

Nachhaltig(er) wohnen?!

Fakten, Tipps und Geschichten für Mieter:innen





Warum nachhaltig wohnen?

Hast Du schon einmal vom "CO₂-Fußabdruck" gehört? Das ist eine Art zu messen, wie viel CO₂ wir durch unsere täglichen Aktivitäten in die Luft pusten. Und weißt Du was? Unser Zuhause spielt dabei eine große Rolle.



Auf fussabdruck.de findest Du alle wichtigen Fakten über unseren persönlichen CO₂-Fußabdruck.



Wohnen hat einen Anteil von 23 % an unserem persönlichen CO₂-Fußabdruck. Warum ist das so? Wir verbringen viel Zeit Zuhause, oder? All die Energie, die wir zum Heizen, Kühlen, Beleuchten und für Elektronik nutzen, verursacht CO₂. Auch wie wir unsere Häuser bauen und einrichten, hat Auswirkungen auf die Umwelt. Haus- oder Wohnungsbesitzer:innen haben es vergleichsweise einfacher, das Klima zu schützen und dabei

auch noch Geld zu sparen. Sie entscheiden selbst darüber, ob sie eine neue Heizung, Fenster oder eine Solaranlage auf dem Dach möchten.

Doch wir Mieter:innen machen 50 % der Menschen in Deutschland aus. Auch wir können mit vielen kleinen Maßnahmen und Ideen nachhaltig wohnen, Geld und CO₂ sparen. Auf den nächsten Seiten erfährst Du wie!



Das sind unsere Themen

Wir zeigen Dir in neun Kapiteln, wie Du Ressourcen und Geld sparen kannst. Zu jedem Thema gibt es eine Geschichte sowie Tipps und unterstützende Angebote, um nachhaltiger zu wohnen.

Gemeinschaft

Seite 8

Beate stellt das "Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen" vor. Tom und Anton berichten von ihren ersten Schritten in die Gemeinschaft.

Energie

Seite 14

Anja zeigt uns ihr Balkonkraftwerk und berichtet aus der Praxis. Bei Lena nimmt alles mit ein paar neuen Energiesparlampen in ihrer WG seinen Lauf.

Smart Home

Seite 20

Katrin erzählt uns von ihren Erfahrungen mit smarten Thermostaten. Dazu gibt es praktische Tipps rund um das intelligente, nachhaltige Zuhause.

Wasser

Seite 26

Andreas spart Wasser auf eine besonders kreative Art. Auch Amir und seine Kinder reduzieren mit kleinen Verhaltensänderungen jeden Tag den Wasserverbrauch.

Lebensmittel

Seite 32

Miriam teilt mit uns ihre Ideen für weniger Lebensmittelabfälle. Momo spricht über seine bewusste Wahl für lokale und saisonale Produkte.





Abfall

Seite 38

Ankathrin hat eine Wurmbox zu Hause, in der Bioabfälle kompostiert werden können. Wie sie darauf gekommen ist, erzählt sie uns in diesem Kapitel.

Re-Use

Seite 44

Gesina frischt alte Möbel mit Hammer, Nägeln und etwas Farbe wieder auf. Sophie erzählt uns etwas über ihr Hobby: Alten Möbeln neues Leben verleihen.

Mobilität

Seite 50

Mit 69.000 Wohnungen ist die "Münchner Wohnen" die größte Vermieterin der Stadt München. Wir erhalten einen Einblick in ihr Mobilitätskonzept.

Biodiversität

Seite 56

Christian erzählt uns von heimischen Pflanzen und wie sie sich positiv auf die Artenvielfalt auswirken. Opa Karl schwärmt von seinem bunt gestalteten Balkon.

Über uns

Wer wir sind und was es mit diesem Projekt auf sich hat, erfährst Du auf unserer [Projektseite](#):



Gemeinschaft

Eine Gemeinschaft fördert Zusammenhalt, Unterstützung und ein stärkeres Miteinander, indem sie Menschen verbindet und gegenseitige Hilfe ermöglicht.

In einer starken **Nachbarschaftsgemeinschaft** kann man auf die **Unterstützung** anderer zählen, sei es bei alltäglichen Aufgaben, in Notfällen oder einfach, um mit einander Zeit zu verbringen.

Das Zusammenwohnen **unterschiedlicher Kulturen, Generationen und Traditionen** erweitert den Horizont, wenn man sich aktiv mit Anderen auseinandersetzt.

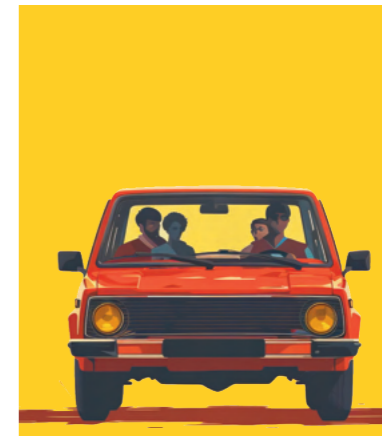
Nachbarschaften können gemeinsame Ziele haben – wie die **Verschönerung der Umgebung, die Schaffung von Spielplätzen oder die Organisation von Gemeinschaftsprojekten**.

Eine starke Gemeinschaft kann dazu beitragen, **Barrieren abzubauen, Vorurteile zu verringern und ein inklusives Umfeld zu schaffen**.



Biete Deine Hilfe bei alltäglichen Aufgaben an wie Einkaufen, Gartenarbeit oder Kinderbetreuung.

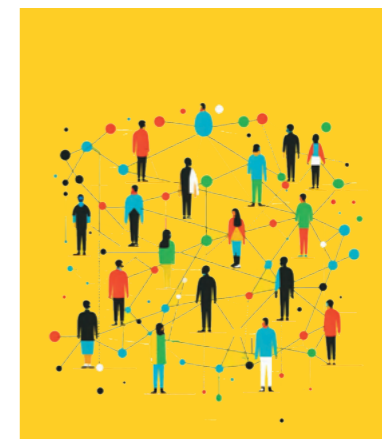
Engagiere Dich ehrenamtlich im Umkreis, z. B. beim Straßenfest oder in der Schulbibliothek.



Biete Dein Auto zur Mitbenutzung an oder organisiere Fahrgemeinschaften für den Weg zur Arbeit oder für Einkäufe – dafür gibt es mittlerweile Apps wie **SnappCar** oder **WeeShare**.



Gemeinsam einen Stadtbaum pflegen, ein öffentliches Beet bepflanzen oder einen Gemeinschaftsgarten gründen? Initiativen und Fördermöglichkeiten:



Trete Online-Plattformen wie **nebenan.de** bei, die speziell für den Austausch in der Nachbarschaft gedacht sind, um sich zu vernetzen und über Aktivitäten auf dem Laufenden zu bleiben.

Was können wir uns unter dem „Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen“ vorstellen?


Wir sind ein Verein mit dem Motto: Hilfe zur Selbsthilfe. Unser Ziel ist es, die Umsetzung innovativer und **gemeinwohlorientierter Wohnformen durch Bildungs- und Vernetzungsarbeit zu befördern.**

Unsere Mitglieder sind Wohnprojekte oder Menschen, die solche Projekte gründen wollen. Wir beraten, begleiten und unterstützen gemeinschaftliche Wohnprojekte von der ersten Idee bis zum gemeinsamen Leben im Haus.

Was versteht Ihr unter Gemeinschaft, was hat das mit „Nachhaltigkeit“ zu tun?

Gemeinschaftliche Wohnprojekte waren schon immer die Vision **experimentierfreudiger Bauherr:innen**, die Lehmputz, Holzbau, Upcycling und nachhaltige Mobilität und Barrierefreiheit voranbringen.

