

# Einfach klimagerechter leben Praxistipps



Liebe Leserinnen und Leser,

die Konzentration von Treibhausgasen in der Atmosphäre erreicht jedes Jahr neue Höchstwerte und die Extremwetterlagen häufen sich. Auch in Sachsen wird der Klimawandel immer spürbarer. Das verunsichert: In welcher Welt werden unsere Kinder und Enkel einmal leben? Müssen wir unsere Lebensweise überdenken? Was kann ich persönlich tun?



Zentrale Aufgabe von Politik und Wirtschaft ist es, den Klimaschutz endlich wirksam voranzubringen. In vielen Unternehmen hat das Umdenken längst begonnen. Die Politik muss jetzt ebenfalls deutlich nachlegen. Mit dem Energie- und Klimaschutzprogramm 2021 (EKP 2021), wurde dafür in einem ersten Schritt eine Gesamtstrategie für den Freistaat Sachsen beschlossen.

Auch unser individuelles Konsumverhalten ist in einem hohen Maße klimarelevant. Durch Änderungen im persönlichen Verhalten kann jede und jeder ganz persönlich etwas für den Schutz unseres Klimas tun. Diese Broschüre enthält viele Praxistipps für mehr Klimaschutz – unkompliziert, einfach umzusetzen, verständlich.

Nutzen Sie Ihre eigenen Handlungsoptionen. Denken Sie daran: Jede einzelne Verhaltensänderung für mehr Klimaschutz zählt.

Wolfram Günther

*Sächsischer Staatsminister für Klimaschutz,  
Energie, Umwelt und Landwirtschaft*

# Inhalt

## 1. Ideen für

Eigenes Handeln S. 4

## 2. Essen und Trinken

Klimagerecht genießen S. 6

## 3. Haushalt

Klimafreundlich &  
gesund wohnen S. 10

## 4. Energie

Clever Energie sparen S. 13

## 5. Wasser

Klimasmart in Küche & Bad S. 18

## 6. Textilien

Klimabewusst kleiden S. 20

## 7. Wertstoffe

Müll vermeiden und trennen S. 22

## 8. Mobilität

Klimafit unterwegs S. 24

## 9. Einkauf

Kreativ neu nutzen S. 27

Adressen und Informationen S. 29

## 1. Ideen für

# Eigenes Handeln

Individuell zum Klimaschutz beizutragen, wird für immer mehr Menschen zum selbstverständlichen Teil ihres Alltags. Unsere Klimabotschafterinnen und -botschafter verraten, was ihnen in Sachen Klimaschutz besonders am Herzen liegt.

“ Der Einzelne kann für das rechtsverbindliche Pariser 1,5-Grad-Ziel, das EU-weit Nullemissionen bis 2030 verlangt, politisch eintreten – und zugleich kann er die fossilen Brennstoffe aus dem eigenen Leben verbannen bei Strom, Wärme, Alltagsverkehr, Urlaubsverkehr und Ernährung.“

**Prof. Dr. Dr. Felix Ekardt,**  
Landesvorsitzender des BUND Sachsen

“ Klimaschutz ist in aller Munde. Da ist es doch gut zu wissen, wie das auch im Alltag gelingen kann. Sei es durch eine klimabewusste Ernährung, mit Lastenrad und Carsharing statt eigenem Auto oder mit Hilfe von Erneuerbaren Energien an Haus oder Wohnung. Gemeinsam mit anderen Ideen umsetzen, Dinge teilen und tauschen statt immer mehr Konsumieren – so kann Nachhaltigkeit auch Spaß machen!“

**Andreas Eichhorst,**  
Vorstand Verbraucherzentrale Sachsen

“Klimaschutz ist die Herausforderung, der Geschwindigkeit und Intensität von durch uns Menschen verursachten Veränderungen des Klimas entgegen zu wirken. Es motiviert mich, an dieser großen Aufgabe im Sinne der heutigen und zukünftigen Generationen mit vielen anderen zusammen arbeiten zu können.”

**Dr. Tilman Werner, Geschäftsführer SAENA**

“Einen ganz persönlichen Beitrag zum Klimaschutz können wir leisten, wenn wir weniger Fleisch konsumieren und Lebensmittel aus der Region - am besten in Bioqualität - bevorzugen. Möglichkeiten dafür gibt es viele: Auf [regionales.sachsen.de](http://regionales.sachsen.de) finden Sie Lebensmittelerzeuger in Ihrer Nähe. Bei einer der zahlreichen Marktschwärmereien in Sachsen können bequem regionale Lebensmittel bestellt und vor Ort abgeholt werden. Für mich ist es immer wieder ein Genuss, den Wochenmarkt zu besuchen und aus den ganz frischen Produkten für meine Familie und Freunde zu kochen.”

**Gisela Reetz, Staatssekretärin SMEKUL**

**Niemand ist perfekt. Wenn Sie sich klimagerechter verhalten wollen, gehen Sie am besten schrittweise vor und freuen Sie sich über jeden einzelnen Erfolg. Dann können Sie beherzt den nächsten Schritt ins Auge fassen. So vermeiden Sie Frustration und letztlich Resignation.**

## 2. Essen und Trinken

# Klimagerecht genießen

In der Art, wie wir uns ernähren, liegt ein besonders wichtiger Hebel für das Klima. Schon kleine Veränderungen im Einkaufs- und Ernährungsverhalten können die eigene CO<sub>2</sub>-Bilanz beachtlich senken. So macht es beispielsweise einen enormen Unterschied, wenn wir überwiegend regionale Produkte kaufen und wenig Fleisch essen. Dieses Kapitel verrät, wie unsere Ernährung rundum klimafreundlicher gelingen kann.

