



# Klima Sparbuch

Berlin-Lichtenberg

einfach nachhaltig leben



- › **Klimatipps** für den nachhaltigen Alltag
- › **Attraktive Gutscheine** zum Ausprobieren
- › **Geld und Energie** sparen



## Liebe Lichtenberger Bürgerinnen und Bürger,

Klimaschutz ist eine der größten Herausforderungen unserer Zeit. Wir tragen Verantwortung dafür, dass die Menschen weltweit in ihren Heimorten nachhaltig gut leben können. Dafür müssen wir in den nächsten Jahren ge-

meinsam die Treibhausgasemissionen erheblich reduzieren und die Nutzung von erneuerbaren Energien umfassend ausbauen. Der Bezirk Lichtenberg ist bereits auf einem guten Weg: Die bezirkseigenen Gebäude beziehen Ökostrom, auf vielen Dächern in Lichtenberg wird klimafreundlicher Sonnenstrom produziert, die Anzahl an Radwegen und Abstellanlagen steigt, Fahrzeuge mit Elektroantrieb nehmen zu und Aktionen wie Repaircafés, Food-sharing sowie Kleidertauschbörsen reduzieren die täglichen Abfallmengen. Ich freue mich, Ihnen Berlins erstes Klimaschutzbuch für den Bezirk Lichtenberg vorzustellen. Erfahren Sie, wie die Lichtenberger Bezirksverwaltung im Bereich Klimaschutz tätig ist, welche Initiativen, Angebote und Ansprechpartner:innen es im Bezirk gibt und wo Sie sich für den Klimaschutz engagieren können. Mit vielen Tipps gibt das Klimaschutzbuch zahlreiche Anregungen. Lassen Sie sich davon inspirieren und nutzen Sie das Gutscheingeangebot am Ende des Buches.

Herzlichst, Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Martin Schaefer'. The signature is fluid and cursive, written over a white background.

Martin Schaefer  
Bezirksbürgermeister von Berlin-Lichtenberg

# Klimaschutz in Stadt und Bezirk

---

## Die Berliner Klimaschutzziele

Das Land Berlin verfolgt das Ziel, Berlin bis zum Jahr 2045 zu einer klimaneutralen Stadt zu entwickeln. Das heißt, dass die Gesamtmenge der Berliner CO<sub>2</sub>-Emissionen bis 2045 um 95 Prozent gegenüber dem Jahr 1990 zu reduzieren ist. Das Berliner Klimaschutz- und Energiewendegesetz bildet den gesetzlichen Handlungsrahmen für die Berliner Klimaschutzpolitik. Darin sind die Ziele, die Instrumente und die Pflichtaufgaben für die Berliner Verwaltung rechtlich verankert. Das Berliner Energie- und Klimaschutzprogramm 2030 (BEK 2030) enthält die konkreten Strategien und Maßnahmen auf dem Weg zur Klimaneutralität. Jeweils für einen fünfjährigen Umsetzungszeitraum werden konkrete Maßnahmen, bezogen auf unterschiedliche Handlungsbereiche (z.B. Energie, Gebäude, Wirtschaft, Verkehr, Konsum, übergeordnete Maßnahmen), für verschiedene Akteure ausgewiesen und gleichzeitig eine Fördermittelkulisse für deren Umsetzung bereitgestellt.

## Ein Energie- und Klimaprogramm für Lichtenberg 2023–2026

Die Berliner Bezirke sind die zentralen Akteure für die Umsetzung der Berliner Klimaschutzziele. Eine erfolgreiche Klimaschutzarbeit geht nur in Zusammenarbeit mit den Fachämtern der Verwaltung und gemeinsam mit zahlreichen Akteuren im Bezirk. Die Lichtenberger Bevölkerung wächst stetig und damit steigen die Bedarfe beispielsweise an Wohnungen, Schulen, Kitas, Parkplätzen, Sportangeboten, Hundeauslaufgebieten und Grünflächen. Die Begrenztheit der Flächen erfordert ein Abwägen von verschiedenen Interessen, gute Kompromisslösungen und ein rücksichtsvolles und nachhaltiges Miteinander.

Orientiert an den Vorgaben der Berliner Klimaziele und unter Berücksichtigung der personellen und finanziellen Kapazitäten der Lichtenberger Verwaltung wurde gemeinschaftlich das Energie- und Klimaprogramm für Lichtenberg für die nächsten drei Jahre erarbeitet. Weitere Informationen unter: [berlin.de/ba-lichtenberg/politik-und-verwaltung/beauftragte/klimaschutz/artikel.256476.php](https://berlin.de/ba-lichtenberg/politik-und-verwaltung/beauftragte/klimaschutz/artikel.256476.php)

Die bezirkliche Klimaschutzbeauftragte Kirsten Schindler bringt verschiedene Akteur:innen zusammen, initiiert und leitet Projekte, akquiriert Fördermittel, organisiert Veranstaltungen und berichtet gegenüber dem Land Berlin über die Klimaschutzarbeit im Bezirk.