Denn wer für die eigene Zukunft baut, möchte nicht in einer Chemiekiste leben oder das Haus mit steigendem Alter verlassen müssen, sondern **langfristig und nachhaltig an der Gemeinschaft teilhaben.**



» Der Luxus liegt im Teilen: Was ich mir allein nicht leisten kann, teile und finanziere ich mit der Gemeinschaft. «

netzwerk
frankfurt für
gemeinschaftliches
wohnen

Mitten in der Gemeinschaft

Wir sind Tom und Anton, ein Paar, das die Bedeutung von Gemeinschaft und das Teilen als Lebensweise versteht. Für Tom, der im Rollstuhl sitzt, hat die Gemeinschaft nicht nur Barrieren abgebaut, sondern unser beider Leben in vielerlei Hinsicht bereichert.

Wie habt Ihr den Anschluss gefunden?

Unsere Reise begann mit der Einrichtung eines öffentlichen Bücherregals. Was als kleine Geste startete, entwickelte sich rasch zu einem lebendigen Treffpunkt, an dem nicht nur Bücher, sondern auch Geschichten und Erfahrungen geteilt wurden. Diese ersten Begegnungen legten den Grundstein für ein starkes Gemeinschaftsgefühl, das uns alle

enger zusammenbrachte. Inspiriert von diesem Erfolg, erweiterten wir unser Engagement durch die Organisation monatlicher Tauschmärkte.

Diese Märkte wurden schnell zu einem festen Bestandteil unseres Viertels und zeigten uns, welche Kraft in einer engagierten Gemeinschaft steckt. Bewusster Konsum wurde nicht nur eine Idee, sondern gelebte Realität – und Tom fand in dieser Nähe und Unterstützung eine neue Leichtigkeit im Alltag. Dank der Offenheit und Hilfsbereitschaft wurden Hindernisse überwunden, die sonst oft unüberwindbar schienen. Es war für Tom eine große Erleichterung, in einer Umgebung zu leben, in der er nicht nur akzeptiert, sondern mit Hilfsbereitschaft empfangen wurde.

Herausforderungen und Chancen?

Der Weg war nicht immer einfach. Wir standen vor Herausforderungen, sei es die anfängliche Skepsis oder auch organisatorische Hürden. Uns ist auch klar geworden, dass nicht jede:r die Gemeinschaft sucht – und das ist auch in Ordnung so.

Doch wer Freude an der Gemeinschaft hat wird schnell feststellen, dass jede:r – unabhängig von seinen Fähigkeiten – eine bedeutende Rolle in der Gestaltung eines nachhaltigeren und inklusiveren Umfelds spielen kann.

Eure Vision für die Zukunft?

Unsere Erfahrungen zeigen, dass das Teilen nicht nur dazu beiträgt, unseren ökologischen Fußabdruck zu verkleinern, sondern auch Brücken baut, die es allen Menschen ermöglichen, aktiv am Leben teilzunehmen. Mit dieser Überzeugung planen wir nun gemeinsam mit unseren Nachbar:innen unser erstes gemeinschaftliches Wohnprojekt auf einer Baulücke gleich um die Ecke.

Hier möchten wir die Prinzipien von Engagement, Teilen und Gemeinschaft auf ein neues Level heben – und ein inspirierendes Vorbild für andere sein.



Energie

Energie nachhaltig zu nutzen bedeutet, den Verbrauch zu minimieren, erneuerbare Quellen zu bevorzugen und energieeffiziente Technologien einzusetzen, um die Umwelt zu schützen und Ressourcen zu schonen.

LED-Lampen verbrauchen viel weniger Strom und halten länger, was langfristig zu großen Einsparungen führt – sowohl an Kosten als auch an CO₂.

Schalte elektronische Geräte im **Standby-Verbrauch**, wie zum Beispiel Fernseher, Computer und Ladegeräte, komplett aus.

Wasche Deine **Wäsche mit 40 statt mit 60 °C**, um bis zu 45 %

Strom und damit auch bares Geld zu sparen. **Trockne Deine Wäsche an der frischen Luft** und spare dadurch auch bei modernen Geräten bis zu 100 Euro im Jahr.

Achte **beim Neukauf** von Geräten wie Kühlschränken, Waschmaschinen und Geschirrspülern darauf, dass diese **eine hohe Energieeffizienzklasse** haben. Mittlerweile gibt es gute Geräte auch schon gebraucht zu kaufen.



Lohnt sich ein Balkonkraftwerk überhaupt?

Das und Vieles mehr liest Du auf [Utopia.de](https://utopia.de):



Du hast wenig Geld, möchtest aber Strom sparen und von Profis beraten werden?

Die Caritas hilft Dir mit dem [Stromsparcheck](#):



Umweltschutz mit Neuanschaffungen: Worauf muss ich beim Gerätekauf achten? Die [Energie-label](#) im Überblick:



Ökostrom muss nicht unbedingt teurer sein als "normaler Strom".

Ein Jahr Ökostrom statt konventionellem Strom spart ca. 820 kg CO₂! Das ist ungefähr so viel wie ein Flug von Berlin nach Barcelona.

Was kostet eine Balkonsolaranlage und welche Einsparungen erwartest Du?

Ich habe für mein Solarmodul (1,72 m x 1,13 m, 410 Watt) mit Installation durch eine Fachfirma rund 1.000 Euro bezahlt. Glücklicherweise habe ich einen Südbalkon mit überdachter Steckdose, so dass nach der Installation nur der Stecker eingesteckt werden musste.

Ich stelle Spül- und Waschmaschine nun in erster Linie tagsüber bei Sonnenschein an. Amortisieren wird sich die Investition erst in ein paar Jahren.

Wie lief die Absprache mit der/dem Vermieter:in? Gab es Herausforderungen?

Ich habe die Baugenossenschaft darüber informiert, dass ich eine Balkonsolaranlage anschaffe. Als Auflage wurde dann verlangt, dass ich eine **Haftpflichtversicherung abschlieÙe, die Solaranlagen miteinschließt** und im Falle eines Brandes greift.

Der Hausmeister bekam ein Foto von der Installation und hat diese im Nachgang freigegeben.

» Keine Angst vor Bürokratie, die ist nur noch minimal. Und der Strom kommt weiterhin aus der Steckdose, ist aber zum Teil auf dem eigenen Balkon geerntet. «



Lenas Engagement für Energieeffizienz



Mein Name ist Lena, und ich studiere Umweltwissenschaften. Meine Reise zu einem energieeffizienteren Leben begann in meiner Wohngemeinschaft. Als ich in die WG einzog, fiel mir schnell auf, wie unbewusst wir Energie verschwendeten.

Alte Glühbirnen, alte Geräte – viele davon liefen ununterbrochen im Standby-Modus – kleine Dinge, die im Alltag leicht übersehen werden. Doch als jemand, der sich intensiv mit Umweltfragen beschäftigt, wusste ich, dass wir gemeinsam unseren Energieverbrauch erheblich senken können. Also sprach ich das Thema beim nächsten WG-Treffen an. Um mich gut vorzubereiten fand ich heraus, dass nur fünf Geräte im Standby-Modus (ohne Ökostrom) im Jahr 28,5 kg CO₂ verursachen. Dazu

kommt eben das Geld: Alleine der Fernseher nimmt sich 6-10 Watt pro Stunde im Standby-Modus. Ist dieser immer aktiv, macht das aufs Jahr gerechnet um die 20 Euro.

Was waren Eure ersten Schritte?

Ich sprach mit meinen Mitbewohner:innen darüber, wie wichtig Energieeffizienz für den Schutz unserer Umwelt ist und dass wir gleichzeitig unsere Nebenkosten senken könnten.