### VORAUSSCHAUEND EINKAUFEN

Der Einkauf stellt die Weichen für eine klimafreundliche Ernährung. Eine wichtige Rolle spielen neben der Produktwahl auch Einkaufsweg und -ort:

- Wenn Sie **VORWIEGEND** lokal bzw. regional einkaufen, z. B. auf dem Markt, im Einzelhandel vor Ort oder in einer Marktschwärmerei in Ihrer Nähe, profitiert nicht nur das Klima von kürzeren Transportwegen. Sie stärken damit auch die regionale Land- und Ernährungswirtschaft sowie den Einzelhandel vor Ort. Belebte Innenstädte erhöhen die Lebensqualität, denn sie tragen dazu bei, dass Einkaufswege kürzer werden und zu Fuß oder per Rad zurückgelegt werden können.
- Abfallvermeidung beginnt bereits beim Einkauf. Achten Sie darauf, nur das zu kaufen, was Sie **WIRKLICH BRAUCHEN**. So verschwenden Sie weniger Lebensmittel und schonen zugleich Ihren Geldbeutel. Nützlich sind Einkaufslisten oder -Apps, mit deren Hilfe Sie gezielter einkaufen und ungeplante, oft teure Spontankäufe vermeiden.
- Achten Sie beim Einkauf auf relevante (Bio-)Label und Qualitätssiegel.

### LEBENSMITTEL RICHTIG LAGERN

Rund 80 kg Lebensmittel landen in Deutschland pro Kopf und Jahr in der Tonne und belasten völlig unnötig das Klima. Mit richtiger Lagerung können Sie das weitgehend vermeiden:

- In **SAUBERER UMGEBUNG** halten sich Lebensmittel länger. Licht-, wärme- oder kälteempfindliche Produkte sollten entsprechend geschützt werden. Verwenden Sie zur Aufbewahrung angebrochener Speisen wiederverwendbare Behälter statt Frischhalte- und Alufolien.

■ Machen Sie den Geschmackstest und prüfen Sie Lebensmittel, die das **MINDESTHALTBARKEITSDATUM (MHD)** überschritten haben, bevor Sie sie entsorgen. Oft sind sie noch eine ganze Weile darüber hinaus genießbar. Anders sieht es beim Verbrauchsdatum („zu verbrauchen bis“) aus. Ist es erreicht, sind Lebensmittel zu entsorgen.

■ **KÜHLWAREN:** Was aus dem Kühlregal kommt, gehört auch Zuhause in den Kühlschrank. Wichtig ist die Wahl der richtigen Kältezone: Fleisch und Fisch sind ganz unten, wo es am kältesten ist, am besten aufgehoben. Milchprodukte gehören ins mittlere Fach. Aufschnitt, Käse und zubereitete Speisen bewahren ihr Aroma gut verpackt im oberen Fach. In der Tür bleiben Getränke, Milch, Butter, Eier und Marmeladen lange frisch.

■ **OBST & GEMÜSE** landen besonders häufig im Abfall. Oft sind ungünstiger Transport und falsche Lagerung schuld.

■ Lange haltbare Lebensmittel können in **VORRATSSCHRÄNKEN** aufbewahrt werden. Hier gilt es für gute Übersichtlichkeit und Sauberkeit zu sorgen und nur einen der Haushaltsgröße angepassten Grundstock vorrätig zu halten.



## KLIMAFREUNDLICH GENIESSEN

Mit der richtigen Ernährung können Sie sich selbst und dem Klima etwas Gutes tun:

■ Machen Sie Ernährung in Ihrer Familie zum Thema. **BEZIEHEN** Sie alle Mitglieder aktiv ein, wenn es um die Zubereitung von Speisen geht. Sind Kinder im Haus, können Sie ihr Interesse für die Zubereitung und Qualität von Lebensmitteln frühzeitig fördern. Besitzen Sie einen Garten oder Balkon, haben Sie die Möglichkeit dort selber Nutzpflanzen und Kräuter zu ziehen. Dass Gutes Zeit braucht, kriegen so alle mit.

■ Greifen Sie so häufig wie möglich zu **FRISCHEN UND UNVERARBEITETEN LEBENSMITTELN**. Fertiggerichte enthalten nicht nur zahlreiche Zusatzstoffe, versteckte Zucker und Fette, sondern haben durch den hohen Verarbeitungsgrad auch eine höhere CO<sub>2</sub>-Bilanz.

■ Für **BABY- UND KLEINKINDKOST** gilt: Informieren Sie sich, was wirklich drin ist! Es sollte so wenig Salz, Zucker und Zusatzstoffe wie möglich enthalten sein. Gemüse- und Obstbreie lassen sich schnell und einfach selber machen. Das ist gesund, schont Klima und Geldbeutel.

■ Geben Sie **LOKAL UND REGIONAL ERZEUGTEN** Lebensmitteln Vorrang. Kürzere Transportwege sind klimafreundlicher, gleichzeitig unterstützen Sie lokale Erzeuger. Schon Kindern tut es gut, diesen Zusammenhang zu kennen.

■ Essen Sie **SAISONAL**. Viele Obst- und Gemüsesorten sind zwar ganzjährig erhältlich, haben als Importware aber oft mehrere tausend Kilometer Transport hinter sich. Nicht selten werden sie mit haltbarmachenden Mitteln behandelt, um möglichst lange frisch auszusehen und oft müssen sie energieintensiv gekühlt werden.

■ Industrielle Fleischerzeugung geht auf Kosten des Klimas. Deshalb ist beim Fleischverbrauch weniger mehr. Etwa 300 g pro Person/Woche gelten als gesund und klimaverträglich, insbesondere, wenn dabei auf regional erzeugte Frischware gesetzt wird. Wild und Geflügel schneiden klimabilanziell besser ab als Rind oder Schwein, Fleisch von Weiderindern besser als solches aus Stallhaltung.

