

ca. 1000
kg CO₂

einsparen bei der Ernährung!



START

Mit einem
großen Schritt ...

... oder Schritt für Schritt
ans Ziel!

1

-380 kg

Ich steige von
Milchprodukten auf
pflanzliche Produkte
um.

2

-80 kg

Ich halte mich
an meine
Einkaufsliste.

-20 kg

Ich verzichte auf den
Kauf von Kaltgetränken
in Plastikflaschen
oder Getränkedosen
und trinke stattdessen
Leitungswasser.

3

4

-80 kg

Ich kaufe auch
Lebensmittel, wenn
sie kurz vor dem
Mindesthaltbarkeitsdatum
stehen und die
nicht 1. Wahl sind.

1

-940 kg

Ich ernähre
mich 12 Monate
lang vegan.

3

-220 kg

Ich wechsele von
rotem Fleisch zu
Fisch und Geflügel,
ein Jahr lang.

5

6

-140 kg

Ich ernähre mich
überwiegend vegetarisch
an zwei Tagen pro
Woche.

Insgesamt
920 kg!

KLIMA

ZIEL

ERREICHT!

ca. 1000
kg CO₂

einsparen im Konsum!



START

**Mit einem
großen Schritt ...**

**... oder Schritt für Schritt
ans Ziel!**

1

-130 kg

Ich trenne meinen Müll, entsorge diesen ordnungsgemäß und vermeide Lebensmittelabfälle im Haushalt.

-50 kg

Ich entscheide mich für Produkte mit weniger Verpackung und reduziere den Einsatz von Einwegprodukten.

-900 kg

Ich kaufe nur das Nötige und recycle Unnützes.



2

-220 kg

Ich kaufe weniger neue Kleidung und Schuhe und achte beim Kauf von Produkten auf Qualität und Langlebigkeit.

3

-250 kg

Ich bestelle weniger Artikel im Onlinehandel und bevorzuge Produkte mit Umweltsiegel.

5

6

-130 kg

Ich repariere Gegenstände selbst oder bringe sie in ein Repaircafe.



4

-130 kg

Ich erhöhe durch Wartung, Instandhaltung und Reparatur die Lebensdauer meiner Haushaltsgegenstände.

Insgesamt
910 kg!

KLIMA

ZIEL

ERREICHT!



Das Projekt wird gefördert durch die EU unter Horizon 2020 mit der Nr. 10103619.

MANNHEIM²

ca. 1000
kg CO₂

einsparen bei der
Mobilität!



START

**Mit einem
großen Schritt ...**

**... oder Schritt für Schritt
ans Ziel!**



1

-1000 kg

Ich nutze anstelle
des Autos öffentliche
Verkehrsmittel, 30 km an
220 Tagen im Jahr.

1

-150 kg

Ich reduziere
meine Flugreisen
um eine Stunde
pro Jahr.

2

-150 kg

Anstelle des eigenen
Autos nutze ich
Carsharing, 2000 km
in einem Jahr.

-200 kg

Ich ersetze
Autofahren durch
Radfahren oder Laufen,
20 km pro Woche.

3

4

-500 kg

Wenn ich 1800 km
entfernt in den Urlaub
fahren möchte, nutze
ich den Zug oder
Fernbus anstelle des
Flugzeugs.

Insgesamt
1000 kg!

KLIMA

ZIEL

ERREICHT!

ca. 1000
kg CO₂

einsparen im Haushalt!



START

**Mit einem
großen Schritt ...**

**... oder Schritt für Schritt
ans Ziel!**



1

-250 kg

Ich spare Energie
beim Wäsche waschen
und trocknen.

2

-100 kg

Ich spare Energie
beim Einsatz von
Kühlgeräten, Kochen
und Geschirrspülen.

1

-1000 kg

Ich produziere meinen Strom
selbst: Egal ob als Eigentümer*in
oder als Mieter*in installiere
ich eine Photovoltaik-Anlage.
Entweder auf dem Dach oder
an meinem Balkon.

3

-160 kg

Ich achte auf die
Energieeffizienz
beim Kauf von
Elektrogeräten.

4

-150 kg

Ich spare
Energie bei der
Beleuchtung zu
Hause.

5

-100 kg

Ich verringere
meinen Kalt- und
Warmwasser-
verbrauch.

6

-240 kg

Ich spare Energie bei der
Computernutzung und anderen
Unterhaltungsgeräten, indem ich
z.B. Standby-Verbrauch vermeide,
die Energiespareinstellungen
verwende und sparsame
Geräte bevorzuge.

Insgesamt
1000 kg!



KLIMA

ZIEL

ERREICHT!