Zu meiner Freude war die Reaktion meiner Mitbewohner:innen durchweg positiv. Gemeinsam begannen wir nach Wegen zu suchen, um unser Zuhause energieeffizienter zu gestalten.

Unser erster Schritt war der Austausch aller alten Glühbirnen durch energieeffiziente LED-Lampen. Diese kleine Investition machte sich schnell bezahlt. Als Nächstes kauften wir schaltbare Steckerleisten, um den Standby-Verbrauch unserer Geräte zu minimieren. Diese kleinen Änderungen führten zu einer deutlichen Reduzierung unseres Energieverbrauchs und schärften unser Bewusstsein für den Umgang mit Ressourcen.

Da war also mehr als nur Energie sparen?

Diese Veränderungen hatten einen viel größeren Effekt. In unserer WG entwickelten sich lebhafte Gespräche über Energie und Nachhaltigkeit. Wir begannen, uns gegenseitig Tipps zu geben, uns

über neue Möglichkeiten zu informieren und gemeinsam neue Ideen zu entwickeln. Diese gemeinsamen Anstrengungen führten nicht nur zu einem energieeffizienteren Alltag, sondern auch zu einem tieferen Verständnis für die Auswirkungen unseres Verhaltens auf die Umwelt.

Durch unser Engagement wurde mir klar, dass echte Veränderung im Kleinen beginnt – in den Entscheidungen, die wir jeden Tag treffen. Ich habe gelernt, dass jeder Einzelne einen Unterschied machen kann, und dass der Weg zu einer nachhaltigeren Zukunft oft direkt vor unserer Haustür beginnt.

Smart Home

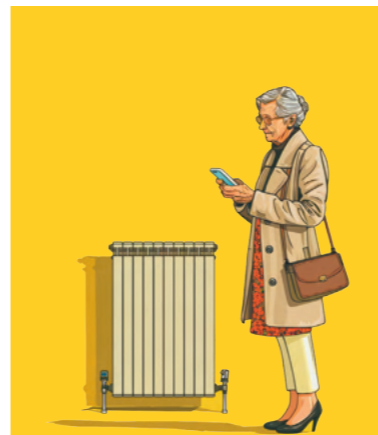
Smarte Technik reduziert den Energieverbrauch, indem sie den Einsatz von Haushaltsgeräten und Heizungssystemen effizient steuert und anpasst, um Geld und Emissionen zu sparen.

Smarte Geräte optimieren den Energieverbrauch, indem sie sich automatisch an die Bedürfnisse anpassen, was den Stromverbrauch senkt und die Energiekosten reduziert.

Obwohl smarte Technik anfangs teurer sein kann, führen die **Einsparungen bei Energie und Wasser langfristig zu geringeren Betriebskosten.**

Durch optimierte Nutzung und Wartungsalarme **verlängert smarte Technik die Lebensdauer von Geräten**, was die Notwendigkeit für Ersatz reduziert und Ressourcen spart.

Smarte Technik bietet bequemen Zugang und **Kontrolle über Haushaltsgeräte von überall**, was die Nutzung vereinfacht.



Kannst Du mit smarten Thermostaten wirklich Heizkosten sparen? Ja!

Zum Thermostat-Check:



Die Verbraucherzentrale bietet unabhängige Beratung und viele nützliche Informationen über das "intelligente Zuhause".



Wohin mit dem Elektroschrott?

Vom Umweltbundesamt erfährst Du, wie Du alte Elektrogeräte richtig entsorgst:



In einigen Fällen informieren auch Vermieter:innen oder Wohnungsbau-gesellschaften über smarte Technologien und bieten teilweise sogar entsprechende Lösungen an.

Frag doch mal nach!

Katrin, Du hast Dich zu Hause für smarte Thermostate entschieden. Ganz Konkret: Was hat das gekostet und was hat es eingespart?

Insgesamt haben wir vor etwa acht Jahren ungefähr 380 Euro ausgegeben. Wie groß die Ersparnis konkret ist, lässt sich nicht so einfach beantworten.

In den letzten acht Jahren gab es immer mal wieder Veränderungen in unserem Leben. Ich habe zum Beispiel eine Weile unter der Woche im Ausland gearbeitet. **Seit ich wieder in Frankfurt bin und wir wieder dauerhaft zu zweit in der Wohnung leben, haben wir natürlich einen höheren Verbrauch.**

Die Stiftung Warentest sagt, dass man bis zu sechs Prozent Energiekosten sparen kann. Was man auch nicht vergessen darf: **Wenn man ein Grad weniger heizt, spart man schon Energie** und tut etwas für den Klimaschutz. Das ist uns auch sehr wichtig.

Gibt es neben den Einsparungen von Gas und Geld auch weitere praktische Vorteile im Alltag?

Auf jeden Fall! **Neben der Energieeinsparung ist auch der Komfortaspekt wichtig.** Das heißt, man muss sich einfach weniger kümmern und weniger darüber nachdenken. **Ein super Beispiel sind die Fenstersensoren.** So wird die Heizung bei geöffnetem Fenster automatisch heruntergeregelt.





Außerdem kann man an den Thermostaten einstellen, wie warm es im Raum sein soll. **Das Gerät übernimmt dann automatisch die Temperaturregelung.**

Das Ganze **lässt sich auch zeitlich programmieren**, zum Beispiel für kühlere Temperaturen in der Nacht. Und **mit der App kann man die Heizung von unterwegs schon wieder hochfahren**, wenn man aus dem Winterurlaub zurück ist und es direkt bei Ankunft wohliger warm haben möchte. Das ist ein doppelter Gewinn: **Man spart Energie und hat es auch noch komfortabler.**

Welche Tipps kannst Du Menschen geben, die sich ebenfalls überlegen smarte Thermostate zu installieren? Gibt es etwas zu beachten?

Die Thermostate sind heute viel moderner als vor acht Jahren, als wir sie gekauft haben. Die Technik entwickelt sich rasant weiter. **Deshalb würde ich auf jeden Fall empfehlen, sich beraten zu lassen** und sich die verschiedenen Systeme in Ruhe anzuschauen.

Außerdem bekommt man noch ein paar hilfreiche Tipps, zum Beispiel, dass man **die Heizung nicht mit dicken Vorhängen vor dem Thermostat** abdeckt. Das verfälscht nämlich die Messung der Raumtemperatur. **Die Lösung muss zur Immobilie und den eigenen Anforderungen passen.** Auf jeden Fall lohnt es sich auch für eine kleine Mietwohnung.

Wasser

Wasser nachhaltig zu nutzen bedeutet, den Verbrauch bewusst zu reduzieren, Verschwendung zu vermeiden und Wasserressourcen durch effiziente Techniken und Wiederverwendung zu schonen.

Günstige Aufsätze für weniger Wasserverbrauch gibt es in jedem Baumarkt zu kaufen!

Auf Balkon oder Terrasse kannst Du **Regenwasser für das Gießen von Blumen** sammeln.

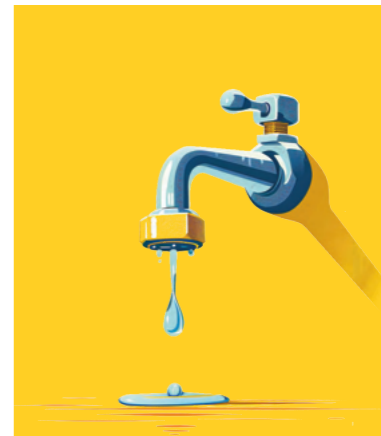
Mach es wie Amir zwei Seiten weiter und **stell einfach das Wasser ab, wenn Du Zähne putzt** oder spülst.