■ Spannend wird es, wenn Sie **VEGETARISCHE UND VEGANE GERICHTE** ausprobieren. Tierische Proteine können z. B. durch Hülsenfrüchte, Tofu und einige Pilzsorten ersetzt werden. Bestimmt werden Sie so auch fleischlose Lieblingsgerichte kennenlernen.

■ Gutes Essen verdient **WERTSCHÄTZUNG**, indem Sie es bewusst und so oft wie möglich gemeinsam genießen!

Bio-Lebensmittel sind klimafreundlicher als konventionelle, denn ihre Produktion verursacht weniger Treibhausgasemissionen. Die Gründe: der Verzicht auf Stickstoff-Mineraldünger in der ökologischen Landwirtschaft und der geringere Einsatz von industriell gefertigtem Kraftfutter in der Tierhaltung. Weitere Faktoren sind humushaltigere Böden mit höherer CO<sub>2</sub>-Bindung und regionaler Futtermittelbezug. Bei Verarbeitung, Verpackung, Transport und Lagerung gibt es hingegen weniger Unterschiede.

#### WEITERE INFORMATIONEN ZUM THEMA

#### FINDEN SIE UNTER:

- | [bzfe.de](http://bzfe.de)
- | [direktvomBeet.de](http://direktvomBeet.de)
- | [ernaehrungswandel.org](http://ernaehrungswandel.org)
- | [label-online.de](http://label-online.de)
- | [landwirtschaft.sachsen.de/regionalvermarktung](http://landwirtschaft.sachsen.de/regionalvermarktung)
- | [lernportal-sachsen-geniessen.de](http://lernportal-sachsen-geniessen.de)
- | [marktschwaermer.de](http://marktschwaermer.de)
- | [nachhaltiger-warenkorb.de](http://nachhaltiger-warenkorb.de)
- | [nachhaltiges-sachsen.de](http://nachhaltiges-sachsen.de)
- | [oekolandbau.de](http://oekolandbau.de)
- | [regionales.sachsen.de](http://regionales.sachsen.de)
- | [so-geht-saechsisch.de](http://so-geht-saechsisch.de)
- | [urbane-gaerten.de](http://urbane-gaerten.de)

### 3. Haushalt

# Klimafreundlich & gesund wohnen

Weniger Chemie und chemisch behandelte Materialien im Haushalt kommen nicht nur der Gesundheit, sondern auch dem Klima zugute. Denn die Herstellung chemischer Stoffe ist besonders energie- und ressourcenintensiv. Ihre Freisetzung in die Umwelt trägt in vielen Fällen zum Klimawandel bei.

#### UMWELTVERTRÄGLICH PUTZEN & REINIGEN

Empfehlenswert sind **HAUT- UND UMWELTFREUNDLICHE** Putz-, Spül- und Reinigungsmittel ohne erdölbasierte Inhaltsstoffe, am besten in Bio-Qualität. Dasselbe gilt für Waschmittel. Umweltschonende Reinigungsmittel verzichten u. a. auf Duftstoffe, Phosphate, sowie antibakterielle Inhalts- und Füllstoffe, wie Biozide. Vermeiden Sie auch den Einsatz stark ätzender Reiniger mit anorganischen Säuren oder Laugen.

Umweltverträgliche Reinigungsmittel erkennen Sie beim Einkaufen am Blauen Engel oder der Euroblume. Auf Inhaltsstoffe biologischen Ursprungs weist das Ecocert Label hin.

Auch die Wahl der Verpackung spielt eine Rolle. Waschmittel kaufen Sie am besten als hochdosierte Pulver. Diese gibt es häufig im umweltfreundlichen Karton. Bei Reinigungsmitteln kann bspw. auf recycelte Verpackungen oder Nachfüllpacks zurückgegriffen werden.

Generell gilt: Weniger ist mehr! Für den normalen Haushalt reichen in der Regel ein Allzweckreiniger, Spülmittel, Scheuermilch und ein Badreiniger. Achten Sie auf die richtige Dosierung, um unnötige chemische Belastungen der Umwelt zu vermeiden.

Wer Zeit und Lust dazu hat, kann **REINIGUNGSMITTEL** sogar selber herstellen. Das spart energieintensive Herstellungsschritte, Verpackungen, Geld und kommt dem Klima zugute: Es braucht dazu wenig mehr als Kernseife, Natron, Essig, Soda und Zitronensäure. Anleitungen zur Herstellung finden Sie u. a. auf [www.utopia.de](http://www.utopia.de).

#### EIN GUTES RAUMKLIMA SCHAFFEN

Gutes Raumklima trägt zu Ihrem **WOHLBEFINDEN UND GESUNDHEIT** bei. Bei Putz, Wandfarbe und Bodenbelägen gilt: Je weniger chemisch behandelt und je natürlicher und regionaler die Materialien, desto mehr profitieren Sie, Umwelt und



Klima davon. In diesem Sinne sind auch diffusionsoffene und feuchteregulierende Materialien zu bevorzugen.

■ Dämmen und Isolieren kann den heimischen Energiebedarf merklich senken. Verzichten Sie dabei besser auf chemisch behandelte Dämmstoffe und geben Sie unbehandelten **NATÜRLICHEN MATERIALIEN** Vorrang, z. B. aus Holzfasern, Kork, Jute oder Hanf – je regionaler produziert, desto weniger CO<sub>2</sub> entsteht durch Transport.

■ Gut **ISOLIERENDE FENSTER UND TÜREN** reduzieren Energieverluste und halten auch Sommerhitze fern.

■ Bei **ZUGLUFT** sind praktische Helfer wie z. B. Türdichtschielen und Dichtungsbänder empfehlenswert. Sie lassen sich zwischen Tür bzw. Fenster und Rahmen befestigen und senken so den Heizbedarf.