# Bewusster leben und konsumieren



## Was soll ich nur schenken?

Wer etwas schenkt, möchte damit jemand anderem eine Freude bereiten. Doch was, wenn das Geburtstagskind schon »alles« hat? Viele Menschen freuen sich besonders über Dinge, die sie nicht kaufen können: Ein gemeinsamer Ausflug, selbst gemachte zuckerfreie Schokolade, ein selbstgebackenes Brot mit edlen Zutaten oder ein privater Kochkurs sind tatsächlich unbezahlbar und bleiben in Erinnerung. Inspirationen liefert das Projekt [zeit-statt-zeug.de](http://zeit-statt-zeug.de). Ökologisch sinnvoll ist außerdem alles, was nicht weggeworfen, sondern verbraucht wird, z.B. Kerzen. Hier ist es sinnvoll, auf Kerzen aus nachwachsender Biomasse – oft einfach als Bio-Kerzen bezeichnet – zurückzugreifen. Für ihre Herstellung werden keine fossilen Rohstoffe, sondern ausschließlich pflanzliche Fette und Öle verwendet, die als Reste in der Nahrungsmittelindustrie anfallen. Auch Bienenwachskerzen sind klimafreundlich. Und aus Ihren Kerzenresten können Sie ganz einfach und bei sich zuhause neue, individuelle Kerzen machen – ein tolles Geschenk! Kreative Ideen finden Sie unter [smarticular.net](http://smarticular.net), Suche »Kerzenreste«.

## Reparieren statt wegwerfen

Wissen Sie eigentlich, wie ein Rührgerät von innen aussieht? Wie ein Schaltkreis funktioniert? Und wie das kaputte Waffeleisen wieder duftende Waffeln bäckt? Gegenstände zu reparieren, statt neu zu kaufen, schont die Umwelt und spart Ressourcen. Und wir lernen, diese Dinge wertzuschätzen. Reparieren macht nicht nur Spaß, man lernt auch neue Fertigkeiten im Umgang mit Werkzeugen und Maschinen. Fachkundige Anleitung zum Reparieren bei Kaffee oder Tee gibt's in sogenannten **Repair-Cafés**. In Lichtenberg finden Sie Hilfe und Anleitung z.B. jeden zweiten Freitag beim Repair-Café des »Vereins für aktive Vielfalt« (VaV) in der Ribnitzer Str. 18, [vav-hausen.de](http://vav-hausen.de). Das Reparaturcafé im »Interkulturellen Garten« findet einmal im Monat in der Liebenwalder Str. 12 statt: [sozdia.de/taetigkeitsbereiche/gemeinwesen/interkultureller-garten/termine](http://sozdia.de/taetigkeitsbereiche/gemeinwesen/interkultureller-garten/termine). Die Bezirksverwaltung möchte gemeinsam mit den kommunalen Einrichtungen weitere Repair-Cafés anbieten. Informationen dazu unter <https://www.berlin.de/ba-lichtenberg/politik-und-verwaltung/beauftragte/klimaschutz/artikel.256476.php>.

Übrigens: Auch Kleidungsstücke lassen sich oft leicht reparieren oder nach dem aktuellen Trend umschneidern. Besuchen Sie einmal dienstagnachmittags das Nähcafé des VaV!



### BEISPIEL:

Reparieren statt  
wegwerfen spart bis zu

**24 kg CO<sub>2</sub>**  
pro Reparatur.



# Nachhaltig unterwegs sein



## Rund ums Rad

Für effektiven Klimaschutz muss das Rad nicht neu erfunden werden – es muss nur öfter genutzt werden! Denn es entlastet die Umwelt, schützt das Klima, hält gesund und macht gute Laune. Kurz: Radfahren ist schön!

Unsere Tipps helfen Ihnen geschwind auf den Drahtesel:





## Ohne Auto leben ...

- ... hält gesund,
- ... steigert die Lebensqualität,
- ... spart Geld
- ... und ist gut für das Klima.

Eine halbe Stunde Bewegung am Tag hält fit und stärkt die Abwehrkräfte. Weniger Autos in der Stadt bedeuten mehr Platz zum Spielen und Entspannen, frischere Luft und mehr Sicherheit. Und für Ihren Geldbeutel ist der Verzicht auf ein Auto ohnehin gut.