Toiletten können meist einfach und günstig mit **Spülspartasten** ausgestattet werden oder Duschen mit **Sparköpfen**, was jeden Tag viel Wasser spart.

Wasser kannst Du eigentlich überall auffangen, auch beim Abwaschen von Gemüse und Obst. Auch damit kannst Du die Blumen gießen und so einen guten Beitrag zum Wasserpapen leisten!



In Deutschland verbrauchen wir im Schnitt 120 bis 190 Liter Trinkwasser pro Tag. Mach den “Wasser-Spar-Check“:



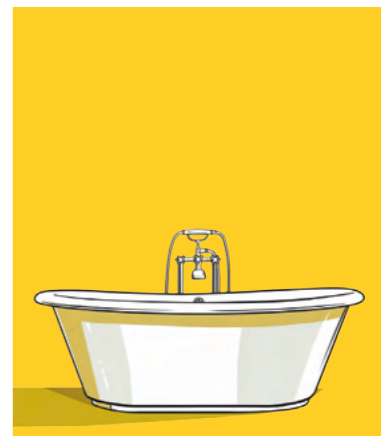
Ein tropfender Wasserhahn verbraucht bis zu 10.000 Liter Wasser pro Jahr.

Zwei linke Hände oder kein Werkzeug zuhause? Frag doch einfach Deine Nachbar:innen um Hilfe!



Du möchtest auf dem Balkon oder der Terrasse Wasser sammeln?

Frag doch einfach mal die Vermieter:in, ob sie eine “Regenrohrklappe“ einbauen kann.



Warmduscher:in?

Fang beim Duschen das Wasser auf und gieße damit die Blumen. Oder mache es wie Andreas auf der nächsten Seite und leite das Wasser direkt in den Spülkasten.

Andreas, Du steuerst ein wirklich kreatives Praxisbeispiel fürs Wassersparen bei – warum ist Dir das Thema wichtig?

Wusstest Du, dass jeder von uns jeden Tag etwa 40 Liter Trinkwasser die Toilette runterspült? Das sind bei einer Familie mit **4 Personen etwa 58.400 Liter** im Jahr.

Bei Wasserkosten von durchschnittlich 0,2 Cent pro Liter **sind das 120 Euro im Jahr**. Das ist viel. Aber es wird noch teurer: **Die Kosten für das Abwasser liegen noch etwas höher**, bei etwa 0,3 Cent pro Liter. Das sind dann rund 175 Euro im Jahr.

Deswegen hast Du überlegt, wie Du dieses "Brauchwasser" sparen kannst, erzähl uns bitte davon!

Ich fange mein Duschwasser auf und leite es mit **einer Pumpe in den Spülkasten der Toilette**. Das ganze hat nur circa 50,- € an Material gekostet und lässt sich wieder komplett zurückbauen.

Mit jeder Toilettenspülung spare ich also **6-9 Liter** frisches Wasser. Das macht sich dann auch am Jahresende auf der Abrechnung bemerkbar.

Andreas stellt Dir gerne seine Bauanleitung zur Verfügung: www.gruengrau-denken.de/bastel.htm



» Es sind die vielen kleinen Dinge, die Geld und Ressourcen sparen. «

Amir und die Kunst des Wassersparens



Hallo, ich bin Amir. Schon vor meiner Ankunft in Deutschland wusste ich, wie kostbar Wasser ist – nicht nur für mich und meine Familie, sondern für die gesamte Welt. In meinem Heimatland war Wasser oft knapp, und als ich hier ankam, war es mir besonders wichtig, dass meine Kinder verstehen, wie bedeutend es ist, Wasser nicht zu verschwenden.

Was waren Deine ersten Schritte?

Der erste Schritt in unserem neuen Zuhause war der Einbau wassersparender Duschköpfe. Ich erklärte meinen Kindern, dass diese kleinen Änderungen eine große Wirkung haben können, selbst wenn es zunächst nicht so scheint.

Es war mir wichtig, dass sie begreifen, dass jeder Tropfen zählt – besonders in einer Welt, in der nicht jede:r ungehinderten Zugang zu sauberem Wasser hat.

Ein weiterer einfacher, aber effektiver Schritt war es, das Wasser beim Zähneputzen abzustellen. Ich machte daraus ein Spiel für die Kinder: Wer erinnert sich zuerst daran, das Wasser auszuschalten? Diese kleine Änderung in unserer täglichen Routine half ihnen, achtsamer mit Wasser umzugehen und sich der Bedeutung von Ressourcenschonung bewusst zu werden. Doch ich wollte noch mehr tun. Ich begann, mich über Möglichkeiten zu informieren, wie wir Regenwasser sammeln und nutzen könnten.

Zusammen mit meinen Kindern richtete ich auf unserem Balkon eine Regentonne ein, um Wasser für unsere Pflanzen zu sammeln. Wir pflanzten gemeinsam Gemüse und Kräuter und ich zeigte ihnen, wie wir dieses gesammelte Wasser nutzen könnten, um unsere Pflanzen zu bewässern. Diese Erfahrung lehrte sie nicht nur praktische Fertigkeiten, sondern auch den Wert natürlicher Ressourcen.

Euer größter Lerneffekt?

Mir wurde klar, dass Wassersparen nicht nur eine Notwendigkeit ist, sondern auch eine Chance, als Familie gemeinsame Werte zu entwickeln und voneinander zu lernen.

Es wurde deutlich, dass jede:r von uns eine Rolle dabei spielt, unsere Umwelt zu schützen.

Die Kinder sprechen auch mit anderen darüber und zeigen, wie wichtig es ist, die Ressourcen, die wir haben, zu schätzen.

Jeder Tropfen zählt und je älter die Kinder werden, desto mehr bringen sie auch mir neue Ideen zum Wassersparen und Umwelt schützen bei.

Lebensmittel

Lebensmittel nachhaltig zu nutzen bedeutet, bewusster einzukaufen, Reste kreativ zu verwerten und Abfälle zu minimieren, um Ressourcen zu schonen und die Umwelt zu schützen.

Viele Menschen werfen Lebensmittel weg, sobald **das Mindesthaltbarkeitsdatum** erreicht ist. Dabei kann Vieles ohne Bedenken darüber hinaus verzehrt werden, Ausnahme Fleisch und Fisch. Vertraue auf Deine Nase und Augen!

Die meisten **vermeidbaren Abfälle fallen bei Obst und Gemüse an**. Hier kommt es besonders auf die korrekte Lagerung an (Kühlschrank oder nicht).

Fast 70 % der Treibhausgasemissionen unserer Ernährung lassen sich auf tierische Lebensmittel zurückführen.

Doch deswegen müssen wir nicht gleich vegan werden: Wenn alle Deutschen nur **300 bis 600 g Fleisch pro Woche** essen würden, könnten unsere ernährungsbedingten Treibhausgasemissionen bereits um rund 9 % sinken.



Wir schmeißen viel zu viel weg!

11 Millionen Tonnen Lebensmittel wurden im Jahr 2020 in Deutschland weggeworfen.

Fast 60 % davon bei uns zuhause.



Auf jedes Töpfchen ein Deckelchen: Das Wasser kocht viel schneller, Du verbrauchst weniger Strom und außerdem spart das Kochen mit Deckel jährlich ca. 93,6 kg CO₂!



Welche Eier die nachhaltigsten sind und was es mit bio aus Übersee auf sich hat, erfährst Du im “Nachhaltigen Warenkorb”:



Wohin mit den Lebensmitteln? In den Kühlschrank oder lieber nicht?