## RICHTIG LÜFTEN

Wird im Winter geheizt, ist gute Belüftung wichtig. So lüften Sie richtig, ohne dass Energie verloren geht und das Klima unnötig belastet wird:

■ Vermeiden Sie Dauerlüften über gekippte Fenster. Sie verbrauchen sonst unnötig Energie und öffnen Schimmelbildung Tür und Tor. Besser ist **REGELMÄSSIGES STOSSLÜFTEN**. Ideal sind drei- bis viermal pro Tag jeweils fünf Minuten querlüften.

■ **FEUCHE LUFT** in Küche und Bad sollte immer direkt heraus gelüftet und Kondenswasser entfernt werden, um Schimmelbefall vorzubeugen. Dasselbe gilt in Schlafräumen.

■ Außenwände und Fenster bleiben besser **UNVERSTELLT**, damit die Raumluft zirkulieren kann. Möbel sollten einen Abstand von mindestens 10 cm zur Außenwand haben.

Immer häufiger erleben wir im Sommer längere Hitzeperioden. Sie kühlen klimafreundlich, wenn Sie nur nachts und frühmorgens lüften, Fenster und Türen tagsüber geschlossen und verdunkelt halten. Nicht benötigte Elektrogeräte sollten ausgeschaltet sein, da sie selbst im Stand-by-Modus Strom verbrauchen und Wärme abgeben. Vorsicht: Klimaanlage sind wahre Stromfresser.

### WEITERE INFORMATIONEN ZUM THEMA FINDEN SIE UNTER:

- | [dhb-netzwerk-haushalt.de](http://dhb-netzwerk-haushalt.de)
- | [verbraucherschutz.sachsen.de](http://verbraucherschutz.sachsen.de)
- | [verbraucherzentrale-sachsen.de](http://verbraucherzentrale-sachsen.de)
- | [wasser.sachsen.de](http://wasser.sachsen.de)



## 4. Energie

# Clever Energie sparen

Rund ein Viertel des gesamten Energiebedarfs in Deutschland entfällt auf Privathaushalte. Für Raum- und Prozesswärme (bzw. -kälte), Warmwasser, Beleuchtung und zunehmend Unterhaltungselektronik brauchen wir immer mehr Energie. Gleichzeitig steigen die Kosten seit Jahren. Energiesparen ist in jedem Haushalt mit geringem Aufwand möglich. Geldbeutel und Klima profitieren gleichermaßen.

### MIT VERSTAND HEIZEN

Mit über zwei Dritteln entfällt der Großteil unseres Energieverbrauchs auf die Raumwärme. Wie viel Energie Sie verbrauchen, hängt wesentlich davon ab, wie viel Fläche pro Person zur Verfügung steht. Weiterhin vom Zustand der Heizungsanlage und des Gebäudes. Das Nutzungsverhalten ist ebenfalls eine wichtige Stellschraube, um Heizenergie und -kosten einzusparen:

■ In Sachsen hat sich die Wohnfläche pro Person in den letzten 30 Jahren von 30 auf 45 qm erhöht. Vor allem Personen, deren Kinder aus dem Haus sind, sollten sich fragen, ob sie die von ihnen bewohnte Fläche noch benötigen. Für **BAUWILLIGE** empfiehlt es sich, ihr Traumhaus für flexible Nutzungsmöglichkeiten zu planen.

■ **SENKEN** Sie die Heiztemperatur in wenig genutzten Räumen. Jedes Grad weniger spart etwa sechs Prozent Energie. Viel genutzte Räume sollten zwischen 19–22°C warm sein, zum Schlafen sind 15–17°C ideal. Ein **THERMOSTAT** reagiert auf eine eingestellte Temperatur. Elektronische Thermostatventile erleichtern die Temperaturregelung.

■ Bei **ABWESENHEIT** gilt: Es ist günstiger, eine konstante Raumtemperatur von ca. 15°C zu halten, als einen ausgekühlten Raum wieder auf Wohlfühltemperatur zu bringen.

■ Bei Dunkelheit oder Abwesenheit sollten Sie Rollläden bzw. Jalousien **HER-UNTERLASSEN**. So geht weniger Wärme über Fenster verloren.

■ Lassen Sie Ihre Heizungsanlage regelmäßig vom Experten **WARTEN**. Entlüften Sie Heizkörper bei Bedarf selbst: Größere Mengen Luft im Heizkörper verringern seine Wärmeleistung und senken die Effizienz der Heizanlagen insgesamt.

### Energiegenossenschaften – Energieprojekte in Bürgerhand

Eine Möglichkeit sich aktiv an der Energiewende zu beteiligen und damit einen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten, bietet die Mitgliedschaft in einer Energiegenossenschaft. Aktuell treiben in Deutschland 835 Energiegenossenschaften mit 200.000 Mitgliedern die Energiewende voran. Energiegenossenschaften sind bürgernah, regional und ermöglichen eine direkte Beteiligung an Energieprojekten. Die Wertschöpfung bleibt damit vor Ort. Entscheidungen in Energiegenossenschaften werden demokratisch getroffen: Jedes Mitglied hat nur eine Stimme in der Generalversammlung. Je nach Genossenschaftsanteil müssen zwischen einhundert und mehreren tausend Euro eingelegt werden. Renditen, jährlich bestimmt durch die Generalversammlung, werden in Form einer Dividende ausgezahlt. Wichtig: In der Satzung sollte festgeschrieben sein, dass die Haftung der Mitglieder bei Verlusten auf die eigene Einlage beschränkt bleibt. Genossenschaften müssen zudem einem Genossenschaftsverband angehören, von dem sie regelmäßig geprüft und unterstützt werden.

### KLIMAFIT IN DER KÜCHE

In der Küche, wo viele Elektrogeräte genutzt werden, finden sich einige Hebel für mehr Klimaschutz in den eigenen vier Wänden:

■ **DECKELN** Sie Ihre Töpfe und Ihre Pfannen. Speisen werden so nicht nur schneller gar, auch der Energieverbrauch sinkt.

