## Tabelle 3: Darstellung der Einsparwerte y aus den Einspartipps der co2online gGmbH für den Bereich Stromsparen[6]

Nicht nur echter Ökostrom hilft dabei, die eigene Klimabilanz zu verbessern, am besten ist Stromsparen – Tipps und Tricks, wie leicht das im Alltag geht, sind unten stehend aufgelistet.

*Wichtig: Bitte beachten Sie bei Ihrer Berechnung, wie die Einsparwerte pro Aktivität zustande kommen. Lesen Sie daher immer unter dem Link nach, wie die Werte zu verwenden sind! Aufgelistet sind die maximal möglichen Einsparungen pro Aktivität bei Durchführung gemäß Tipp von co2online.*

| | **STROMSPAREN** | |
|---|---|---|
| **TIPP** | **CO2ONLINE: STROMSPARTIPPS FÜR DEN ALLTAG** | **Einsparwert y (in kg $CO_{2e}$ pro Jahr )** |
| 1 | Zu Ökostrom wechseln | 1.800 |
| 2 | Elektronische Geräte ganz ausschalten | 235 |
| 3 | LED-Lampen nutzen | 310 |
| 4 | Laptop statt PC | 130 |
| 5 | Beim Wasserkocher auf die Füllmenge achten | 25 |
| 6 | Kochen mit Deckel | 40 |
| 7 | Ohne Vorheizen backen – mit Restwärme kochen | 45 |
| 8 | Waschmaschine mit Warmwasseranschluss nutzen | 60 |
| 9 | Wäsche mit 30 °C waschen | 35 |
| 10 | Wäsche auf einem Wäscheständer trocknen lassen | 120 |
| 11 | Energiesparenden Kühlschrank wählen | 140 |
| 12 | Kühlschrank und Gefriertruhe abtauen | 25 |
| 13 | Kühlschranktür schnell schließen | 15 |
| 14 | Extra-Kühlgeräte stilllegen | 350 |
| 15 | Auf Klimaanlagen verzichten | 70 |
| 16 | Stromverbrauch messen & kontrollieren | keine Angaben |

[6] Quelle: www.co2online.de/energie-sparen/strom-sparen/strom-sparen-stromspartipps/strom-sparen-tipps-und-tricks/ *(abgerufen am 27. Januar 2020)*

## Tabelle 4: Darstellung der Einsparwerte y aus den Einspartipps der co2online gGmbH für den Bereich Heizen[7]

Gewusst wie: Auch mit wenig Aufwand und geringen Investitionen lassen sich Heizkosten sparen. Die Tipps zeigen Ihnen, wie energieeffizientes Heizen mit einfachen Mitteln funktioniert. Sie sind besonders für Mieterinnen und Mieter geeignet, die keinen direkten Zugang zur Heizungsanlage haben.

*Wichtig: Bitte beachten Sie bei Ihrer Berechnung, wie die Einsparwerte pro Aktivität zustande kommen. Lesen Sie daher immer unter dem Link nach, wie die Werte zu verwenden sind! Aufgelistet sind die maximal möglichen Einsparungen pro Aktivität bei Durchführung gemäß Tipp von co2online.*

| | **HEIZEN** | |
|---|---|---|
| **TIPP** | **CO2ONLINE: HEIZKOSTEN SPAREN IM ALLTAG** | **Einsparwert y (in kg $CO_{2e}$ pro Jahr )** |
| 1 | Raumtemperatur senken | 255 |
| 2 | Fenster abdichten | 230 |
| 3 | Jalousien, Vorhänge und Rollos nachts geschlossen halten | 50 |
| 4 | Lüften im Winter (Stoßlüften) | 500 |
| 5 | Elektronische Thermostate einbauen | 425 |
| 6 | Heizkörper entlüften | keine Angaben |
| 7 | Heizungspumpe tauschen | 190 |
| 8 | Heizungsrohre isolieren/dämmen | 1.045 |
| 9 | Hydraulischen Abgleich durchführen | 290 |
| 10 | Dusche statt Vollbad | 165 |
| 11 | Sparduschkopf benutzen | 215 |
| 12 | Hände mit kaltem Wasser waschen | 30 |

[7]Quelle: www.co2online.de/energie-sparen/heizenergie-sparen/heizkosten-sparen/richtig-heizen-die-10-besten-tipps *(abgerufen am 27. Januar 2020)*

## Tabelle 5: Darstellung der Einsparwerte y aus den Einspartipps der co2online gGmbH für den Bereich Mobilität[8]

Ein Wochenende in London, Montag früh eine Besprechung in Hamburg, nachmittags in Dresden und die Strecke ins Büro mit dem eigenen Auto – wir werden immer mobiler und möchten immer schneller von einem Ort zum nächsten kommen. Nachfolgend finden Sie die 15 besten Tipps zum Energiesparen mit Auto, Fahrrad, Zug und Flugzeug.