Das alles steht auf der “Lagerliste”:



Echt jetzt? Mit Miriam

Was sind die Hauptursachen für Lebensmittelabfälle in Privathaushalten und wie kann man sie vermeiden?

Ich denke, es fehlt grundsätzlich an Bewusstsein für den "wahren" Wert von Lebensmitteln. **Oft kaufen und kochen wir deutlich mehr, als eigentlich nötig wäre.** Ich versuche Einkäufe im Vorhinein zu planen.

In meiner Familie nutzen wir dafür gemeinsam die App "AnyList". Wir notieren darin, was gerade fehlt – und haben so immer eine **aktuelle "Bedarfsliste"** dabei. Fehlkäufe passieren viel seltener.

Wie kann man übrig gebliebene Lebensmittel sinnvoll weiterverwenden, anstatt sie wegzuerwerfen?

Zwei, drei gute Resterezepte parat haben!

Welche Rolle spielen Lebensmittelverpackungen bei der Vermeidung von Abfällen?

Ich vermeide so viele Verpackungen wie möglich, zum Beispiel kaufe ich Obst und Gemüse ohne Plastiktüte und in Großgebinden statt einzelpackiert.

Schau Dir doch mal das Projekt "CARE" an:

Ziel des Projektes CARE ist es, 100 Privathaushalte bei einer nachhaltigen Transformation zu begleiten:
www.circularhouseholds.eu



» Im Projekt CARE setze ich mich bei der VERBRAUCHER INITIATIVE e.V. dafür ein, dass Haushalte Lebensmittel künftig nachhaltiger und zirkulärer nutzen können. «



Momos kulinarische Entdeckungsreise

Ich bin Momo, und meine Küche ist mein Labor. Ich liebe es, neue Rezepte auszuprobieren und mit Zutaten zu experimentieren. Doch die wichtigste Lektion, die ich gelernt habe, betrifft nicht den Geschmack oder die Technik, sondern die Herkunft meiner Lebensmittel.

Eine nachhaltige Ernährung ist nicht nur gut für die Gesundheit, sondern auch für die Umwelt – sie schützt unsere Natur, bewahrt Tiere und reduziert den ökologischen Fußabdruck.

Deine Tipps für eine nachhaltige Ernährung?

Iss saisonal und kaufe Lebensmittel, die zur aktuellen Jahreszeit in Deiner Region wachsen.

Mit regionalen Produkten unterstützt Du lokale Landwirt:innen und reduzierst den Transportaufwand. Bio-Produkte sind besser für Deine eigene Gesundheit und auch unsere Böden.

Auch ein paar fleischfreie Tage in der Woche schonen bereits die Umwelt! Ich trinke mittlerweile nur noch Leitungswasser und habe die Qualität für wenige Euro über ein Labor testen lassen. Und wenn Flaschenwasser, dann eine regionale Marke. Denn das andere Wasser wird sonst kilometerweit durch ganz Deutschland gefahren.

Als ich begann mich mit Ernährung zu beschäftigen, erkannte ich, dass jede Entscheidung – vom Einkauf bis zur Zubereitung – eine Spur hinterlässt.

Wo kaufst Du Deine Lebensmittel ein?

Hauptsächlich auf lokalen Märkten, regionale Produkte sind nicht nur umweltfreundlich, sondern stärken auch die lokale Wirtschaft. Die Gespräche mit den Erzeuger:innen bereichern mein Verständnis für Nachhaltigkeit und Gemeinschaft immer wieder. Alles was ich nicht in der Umgebung finde, kaufe ich möglichst bio bei den bekannten Discountern ein.

Was war Deine wichtigste Lektion?

Ein besonders lehrreicher Moment war, als ich für ein Dinner-Event ausschließlich lokale und saisonale Produkte verwenden wollte. Es war Winter

und die Auswahl war begrenzt. Trotz meiner besten Absichten musste ich auf einige importierte Zutaten zurückgreifen. Dieser Moment brachte mir das Dilemma unserer modernen Lebensmittelversorgung näher und lehrte mich, flexibel zu bleiben und anzuerkennen, dass Perfektion oft unerreichbar ist.

Ich experimentiere weiter und hoffe, meine Freund:innen zu inspirieren, bewusste und nachhaltige Entscheidungen zu treffen.

Und ganz ehrlich: Manchmal esse ich natürlich auch die nicht nachhaltigen Gummibärchen oder ein Stück Fleisch.



Abfall

Abfall und Abfallvermeidung zuhause bedeutet, durch bewussten Konsum, Recycling, Mülltrennung und die Reduzierung von Einwegprodukten den anfallenden Müll zu minimieren und so die Umwelt zu schonen.



Gehe mit **wiederverwendbaren Beuteln, Flaschen und Behältern** einkaufen.

Schau beim Einkaufen gezielt nach **Produkten ohne oder mit wenig Verpackung**.

Informiere Dich über die Entsorgungsrichtlinien Deiner Stadt oder Gemeinde, da die Müllart je nach Region in eine andere Tonne kommen kann.

Gerade bei der Mülltrennung kannst Du mit **Deinen Nachbar:innen über Nachhaltigkeit ins Gespräch kommen**. Was jede:n freut: Richtig getrennte Abfälle reduzieren die Geruchsbelästigung im Sommer.

Mach's wie Miriam (Seite 35) und **plane Deine Einkäufe** im Voraus, um **Lebensmittelverschwendung zu vermeiden**. Kaufe nur das, was Du wirklich brauchst.



In welche Tonne damit?

Über die richtige Mülltrennung informiert z. B. das [Umwelbundesamt](#):



Dir fällt auf, dass der Müll im Haus nicht richtig getrennt wird? Bestimmt wissen es einzelne Nachbar:innen einfach nicht besser. Geh auf sie zu und bewege gemeinsam etwas: Den Abfall in die richtige Tonne.



Kombiniere zwei Handlungsfelder und baue Deine eigene Wurmbox!

Bei NABU findest Du eine [DIY-Anleitung](#):



Die Abfallvermeidung spielt eine wichtige Rolle für die Zukunft. Dabei kann jede:r Abfälle vermeiden.

[CO₂-Online](#) zeigt wie:



Ankathrin, Du hast Dich mit einer "Wurmbox" auf unsere Ausschreibung gemeldet. Was ist das?

Eine Wurmbox ist ein kleiner Komposthaufen in einer Kiste, der von Kompostwürmern und anderen kleinen Tierchen (Enchytraen, Milben, Springschwänze, etc.) bewohnt wird.

In dieser Box zersetzen die Würmer einen Großteil des in der Küche anfallenden Biomülls und verwandeln ihn in geruchlosen Humus und flüssigen Wurmtee, also Düngemittel. **So erhalten wir kostenlosen Dünger und reduzieren gleichzeitig unseren Abfall.**

Das Ganze ist schon recht ungewöhnlich – wie bist Du auf diese Idee gekommen?

Wir haben einen Balkon, viele Zimmerpflanzen und einen Gemeinschaftsgarten, daher können wir selbstgemachten **Dünger immer gut gebrauchen**. Als ich dann in den Sozialen Medien von der Wurmbox erfuhr, schlug mein Biologinnenherz (ich habe Biologie studiert) höher und **ich hatte voll Lust, auszuprobieren, ob das wirklich klappt**.

Außerdem dachte ich mir, dass das sicher **eine tolle, lehrreiche Sache für unsere Kinder** ist. Und so ist es auch. Die Kinder erzählen liebevoll von unseren Haustieren, den Würmern, und freuen sich, wenn sie sie füttern und beim „Ernten“ des Humus helfen dürfen. **Von Ekel vor den Würmern und den anderen kleinen Krabblern keine Spur.**





Was gibt es zu beachten? Ist das eine Lösung für jedes Zuhause oder gibt es Einschränkungen?