■ Achten Sie darauf, dass die **TOPFGRÖSSE** der Kochplatte entspricht.

■ Verwenden Sie zum Kochen **WENIGER WASSER**. Zum Garen von Gemüse reicht es z. B. aus, wenn nur der Topfboden bedeckt ist. Am sparsamsten wird Wasser mit dem Wasserkocher erhitzt.

■ Nehmen Sie vor dem **BACKEN** nicht genutzte Backbleche aus dem Ofen, nutzen Sie bevorzugt Umluft statt Ober-/Unterhitze und öffnen Sie die Ofentür so wenig wie möglich. Wenn Sie die Temperatur früher runterstellen, können Sie für das Garen oder Backen auch die Restwärme nutzen.

■ **KÜHL- UND GEFRIERGERÄTE** sollten nicht neben Herd oder Heizung platziert werden, keiner direkten Sonnenstrahlung ausgesetzt sein oder auf Fußbodenheizungsflächen stehen.

- Die optimale **KÜHLSCHRANKTEMPERATUR** liegt für Standardgeräte bei ca. 7°C. Für das Gefrierfach sind -18°C ideal. Schließen Sie die Türen direkt nach jedem Öffnen.
- Kühlschrank und Gefrierfach sollten immer eisfrei bleiben, da sich sonst der Stromverbrauch signifikant erhöht. Bei längerer Abwesenheit lohnt es, Kühlgeräte ganz **ABZUSTELLEN**.

## LEUCHTET EIN!

Je nach Raumsituation bestehen unterschiedliche Anforderungen an die Wohnungsbeleuchtung. So wird sie klimafreundlicher:

- Nutzen Sie nur so viel Licht **WIE SIE BRAUCHEN**. Ungenutzte Räume und Außenbereiche müssen nicht beleuchtet werden. Bewegungsmelder können hier dauerhaft nützlich sein.
- Mit energieeffizienten **LED-LEUCHTMITTELN** (Light Emitting Diode) lässt sich beträchtlich Energie sparen. Sie sind für alle Fassungen und in allen handelsüblichen Formen erhältlich. Mit einer Brenndauer von mindestens 15.000 Stunden sind sie besonders langlebig, was den etwas höheren Preis rechtfertigt.
- In **HELL GESTALTETEN** Räumen mit unverstellten Fenstern brauchen Sie weniger Beleuchtung.
- Für Leuchten, die oft an- und ausgeschaltet werden, empfiehlt es sich Leuchtmittel mit **HOHER SCHALTFESTIGKEIT ZU WÄHLEN**. Auskunft gibt die Verpackung mit Angaben wie „100.000 on/off“.
- Damit möglichst wenig Leuchtkraft verloren geht, sollten Lampen regelmäßig **GEREINIGT** werden.

## STROMFRESSER UNTERHALTUNG

Dass unser digitales Verhalten gravierende Klimafolgen hat, ist wenig bekannt. Die tägliche Nutzung von Streaming-Diensten, Apps und Programmen verbraucht sehr viel Energie. Besonders gravierend ist Video-Streaming. Grund dafür sind die konstant erforderliche Kühlung von Serverfarmen und der enorm hohe Datentransfer. Mit einfachen Maßnahmen lässt sich dies reduzieren:

- Anstatt Musik jedes Mal neu zu **STREAMEN**, können Sie diese auch einmalig herunterladen und dann lokal abspielen.

■ Mobile Internetnutzung via Smartphone verbraucht aufgrund der hohen Sendeleistung mehr Strom als das Surfen in einem WLAN. Am klimafreundlichsten ist die Nutzung **LOKALER NETZWERKE** (LAN).

■ Wählen Sie die richtige **BILDQUALITÄT**. Je höher die Anzahl Pixel bezogen auf das Bildschirmformat, desto mehr steigt der Energieverbrauch. Schon eine Stufe weniger (z. B. HD 720p oder 480p statt Full HD) reduziert den Verbrauch.

■ Bevorzugen Sie Online-Dienstleister, die ihre Server mit **ÖKOSTROM** betreiben, z. B. nachhaltige Suchmaschinen, Internet- und Mailanbieter sowie Online-Banken.

■ TV, PC und Endgeräte sollten **SO LANGE WIE MÖGLICH** genutzt werden: Jede Neuproduktion ist energieintensiv und setzt dem Klima zu. **ÜBRIGENS:** Mit der Bildschirmgröße steigt der Energiebedarf signifikant.

■ Nutzen Sie die **ENERGIESPARFUNKTION** von Bildschirmgeräten und reduzieren Sie die Helligkeit auf ein angemessenes Maß. Nicht (mehr) benötigte Programme und Apps können geschlossen werden, sie verbrauchen im Hintergrund sonst weiter Energie.

■ **ÜBERFLÜSSIGE DATEN** und Apps sollten regelmäßig gelöscht werden. Lokale Datensicherung spart gegenüber der Cloud Energie.



Mit Strom und Gas aus regenerativen Quellen können Sie Zuhause einen entscheidenden Beitrag für den Klimaschutz leisten. Ein Anbieterwechsel kann zudem eine günstige Gelegenheit sein, den Anstieg der Energiekosten zu begrenzen.

Beim Neukauf von elektronischen Haushaltsgeräten sollten Sie sich für eine möglichst hohe Energieeffizienzklasse entscheiden – dem Klima zuliebe.

Schalten Sie Elektrogeräte immer ganz aus oder ziehen Sie den Stecker, wenn Sie sie nicht nutzen. Sie verbrauchen sonst auch im Stand-by-Modus unnötig Strom.

Mit kompakten Stecker-Solargeräten können Sie Zuhause auf dem Balkon oder im Garten mittels integriertem Wechselrichter selbst Strom für Ihren Eigenbedarf produzieren.