### So steigen Sie um:

**Starten Sie!** Als ersten Schritt können Sie für einen überschaubaren Zeitraum »autofasten«. Oder Sie ersetzen alle kürzeren Strecken durch Zufußgehen oder Radfahren.

**Denken Sie um!** Kaufen Sie mehrmals und frisch bei Ihnen in der Nähe ein. Entdecken Sie die Freizeitangebote in Ihrem Viertel.

**Bereiten Sie sich vor!** Fahrpläne und Routen raussuchen, Fahrrad entstauben und richtige Kleidung besorgen.

**Lassen Sie fünf gerade sein!** Wenn Sie überwiegend klimafreundlich unterwegs sind, können Sie sich guten Gewissens mal ein Taxi leisten.



#### BEISPIEL:

1 Jahr auf Autofahren verzichten (Mittelklassewagen, 12.000 km) spart  
**2.000 kg CO<sub>2</sub>.**



# Gesünder essen und genießen



## Das Gute liegt so nah

Regional erzeugte Produkte punkten auf ganzer Linie: Kurze Wege schützen das Klima, die Qualität wird durch Frische erhöht und heimische klein- und mittelständische Betriebe werden unterstützt. Außerdem wird die Kulturlandschaft vor Ort erhalten und gepflegt. Wochenmärkte mit Lebensmitteln aus der Region finden Sie u.a. hier:

- Anton-Saefkow-Platz: Di, Do 9–18 Uhr
- Ehrenfelsstr./Treskowallee: Di, Fr 9–17 Uhr
- Frankfurter Allee 172, auf dem Gelände der HoWoGe: Mi 9–16 Uhr
- Heinrich-Dathe-Platz: Mo, Do, Fr 8–17 Uhr
- Prerower Platz: Mi 9–17 Uhr
- Roederplatz: Di, Fr 8–17 Uhr
- Seddiner Str.: Mo–Fr 8–18 Uhr
- Zingster Str., zwischen Ribnitzer und Dierhagener Str.: Sa 8–13 Uhr



## Das Gurken-Dilemma: Bio oder unverpackt?

Im Supermarkt müssen wir uns bei Obst und Gemüse oft entscheiden: Bio und in Plastik verpackt oder konventionell und unverpackt? Optimal wäre natürlich bio und unverpackt. Doch was ist klimafreundlicher, wenn wir uns zwischen beidem entscheiden müssen?

Die biologische Landwirtschaft verzichtet auf für Böden, Flora und Fauna schädliche Chemikalien und achtet auf artgerechte Tierhaltung. Erkennbar sind Bio-Lebensmittel z.B. am deutschen Bio-Siegel (Sechseck) oder der EU-Variante (Blatt). Diese beiden Siegel stehen für die EU-Mindeststandards. Die Richtlinien der Bio-Anbauverbände wie Naturland, Bioland oder Demeter übertreffen die EU-Standards teilweise jedoch deutlich.

Plastikverpackungen werden bei korrekter Entsorgung recycelt oder verbrannt. Das stößt zwar  $\text{CO}_2$  aus, Einsparungen in anderen Bereichen können das aber kompensieren.

Tendenziell ist bio also wichtiger als unverpackt – wie so oft gibt es hier aber von Produkt zu Produkt große Unterschiede. Und: Greift man zur Plastikverpackung, sollte unbedingt auf die richtige Entsorgung geachtet werden, damit nichts in die Umwelt und dort als Mikroplastik in unsere Böden und Gewässer und somit auch in unsere Nahrung gelangt.



### BEISPIEL:

1 kg Biogemüse spart  
im Vergleich zu  
konventionellem  
Gemüse **23 g  $\text{CO}_2$** .

# Umweltfreundlich wohnen und bauen



## Gartenfreude für Mensch und Insekt

Für unsere Ökosysteme sind Insekten unersetzlich. Umso schlimmer ist es, dass seit ein paar Jahren ein dramatisches Insektensterben zu beobachten ist. Gründe hierfür sind u.a. eine zu intensive Landwirtschaft, der Einsatz von Pestiziden, Monokulturen, Flächenfraß und nicht zuletzt die Klimakrise.

Die gute Nachricht: Garten- und Balkonbesitzer:innen können aktiv werden und neuen Lebensraum für Insekten schaffen. Das Umweltbüro Lichtenberg berät zur insektenfreundlichen Gestaltung von Balkons und bietet Samentütchen nach Schmetterlingsgeschmack an. In Liegegebliebenem und Vertrocknetem finden vielerlei Insekten Unterschlupf und Nahrung. Wer möchte, kann seinen Garten in ein wahres Insektenparadies verwandeln, nämlich durch das Anpflanzen von Wildblumen und heimischen Gehölzen sowie durch das Anlegen von Sandflächen und »wilden Ecken«. Weitere Informationen hat der BUND unter dem Stichwort »Bienenfreundlicher Garten« zusammengestellt: [bund-naturschutz.de](https://bund-naturschutz.de). Auch der Bezirk Lichtenberg hat das Problem erkannt und möchte dem Insektensterben aktiv entgegenwirken. Daher ist Lichtenberg seit 2020 Mitglied im Bündnis »Kommunen für biologische Vielfalt«.