Ich habe ein bisschen rumexperimentiert, bevor ich die perfekte Kiste und ihren Standort gefunden habe. **Erst hatte ich eine Art Wurmschrank mit übereinandergestapelten Körben** in unserer Abstellkammer, doch das war zu warm und schlecht belüftet. **Ein guter Ort ist auch der Keller**, der war aber für uns keine Option. Weil ich nicht aufgeben wollte, habe ich eine flachere Wurmbox mit zwei Körben nebeneinander gekauft und diese auf unserer **Loggia mit Nordost-Lage platziert**. Dort steht sie nun seit 5 Jahren wunderbar.

Im Sommer nicht zu heiß – da es keine direkte Sonneneinstrahlung gibt – und im Winter gut vor der Kälte geschützt, weil sie an der Hauswand steht und ringsum vor Wind und Wetter geschützt ist. **Wenn es zu kalt ist, legen wir auch schon mal eine warme Wolldecke darüber**. Damit sich die Würmer wohl fühlen, sollte man schauen, dass es **nicht zu trocken** ist, ihnen ab und an **ein paar Mineralien in Pulverform** geben (erhältlich im Fachhandel) und **immer mal wieder Papier oder Pappe** in kleinen Stücken dazugeben. Leider zersetzen sie auch nicht jede Form von Lebensmitteln. **Dazu gibt es aber im Internet viele gute Ratschläge**.

Re-Use

Re-Use bezeichnet die **Wiederverwendung** von **Gegenständen** oder **Materialien**, um deren **Lebensdauer** zu verlängern und **Abfall** zu reduzieren. Auch **Teilen**, **Reparieren** und ein anderer Umgang mit unseren **Geräten** tragen zum **Klimaschutz** bei.

Durch die **Wiederverwendung von Materialien** wird der Bedarf an neuen Rohstoffen reduziert, was die Umwelt schont.

Durch das **Upcycling vorhandener Gegenstände**, eine **längere Nutzung** oder **Reparatur** sowie dem Kauf von Gebrauchtem können **Kosten gespart** werden, da weniger neue Produkte gekauft werden müssen.

Auch macht die **Nutzungsdauer von Geräten** einen **großen Unterschied fürs Klima**. 55 Prozent der Emissionen, beispielsweise eines Laptops, entstehen bei der Herstellung und nur 36 Prozent durch die Nutzung.

Das bedeutet: **Je länger wir Geräte nutzen** oder sie **reparieren** sowie **gebraucht kaufen**, desto besser.



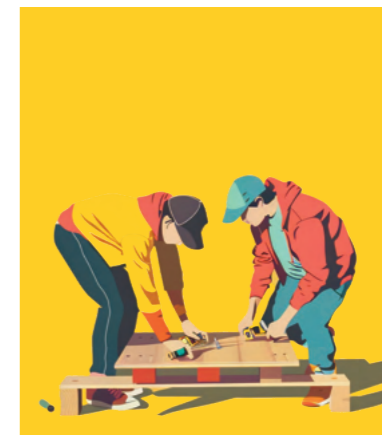
Flohmärkte, Umsonst-Läden oder Sozialkaufhäuser: Es gibt so viele Gelegenheiten um alten Gegenständen ein neues Leben zu schenken! Kleidung zum Beispiel:



Repair Cafés gibt es in den meisten Städten. Dort kannst du auch alten Elektrogeräten neues Leben einhauchen. Hier findest Du eine Übersicht:



Frage eine:n Nachbar:in und (ver-)leihe Werkzeuge in der Gemeinschaft. Sticker für den Briefkasten zeigen auf einen Blick, was Du verleihst. Zur Bestellung:



Frag doch mal eine:n Freund:in, ob ihr nicht gemeinsam etwas upcyclen wollt.

Doppelte Ideen, geteilte Arbeit:

Gemeinsam schaffen wir mehr!



Was war Dein erstes Upcycling-Projekt, wie bist Du darauf gekommen?

Ich habe seit ich Kind bin einen kleinen Holzschrank, den ich mit 6 Jahren zum ersten Mal gestrichen habe. Dementsprechend sah er auch aus. Ständig ging die Tür von selbst auf. **Beim Umzug wurde klar, ich hänge an dem Stück**, er ist praktisch aber er braucht ein Upgrade.

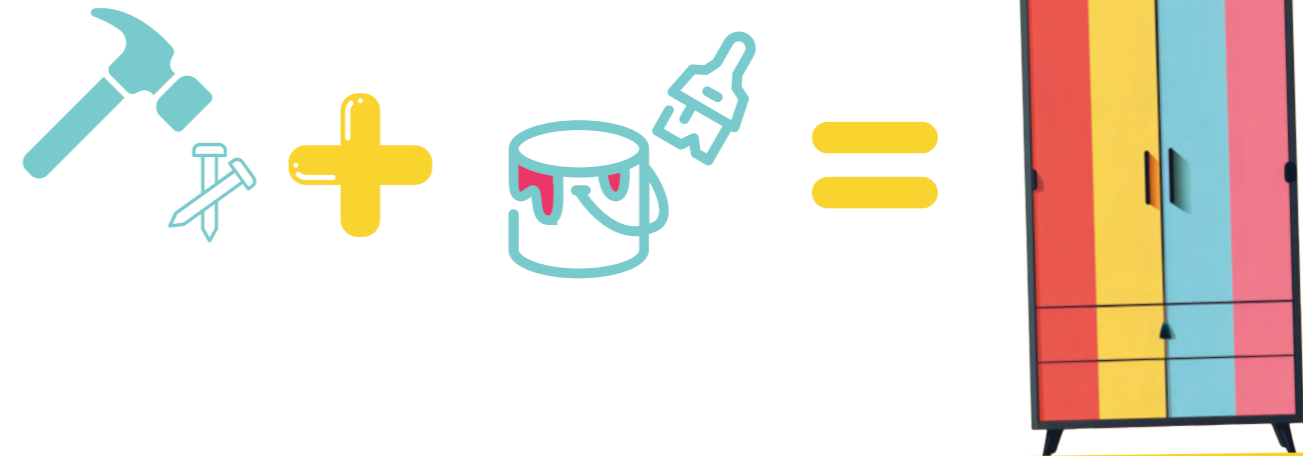
Anleitungen zum Restaurieren von Möbeln gab es von meiner Familie und auf Social Media. Im Baumarkt bekam ich die letzten wichtigsten Tipps. Beim Einkauf des Materials sah ich, dass es dafür einzelne Rückwände, Schubladen und Türen nachzukaufen gab.

Welches Werkzeug und Material benötigst Du für Deine Projekte?

Einfaches Handwerkszeug: Schleifpapier zum Abtragen von alter Farbe, Grundierung, neuen Lack und Pinsel für den Neuanstrich. Dazu oftmals Hammer und Nägel oder Schrauben und Winkel zur Stabilisation.

Mit neuen Möbelfüßen lässt sich auch schon viel erreichen. **Praktisch ist auch eine Bohrmaschine, die ich mir von meinen Nachbar:innen leihe.**

» Ich schaue einfach, was eine neue Funktion bekommen könnte, statt weggeworfen zu werden. «



Leidenschaft für nachhaltige Möbel

Ich bin Sophie, und meine Leidenschaft für Inneneinrichtung führte mich früher oft dazu, von einem Trend zum nächsten zu springen. Ich kaufte regelmäßig neue, günstige Möbel, verführt von der Idee, mein Zuhause ständig neu zu gestalten. Doch mit der Zeit erkannte ich, dass diese Vorgehensweise weder nachhaltig noch erfüllend war.