#### WEITERE INFORMATIONEN ZUM THEMA FINDEN SIE UNTER:

- | [bafa.de](http://bafa.de)
- | [co2online.de](http://co2online.de)
- | [dena.de](http://dena.de)
- | [deutschland-machts-effizient.de](http://deutschland-machts-effizient.de)
- | [energie.sachsen.de](http://energie.sachsen.de)
- | [saena.de](http://saena.de)
- | [verbraucherzentrale-sachsen.de](http://verbraucherzentrale-sachsen.de)

## 5. Wasser

# Klimasmart in Küche & Bad

Pro Kopf und Tag werden in Deutschland rund 130 Liter Wasser direkt verbraucht. Hinzu kommen indirekte Verbräuche für die Herstellung unserer Konsumgüter. Berücksichtigt man diese, liegt der Verbrauch pro Kopf und Tag bei fast 4.000 Litern. Für Warmwasseraufbereitung beim Duschen, Waschen oder Spülen wird zusätzlich viel Energie aufgewendet. Aufgrund klimawandelbedingter Trockenheit wird Wasser vielerorts knapper, ein verantwortungsvoller Umgang mit der kostbaren Ressource daher wichtiger.

### WASCHEN, SPÜLEN & TROCKNEN

- Meist genügt es, Wäsche bei 30–40°C zu waschen. Bei modernen Maschinen reichen oft sogar 20°C aus. Das **EINSPARPOTENTIAL** ist enorm: Waschen Sie z. B. bei 40°C statt bei 60°C, verbrauchen Sie 40 bis 50 Prozent weniger Strom.
- Beladen Sie die **TROMMEL VOLL** ohne zu stopfen und dosieren Sie das Waschmittel gemäß Herstellerangabe.
- Wenn möglich, lassen Sie Ihre Wäsche an der **LUFT TROCKNEN**.
- Geschirrspüler reinigen Geschirr **EFFIZIENTER** als das Spülen per Hand. Nutzen Sie Spar- bzw. Öko-Programme und verwenden Sie umweltverträgliche Spülmittel. Beladen Sie das Gerät immer voll.

### IM BAD

- Duschen ist klimafreundlicher als Baden. Ein Spar-Duschkopf verstärkt diesen Effekt: Während durch herkömmliche Brausen 12 bis 15 Liter Wasser pro Minute laufen, sind es bei der Spar-Variante nur 6 bis 8 Liter.
- Stellen Sie den Wasserhahn beim Einseifen, Händewaschen, Rasieren und Zähneputzen ab. Der Einbau von Durchlaufbegrenzern kann den Verbrauch weiter **SENKEN**.
- Verringern Sie den Wasserverbrauch des WCs mit einem **SPAR-SPÜLKASTEN**.
- Haben Sie einen Durchlauferhitzer, stellen Sie die Temperatur ein, die Sie **WIRKLICH BENÖTIGEN**, also in der Regel nicht mehr als 50°C.
- Beziehen Sie Warmwasser aus einem strombetriebenen Boiler, stellen Sie diesen auf ca. 60°C ein. Mit einer höheren Temperatur verbrauchen Sie unnötig Energie, denn Boiler erwärmen Wasser und speichern es so lange, bis es benötigt wird. Im Urlaub können Sie den Boiler vorübergehend **ABSTELLEN**.

## IN HOF & GARTEN

- Für Balkon- und Gartenpflanzen ist es am besten, sie mit gesammeltem **REGENWASSER** zu gießen, besonders effizient mit einer bedarfsorientierten Tröpfchenbewässerung.
- Moore sind wichtige Kohlenstoffsinken. Deshalb gehört **TORF INS MOOR** und nicht in die Blumenerde!
- **HOCHDRUCKREINIGER** verbrauchen besonders viel Wasser. Ihre Verwendung ist also gut zu überlegen.
- Autos sollten grundsätzlich in einer **WASCHANLAGE** und nicht auf dem heimischen Hof gewaschen werden. So werden Verunreinigungen des Grundwassers vermieden und Wasser eingespart.

## WEITERE INFORMATIONEN ZUM THEMA FINDEN SIE UNTER:

- Wasserfußabdruck | Umweltbundesamt



## 6. Textilien

# Klimabewusst kleiden

Kleidung ist Gebrauchsgut und Lifestyle-Produkt in einem. Über die Basisfunktion hinaus drücken wir mit ihr Zugehörigkeit, Individualität und Ästhetik aus. Was sie zunehmend zum Klima-Problem macht, ist das enorme Ausmaß unseres Konsums. In vielen Herstellungsländern werden Umweltauflagen zugunsten niedriger Produktionskosten nicht erfüllt, Löhne gedrückt und Arbeitsschutzmaßnahmen unzureichend umgesetzt. In der gesamten Wertschöpfung kommt es zu Umwelt- und Klimaschäden – vom Pestizideinsatz im Baumwollanbau, über Chemieeinsatz in der Textilveredlung bis hin zum CO<sub>2</sub>-Ausstoß beim Transport. Auch Energie- und Wassereinsatz sind problematisch. Doch es geht auch klimafreundlicher.

### PFLEGEN, REPARIEREN, WEITER NUTZEN

■ **RICHTIG GEPFLEGTE KLEIDUNG** hält länger und muss seltener ersetzt werden. Dazu gehört, sie schonend und nicht mehr als notwendig zu waschen und sie danach an der Luft zu trocknen.

■ Kleinere Mängel können **SIE SELBST AUSBESSERN** oder in einer Schneiderei reparieren lassen. So haben Sie lange etwas von Ihren Lieblingskleidern.

■ **GEBEN** Sie gut erhaltene Kleidung, die Sie nicht mehr tragen, weiter. Insbesondere Baby- und Kinderkleidung wird meist nur wenige Monate getragen und ist zum Wegwerfen zu schade.