#### BEISPIEL:

Ein Jahr lang mit Sparduschkopf statt normalem Duschkopf duschen spart bei einem Dreipersonenhaushalt **640 kg CO<sub>2</sub>** und **410 €**.

## Öfter mal abdrehen

Im Schnitt braucht man pro Kopf 120 Liter Trinkwasser am Tag. Allerdings wird das meiste davon nicht getrunken, sondern zum Duschen oder Baden, Wäschewaschen und für die Toilettenspülung verwendet. 10 bis 15 Prozent des Energiebedarfs eines Haushalts gehen auf das Konto der Warmwasserbereitung. Deshalb ist es wichtig, warmes Wasser zu sparen.

### Die fünf besten Wasserspartipps:

- Duschen mit Sparduschkopf statt Vollbad
- Wasserhahn beim Einseifen, Rasieren oder Zähneputzen abdrehen
- Voll beladene Spülmaschine nutzen statt von Hand spülen
- Effiziente Spül- und Waschmaschinen benutzen
- Wasserhahn auf »kalt« stellen, nur bei Bedarf auf »lauwarm« oder »heiß«

Herausgebende:

Bezirksamt Berlin-Lichtenberg sowie der oekom e.V. – Verein für ökologische Kommunikation



© 2023 oekom verlag, München

oekom – Gesellschaft für ökologische Kommunikation mbH

Goethestraße 28, 80336 München

**Idee und Konzept:** oekom e.V.

**Projektleitung:** Kirsten Schindler (Bezirksamt Berlin-Lichtenberg), Alicia Walter (oekom verlag)

**Projektmitarbeit:** Franz Rimmele (oekom e.V.)

**Satz:** Tanja Laböck (tanjalaboock.de)

**Umschlaggestaltung und Illustration:** Ulrike Huber, Kolbermoor (uhu-design.de)

**Druck:** Aumüller Druck GmbH & Co. KG, Regensburg

Alle Rechte vorbehalten

Printed in Germany

Die Herausgebenden übernehmen keine rechtliche Verantwortung für den Inhalt der aufgeführten Weblinks sowie für die Richtigkeit der CO<sub>2</sub>-Angaben. Bei der Berechnung der CO<sub>2</sub>-Werte in diesem Buch wurden CO<sub>2</sub>-Äquivalente wie Methan oder Lachgas berücksichtigt.

**Bildnachweise:**

Benjamin Jehne (1, 27, 28), BA Lichtenberg (2, 4, 5, 6), Antje Heera/Lichtenberger Stadtgarten e.V (7), Anita Mertz (12), Marktschwärmer (30), LMPF Lichtenberg (32), Kaffee & Korn – Unverpackt (33), RECUP (34); AdobeStock: Zarya Maxim (15), erphotographer (16), mizina (17), igishevamaria (18), photoguns (19), PiyawatNandeenoparit (21), Fernando esteban/EyeEm (25), Minerva Studio (26), jchizhe (29), oleksii.leonov (31), haidamac (35), Nastassia Kudzina (36), izzetugutmen (37), weixx (40), ohenze (41); Depositphotos: pressmaster (22); fotolia: sunny studio (9), Benjamin [O°] Zweig (39); Pixabay: jplenio (10); Photocase: gapiott (13)

## natürlich oekom!

Mit diesem Klimaschutzbuch halten Sie ein echtes Stück Nachhaltigkeit in den Händen.

- 100% Recyclingpapier
- mineralölfreie Druckfarben
- Verzicht auf Plastikfolie
- Kompensation aller CO<sub>2</sub>-Emissionen
- kurze Transportwege – in Deutschland gedruckt

Weitere Informationen unter [natuerlich-oekom.de](http://natuerlich-oekom.de)  
und [#natuerlich\\_oekom](https://twitter.com/natuerlich_oekom)



Erfahren Sie mehr unter  
[klimasparbuch.de](http://klimasparbuch.de)

 oekom

Gefördert im Rahmen des Berliner  
Energie- und Klimaschutzprogramms durch

Senatsverwaltung  
für Mobilität, Verkehr,  
Klimaschutz und Umwelt

**BERLIN**