Wie bist Du zu nachhaltigen Möbeln gekommen?

Meine Erkenntnis kam, als ich eines Tages ein altes, ausrangiertes Regal am Straßenrand entdeckte. Es war abgenutzt, aber von solider Bauweise. Während ich es restaurierte, begann ich über die Wegwerfkultur nachzudenken, der ich selbst lange angehörte.

Es wurde mir klar, dass echte Nachhaltigkeit darin besteht, Dingen Langlebigkeit zu verleihen, anstatt sie ständig durch Neues zu ersetzen. Dieser Moment veränderte meine Sichtweise grundlegend. Ich begann, mich intensiver mit der Herkunft meiner Möbel auseinanderzusetzen. Woher kommt das Holz? Unter welchen Bedingungen werden die Möbel hergestellt? Sind die Materialien nachhaltig? Diese Fragen sind mein neuer Standard, bevor ich etwas für mein Zuhause kaufe oder weiterempfehle. Ich erkannte, dass jede Kaufentscheidung eine Auswirkung hat und dass es möglich ist, Schönheit und Nachhaltigkeit miteinander zu verbinden.

Was ist der Charme von Second-Hand-Möbeln?

Ich entdeckte, dass viele ältere Möbelstücke nicht nur charaktvoller, sondern auch deutlich robuster sind als viele moderne, massenproduzierte Gegenstände.

Jedes Stück erzählt seine eigene Geschichte und bringt eine besondere Atmosphäre in mein Zuhause. Es war ein Weg, meinen persönlichen Stil mit einem verantwortungsbewussten Umgang mit Ressourcen zu verbinden.

Noch ein Wort zu Dir, was hast Du gelernt?

Meine Transformation hin zu einer nachhaltigeren Einrichtungsphilosophie geschah nicht über Nacht.

Es gab Momente, in denen es schwer war, der Versuchung nachzugeben und etwas Neues zu kaufen. Doch heute ist mein Zuhause eine Sammlung von Geschichten – jedes Möbelstück erzählt von seiner Vergangenheit und meiner Reise zu mehr Nachhaltigkeit.

Ich bin stolz darauf, dass mein Heim nun nicht nur meinen Stil widerspiegelt, sondern auch meine Werte. Es zeigt, dass Schönheit und Nachhaltigkeit Hand in Hand gehen können und es erinnert mich daran, dass echte Erfüllung oft in den bewussten Entscheidungen liegt, die wir für unser Leben und unsere Welt treffen.



Mobilität

Nachhaltige Mobilität bedeutet, umweltfreundliche Transportmittel wie Fahrräder, öffentliche Verkehrsmittel oder Carsharing-Dienste zu nutzen, um den CO₂-Fußabdruck zu verringern und die Umwelt zu schonen.

Durch **Radfahren** oder **Laufen** sparst Du nicht nur Geld, sondern förderst auch Deine Gesundheit.

Fahrgemeinschaften fördern den **Austausch** und die **Vernetzung** mit Nachbar:innen oder Kolleg:innen, was das Gemeinschaftsgefühl stärkt und neue Freundschaften entstehen lässt.

Die Nutzung von **öffentlichen Verkehrsmitteln**, **Fahrrädern** oder

Carsharing-Diensten ist oft günstiger als der Besitz eines eigenen Autos.

Weniger Fahrzeuge auf der Straße bedeuten **weniger Verkehrsaufkommen**, was nicht nur Zeit und Nerven spart, sondern auch CO₂.

Der Verkehr in Deutschland war im Jahr 2022 **für 22 % der Treibhausgasemissionen verantwortlich**.



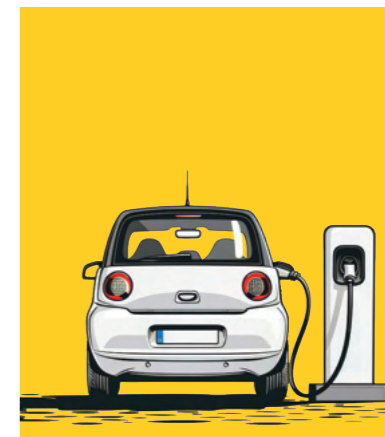
Die Verbraucherzentrale bietet unabhängige Beratung und praktische Infos rund um Mobilität im Alltag:



Der VCD bietet viele nützliche Informationen und Fördermöglichkeiten zu einer Mobilität, die uns Menschen in den Mittelpunkt stellt:



Wie sieht es mit nachhaltiger Mobilität bei Reisen innerhalb Deutschlands aus? Das hat der ADAC getestet:



Eine eigene Wallbox für das E-Auto oder das Pedelec als Mieter:in?

Der ADAC gibt Tipps:



Wir wechseln die Perspektive und fragen mal bei einer Wohnbaugesellschaft nach. Steffen, was unternimmt die Münchner Wohnen derzeit, um nachhaltige Mobilität zu fördern?

Im Sinne einer **zukunftsfähigen Mobilität** besteht in München die Möglichkeit, den KFZ-Stellplatzschlüssel (Anm. d. R.: Stellplatzsatzungen regeln, wie viele Stellplätze für Kraftfahrzeuge und Fahrräder beim Neubau eines Gebäudes auf dem Grundstück oder in der Nähe nachgewiesen werden müssen) im Wohnungsbau zu reduzieren. Voraussetzung dazu ist die Vorlage eines fundierten Mobilitätskonzeptes, das **die Kompensation der fehlenden Stellplätze durch alternative Mobilitätsangebote** sicherstellt.

Einerseits leistet die Münchner Wohnen damit einen Beitrag zu den **städtischen Klimaschutzzielen**, andererseits können überschüssige, teure **Tiefgaragenplätze** oder sogar ganze Tiefgaragen-ebenen **eingespart werden**. **Damit werden die Baukosten gesenkt** und die Attraktivität der Wohnungen durch das Mobilitätsangebot gesteigert. Mittlerweile plant die Münchner Wohnen in nahezu allen großen Neubau- und Sanierungsgebieten ergänzende Angebote in Form **multimodaler Mobilitätsstationen** in ihren Gebäuden.

An Schlüsselstellen werden zusätzlich externes Car-Sharing sowie MVG-Fahrrad-Stationen auf dem eigenen Grundstück als quartiersübergreifende vernetzende **Mobilitätsbausteine** eingeplant.





Das Konzept der Mobilitätsstationen der Münchner Wohnen bietet eine Alternative zum Privat-PKW und unterstützt die Mieter:innen bei der **Reduzierung des mobilisierten Individualverkehrs**. Gleichzeitig wirkt sie einer **Mobilitätsarmut insbesondere im geförderten Wohnungsbau entgegen**.

**Gab es positives Feedback?
Hat Euch etwas positiv Überrascht?**

Auch wenn noch eine gewisse "Scheu" zur Verwendung der zahlreichen Mobilitätsbausteine besteht, ist das Interesse sehr groß. **Bereits ca. 30-40 % der eingeladenen Mieter:innen haben sich für die Nutzung registriert.**

Insbesondere das E-Lastenfahrrad, aber auch die Pedelecs mit Fahrradanhänger werden häufig genutzt. **Unsere Pat:innen spielen hier eine wichtige Rolle bei der Kommunikation und helfen uns, Mieter:innen das Angebot näherzubringen.**

Die ersten Evaluierungen sind sehr positiv mit stark steigenden Nutzer:innenzahlen. **Wenn wirklich für jede Nutzung ein PKW in der Garage bleibt, dann können wir uns als Quartiersakteurin nur beglückwünschen.**

Biodiversität

Biodiversität umfasst die genetische Vielfalt, Artenvielfalt und Vielfalt der Lebensräume. Gerade in Bezug auf die Artenvielfalt, also die Anzahl der Arten in einem Gebiet, kannst auch Du zuhause etwas tun.