## KAUFEN MIT BEDACHT

- Kaufen Sie **BEWUSSTER** ein: Fragen Sie sich vor dem Kauf, ob Sie ein Kleidungsstück oder Schuhe wirklich benötigen, tragen werden und ob es richtig passt.
- Kommt für Sie vielleicht Kleidung **AUS ZWEITER HAND** in Frage? Fündig werden Sie in Second-Hand-Läden und einschlägigen Online-Portalen. Von jedem vermiedenen Neukauf und längerer Nutzung profitiert das Klima.
- Kleidung aus ökologisch erzeugter Baumwolle ist weniger schädlich für Umwelt und Klima und enthält weniger Schadstoffe.
- Ist ein Neukauf notwendig, sollten Sie auf **QUALITÄT** setzen: Hochwertig verarbeitete Kleidung hält länger.
- Wenn Sie Kleidung den Vorzug geben, die in Sachsen, Deutschland oder der EU hergestellt wurde, bedeutet das **KÜRZERE TRANSPORTWEGE** und weniger CO<sub>2</sub>-Ausstoß. Auch Arbeitsbedingungen sind in der Regel besser und Umweltauflagen strenger als in Nicht-EU-Ländern.
- Bei Produkten aus Nicht-EU-Ländern empfiehlt es sich, auf umweltfreundlich und **FAIR PRODUZIERENDE HERSTELLER** zu achten.
- Seien Sie lieber vorsichtig bei Bezeichnungen wie „knitterfrei“, „feuerbeständig“ oder „geruchsneutral“. Solche Textilien sind mit Chemikalien behandelt und der zusätzliche Prozessschritt Textilveredlung ist besonders energieintensiv.

Fragen Sie am besten nach der Herkunft von Kleidung und erhöhen Sie so den Druck auf Hersteller, Produktionsbedingungen offenzulegen. Signalisieren Sie, dass Klimafreundlichkeit für Sie ein wichtiges Kaufkriterium ist.

## WEITERE INFORMATIONEN ZUM THEMA FINDEN SIE UNTER:

- [label-online.de](http://label-online.de)
- [saubere-kleidung.de](http://saubere-kleidung.de)
- [siegelklarheit.de](http://siegelklarheit.de)
- [textilbuendnis.com](http://textilbuendnis.com)

## 7. Wertstoffe

# Müll vermeiden und trennen

Pro Kopf und Jahr fallen fast 339 kg Haushaltsmüll in Sachsen an. Jedes Kilo belastet das Klima, nicht nur durch Produktion und Transport, auch die Entsorgung verursacht jede Menge klimaschädliches CO<sub>2</sub>.

### WENIGER MÜLL

- Am besten ist es, Produkte so **UNVERPACKT** wie möglich zu kaufen. Ist das nicht machbar, sollten Sie auf plastikfreie und recycelbare Verpackung setzen. Falls das nicht möglich sein sollte, ist eine reine Plastikverpackung (Monomaterial), die in der gelben Tonne entsorgt werden kann, besser als z.B. eine mit Plastik oder Aluminium beschichtete Pappe (Verbundmaterial).
- Beim Einkauf mitgebrachte **TASCHEN UND BEUTEL** für Obst und Gemüse sparen Verpackungsmaterial.
- Waren an der Frischetheke können Sie sich in mitgebrachte **BEHÄLTNISSE** packen lassen.
- Lokal abgefüllte **MEHRWEGPRODUKTE** sollten gegenüber Einwegverpackungen bevorzugt werden, denn PET kann bis zu 20-mal, Glas sogar bis zu 50-mal wiederverwendet werden.
- Mehr als 70 kg Papier werden pro Kopf und Jahr verbraucht. Davon landen allein 20 kg als Werbung im Briefkasten. Abhilfe schaffen „Keine Werbung“-Aufkleber.
- Denken Sie auch bei Onlinebestellungen an das Klima: **RETOUREN UND VERPACKUNG** sind klimaschädlich.
- Einweg ist in Zeiten des Klimawandels nicht mehr zeitgemäß. Haushaltshelfer wie z. B. Alu- und Frischhaltefolie können leicht durch **WASCH- UND WIEDERVERWENDBARE ALTERNATIVEN** ersetzt werden.
- Setzen Sie auf **AKKUBETRIEBENE GERÄTE** statt Batterien.
- Für die **VERPFLEGUNG** unterwegs sind wiederverwendbare Trinkflaschen, Thermoskannen, Brotzeit- und Lunch-Boxen angesagt.

Richtig trennen: Viel Müll lässt sich vermeiden, eine gewisse Menge fällt jedoch in jedem Haushalt an. Gutes Trennen ist Voraussetzung für stoffliche Verwertung. Besonders hohe Recycling-Quoten haben Glas, Papier und Metall. Bei Ihrem regionalen Abfallzweckverband können Sie sich informieren, wie Sie fachgerecht kaputte Haushaltgeräte, schadstoffhaltige Abfälle, Sperrmüll und ähnliches entsorgen können.

**WEITERE INFORMATIONEN ZUM THEMA FINDEN SIE  
IN DER APP „REPLACEPLASTIC“ SOWIE UNTER:**

- | [fairwertung.de](https://www.fairwertung.de)
- | [muelltrennung-wirkt.de](https://www.muelltrennung-wirkt.de)
- | [wertstoffe.sachsen.de](https://www.wertstoffe.sachsen.de)
- | [zugutfuerdietonne.de](https://www.zugutfuerdietonne.de)



## 8. Mobilität

# Klimafit unterwegs

**Klimafreundlicher Handeln geht auch unterwegs. Egal ob im Alltag, in der Freizeit oder auf Reisen: Schon mit kleinen Veränderungen gewinnt das Klima, ohne dass Sie auf Komfort verzichten müssen.**

### IM ALLTAG KLIMAFREUNDLICH

Ob auf dem Weg zur Schule, Arbeitsstelle oder zum Einkaufen: Mit der Wahl umweltverträglicher Verkehrsmittel können Sie unterwegs einen maßgeblichen Klimaschutzbeitrag leisten.