*Wichtig: Bitte beachten Sie bei Ihrer Berechnung, wie die Einsparwerte pro Aktivität zustande kommen. Lesen Sie daher immer unter dem Link nach, wie die Werte zu verwenden sind! Aufgelistet sind die maximal möglichen Einsparungen pro Aktivität bei Durchführung gemäß Tipp von co2online.*

| | **MOBILITÄT** | |
|---|---|---|
| **TIPP** | **CO2ONLINE: ENERGIESPARTIPPS FÜR MOBILITÄT IM ALLTAG** | **Einsparwert y (in kg $CO_{2e}$ pro Jahr )** |
| 1 | Fahrgemeinschaften bilden | 255 |
| 2 | Campen im Urlaub | 115 |
| 3 | Energiesparreifen kaufen | 280 |
| 4 | Unnötiges Gepäck ausladen | 120 |
| 5 | Spritsparend fahren | 370 |
| 6 | Mit dem Rad zur Arbeit | 425 |
| 7 | Nicht (so weit) fliegen | 9.300[9] |
| 8 | Leichtlauföle fürs Auto nutzen | 140 |
| 9 | Optimaler Reifendruck | 140 |
| 10 | Motor abstellen | 85 |
| 11 | Carsharing nutzen | 280 |
| 12 | Bahn fahren | 520 |
| 13 | Kurzstrecken mit dem Auto vermeiden | 185 |
| 14 | Mit dem Bus verreisen | 335 |
| 15 | Winterreifen rechtzeitig auf Sommerreifen wechseln | 50 |

[8] Quelle: www.co2online.de/klima-schuetzen/mobilitaet/energiesparen-unterwegs-14-tipps *(abgerufen am 27. Januar 2020)*

[9] Beispiele ($CO_2$ in kg pro Person/Hin- und Rückflug) für konkrete Flugstrecken finden sich hier: www.co2online.de/klima-schuetzen/mobilitaet/bahn-oder-flugzeug-der-vergleich *(abgerufen am 27. Januar 2020)*

## Tabelle 6: Darstellung der Einsparwerte y aus den Einspartipps der co2online gGmbH für den Bereich Nachhaltiger Konsum[10]

Mit unseren Entscheidungen, wofür wir Geld ausgeben, haben wir großen Einfluss darauf, was und wie produziert wird. Das ist die oft beschworene Macht der Konsumentinnen und Konsumenten. Im Durchschnitt machen die Bereiche Konsum und Ernährung 40 Prozent der $CO_2$-Pro-Kopf-Emissionen in Deutschland aus.

*Wichtig: Bitte beachten Sie bei Ihrer Berechnung, wie die Einsparwerte pro Aktivität zustande kommen. Lesen Sie daher immer unter dem Link nach, wie die Werte zu verwenden sind! Aufgelistet sind die maximal möglichen Einsparungen pro Aktivität bei Durchführung gemäß Tipp von co2online.*

| | NACHHALTIGER KONSUM | |
|---|---|---|
| TIPP | CO2ONLINE: TIPPS FÜR NACHHALTIGEN KONSUM | Einsparwert y (in kg $CO_{2e}$ pro Jahr) |
| 1 | Verpackungen und Plastiktüten meiden | 5 |
| 2 | Kochen mit Deckel | 40 |
| 3 | Pflanzen gießen mit Regenwasser | 30 |
| 4 | Bibliothek statt Buchhandel | 2,5 |
| 5 | Regionales Bier statt Import-Bier trinken | 2 |
| 6 | Frische Luft statt Fitnessstudio | 170 |
| 7 | Im Schnellkochtopf kochen | 30 |
| 8 | Saisonales Obst und Gemüse kaufen | 30 |
| 9 | Margarine statt Butter | 135 |
| 10 | Fleischkonsum reduzieren | 120 |
| 11 | Papierverbrauch reduzieren und Recyclingpapier verwenden | 90 |
| 12 | Stofftücher statt Papierhandtücher | 10 |
| 13 | Leitungswasser statt Plastikflaschen | 30 |
| 14 | Kinderkleidung: erben und weitergeben | 90 |

[10] Quelle: www.co2online.de/klima-schuetzen/nachhaltiger-konsum/energiespartipps-im-haushalt *(abgerufen am 27. Januar 2020)*