestalten wollen.