Heimische Pflanzen auf dem Balkon bieten Nahrung und Lebensraum für Vögel und Insekten. "Heimisch", weil diese Sorten oft besser mit unserem Klima zurecht kommen und resistenter gegen Schädlinge und Krankheiten sind.

Vermeide Chemie, es gibt viele natürliche Alternativen! Kennst Du zum Beispiel "Raubmilben"? Sie fressen die Schädlinge von Deinen Pflanzen.

Mit **Wasserstellen auf Balkon oder Terrasse** haben Vögel und Insekten bei Dir immer genug zu trinken. Und auch im Garten kannst Du etwas tun: Beispielsweise, indem Du nicht so häufig mäht und im Herbst Laubhaufen für Insekten liegen lässt.

Wir alle können einen Beitrag leisten: **Informiere Dich über lokale Naturschutzprojekte oder Gemeinschaftsgärten.**



Keine Terrasse, Balkon oder Garten?

Blumenkästen auf der Fensterbank sehen schön aus und bieten wichtigen Lebensraum und Nahrungsquellen für Insekten.



Suchst Du Saatgut für Dein nächstes Balkonprojekt?

Hier findest Du den nächsten "Bienenautomaten":



Putzen gegen das Artensterben?

Auch beim Einkauf von Reinigungs- und Waschmitteln kannst Du etwas tun:



Wie kann ich Bio-diversität bei mir zuhause fördern?

13 Tipps vom NABU für mehr Artenvielfalt auf dem Balkon und im Garten:



Welche Pflanzen eignen sich am besten um aktiv Biodiversität auf dem Balkon, der Terrasse oder im Garten zu fördern?

Ein naturnaher Balkon ist spannend zu gestalten. Statt ökologisch nutzloser Pflanzen wie Geranien und Buchsbaum erfreuen Fetthenne und Glockenblumen die Bewohner:innen sowie Wildbienen und Schmetterlinge.

Wildblumen-Blütmischung mit Klatschmohn, Margerite, Kornblumen wie auch Borretsch oder Kapuzinerkresse bieten ebenfalls viele Gestaltungsmöglichkeiten für Kästen und Kübel.

Biodiversität aktiv auf dem Balkon, der Terrasse oder im Garten zu fördern, muss nicht aufwendig oder teuer sein...

Schon eine Samenkapsel für 50 Cent aus dem Bienenfutterautomaten reicht für zwei große Balkonkästen.

Fast 500 dieser Automaten hängen in Stadt und Land. Immer häufiger sieht man in vielen Orten sogenannte **Samenbörsen** oder **Pflanzentauschmärkte**, wo man für lau oder eine kleine Entschädigung eine breite Auswahl vorfindet. Pflanzgefäße gibt es gebraucht im Netz und torffreie Erden beim örtlichen Kompostwerk für kleines Geld.

» Markus mit den Kindern Finn und Lorenz im Gemeinschaftsgarten Ilbenstadt«



Opa Karls Balkon: Biodiversität pur



Mein Name ist Karl, und mein kleiner Balkon in der Stadt ist mein ganzer Stolz. Als Rentner mit einer tiefen Liebe zur Natur habe ich es mir zur Aufgabe gemacht, diesen begrenzten Raum in eine blühende Oase zu verwandeln – einen Ort, der nicht nur das Auge erfreut, sondern auch einen wertvollen Beitrag zur Biodiversität leistet. Was einst als einfaches Hobby begann, hat mir gezeigt, dass jede:r von uns, selbst ohne Garten, einen positiven Unterschied machen kann.

Also vom Hobby zur Verantwortung?

Zu Beginn war meine Motivation, Pflanzen auf meinem Balkon zu pflegen, eher meiner persönlichen Freude und der Ästhetik geschuldet als dem

Umweltschutz. Doch als ich anfang, Blumen und Kräuter zu pflanzen, bemerkte ich schnell die Vielfalt an Insekten, die sich auf meinem Balkon einfanden. Bienen und Schmetterlinge wurden regelmäßige Gäste und in diesen Momenten wurde mir klar, dass mein Balkon mehr sein könnte als nur ein Ort der Entspannung – er könnte ein kleiner, aber wichtiger Beitrag zum Erhalt der Biodiversität sein.

Wie bist Du bei Deinem Projekt vorgegangen?

Die finanzielle Seite dieses Vorhabens war anfangs eine meiner größten Sorgen. Pflanzen, Erde, Töpfe – all das kann teuer werden. Doch ich stellte bald fest, dass die Natur großzügig ist, wenn man ihr eine Chance gibt. Viele der Pflanzen, die ich aus-

wählte, sind pflegeleicht und mehrjährig. Das bedeutet, dass sie jedes Jahr aufs Neue erblühen, ohne dass ich erneut Geld ausgeben muss. Außerdem lernte ich, Samen aus den Blüten des Vorjahres zu gewinnen und Stecklinge zu ziehen, was die Kosten weiter senkte. Die Töpfe und das Zubehör kaufte ich über Second-Hand-Portale wie eBay oder Kleinanzeigen – das machte das Projekt nicht nur erschwinglicher, sondern auch nachhaltiger.

Was haben die Nachbar:innen dazu gesagt?

Anfangs schenkten meine Nachbarn meinem kleinen Projekt kaum Beachtung. Doch als die ersten Blüten zu sehen waren und ihr Duft sich im Flur verbreitete, kamen die Gespräche in Gang.

Ich teilte meine Erfahrungen und bald bemerkte ich, dass auch andere Balkone in unserer Wohnanlage zu blühen begannen – das erfüllt mich mit großer Freude.

Natürlich habe ich auch Fehler gemacht. Einige Pflanzen überlebten nicht, weil ich ihre Bedürfnisse falsch einschätzte. Diese Rückschläge waren zwar entmutigend, doch sie lehrten mich einmal mehr geduldig mit mir zu sein und mich besser über die spezifischen Bedingungen zu informieren.

Diese Lernkurve hat mich aber nicht nur geduldiger, sondern auch dankbarer gemacht für die Natur und all die kleinen Wunder, die sie uns bietet.

Das Projekt

Vielen Dank an die Förderer, die dieses Projekt ermöglicht haben. Ihre Unterstützung setzt wichtige Impulse auf dem Weg zu einer nachhaltigen Transformation.



Heidehof
Stiftung

GLS *Treuhand*
Dachstiftung
für individuelles
Schenken

Sponsoring:

reYOU'S



Lust auf besser leben gGmbH
Steinweg 6
60313 Frankfurt am Main
www.lustaufbesserleben.de

Stand: September 2024

Bildnachweise:

Gemeinschaft: David Wedmann

Energie: Ben Kilb

Smart Home: Ben Kilb

Lebensmittel: Miriam Bätzing

Abfall: Ben Kilb

Mobilität: Frank Schroth

Biodiversität: Ben Kilb

Bis zur fertigen Broschüre wurden insgesamt **ca. 1.500 Illustrationen** mit Midjourney erstellt. Auf Grundlage einer aktuellen Studie entspricht dies **rund 3 kg CO₂-Emissionen**.

Unser Fokus liegt auf klimafreundlichem Wohnen, wenngleich wir versucht haben, auch andere Aspekte einzubringen, da wir den Nachhaltigkeitsbegriff umfassend verstehen.





www.t1p.de/wohnen-n

Auf der Projektwebseite kannst Du
Dich über das Projekt informieren, die
Broschüre kostenfrei ansehen oder
Postkarten und Broschüren bestellen.