■ Etwa **10.000 SCHRITTE** pro Tag sind für Erwachsene empfehlenswert. Bauen Sie in Ihre Alltagswege daher so viele Fußstrecken wie möglich ein. Klima und Gesundheit danken es gleichermaßen.

■ Auf Distanzen bis 5 km ist man mit dem **FAHRRAD** meist am schnellsten. Kinder sollten früh mitgenommen werden. So erlangen sie Fahrsicherheit und erleben das Rad als selbstverständliches Verkehrsmittel der Wahl.

■ Nutzen Sie den **ÖFFENTLICHEN NAHVERKEHR**. Kombinieren Sie Bus und Bahn sinnvoll mit Rad- und Fußstrecken, um bestmögliche Verbindungen zu schaffen.

■ Wird nur ab und zu ein Auto benötigt, lohnt sich ein Taxi oder **CAR- UND RIDESHARING**. Durch Wegfall von Kfz-Steuer, -Versicherung und Wartungskosten ist das nicht nur finanziell günstiger, auch Klima und Umwelt profitieren von weniger Privat-Pkw.

■ Neben Bus und Bahn bieten erste Verkehrsbetriebe weitere Alternativen. In Dresden steht Ihnen Babucabi / MOBI zur Verfügung, wodurch Sie Bus, Bahn, Car- und Bikesharing flexibel nutzen. In Leipzig bietet Flexa ein ähnliches Angebot.

### NAHERHOLUNG BRINGT'S

Auch in der Freizeit und im Urlaub gilt: Je regionaler, desto besser für das Klima.

■ Falls Sie über den Kauf eines Autos nachdenken, berücksichtigen Sie seine **UMWELTBILANZ!** Informationen dazu finden Sie beim Verkehrsclub Deutschland unter [vcd.org](http://vcd.org).

■ Mit (Lasten-)Rad, E-Bike, (Wander-)Bus, Bahn oder in Kombination können Sie fast jedes Ziel in Sachsen beinahe **KLIMANEUTRAL** erreichen.



Mit dem Sachsen-Ticket und Regiotickets anderer Anbieter sind Sie im Nahverkehr günstig unterwegs. In einigen Regionen bringt Sie ein Wanderbus preiswert ans Ziel.

■ **BEWEGUNG** in der Natur ist gesund – und kostet fast nichts. Egal ob Sie spazieren gehen oder sportlich aktiv sein möchten, nutzen Sie die Auszeit, um einmal bewusst weniger zu konsumieren.

## KLIMAFREUNDLICHER REISEN

Andere Regionen und Länder bereisen macht Spaß. Meist bestimmt das Ziel die Wahl des Transportmittels, dabei geht es auch anders herum. Urlaubsorte, die ohne Flugzeug und Auto erreichbar sind, sind die bessere Wahl für das Klima. Denn allein An- und Abreise machen dreiviertel der Treibhausgase einer Reise aus. Je näher das Ziel, desto geringer fallen Fahrzeit und CO<sub>2</sub>-Bilanz aus. So vereinen Sie gekonnt Reiselust, Genuss und Klimaschutz:

■ Besuchen Sie Regionen, die gezielt auf **NACHHALTIGKEIT** setzen, z. B. mit autofreien Mobilitätskonzepten oder anerkannten Umwelt- bzw. Nachhaltigkeitsiegeln.

■ Verreisen Sie lieber **EINMAL LANG** als mehrmals im Jahr kurz. Das spart Fahrwege und CO<sub>2</sub>.

■ **BAHNREISEN** sind im Vergleich zum Auto und zum Flugzeug die bessere Wahl für das Klima und oft auch für die Bequemlichkeit. Berücksichtigt man An- und Abreise sowie Wartezeiten, ist kaum ein Kurzstreckenflug in unter vier Stunden möglich. Zugfahren ist daher oft nicht nur klima- sondern auch zeiteffizienter.

■ Genießen Sie im Urlaub typische **LOKALE GERICHTE**. So lernen Sie ihre Urlaubsregion von ihren besten Seiten kennen und es profitieren auch die Leute vor Ort.

■ Eigene Komfort-Ansprüche sollten am Urlaubsort nicht zulasten von Klima und Umwelt gehen. Seien Sie daher **SPARSAM** mit knappen Ressourcen und tragen Sie mit Ihrem Verhalten zum Schutz fragiler Ökosysteme bei.

Wer sich dennoch für das Flugzeug entscheidet, kann einen freiwilligen Kompensationsbeitrag an Organisationen wie atmosfair, Klima Kollekte oder myclimate leisten. Die Einnahmen werden in Klimaschutz- und Bildungsprojekte investiert.

#### WEITERE INFORMATIONEN ZUM THEMA FINDEN SIE UNTER:

- | [carsharing.de](https://www.carsharing.de)
- | [ecopassenger.hafas.de](https://www.ecopassenger.hafas.de)
- | [entdecke-deutschland.de](https://www.entdecke-deutschland.de)
- | [katzensprung-deutschland.de](https://www.katzensprung-deutschland.de)

... sowie unter [fahrtziel-natur.de](https://www.fahrtziel-natur.de) – eine Kooperation von drei Umweltverbänden und der Deutschen Bahn bietet Reiseinteressierten Auskunft zu 23 Naturzielen in ganz Deutschland. Diese sind mit der Bahn erreichbar und verfügen vor Ort über klimafreundliche Mobilitätsangebote.

#### KLIMAFREUNDLICH UNTERWEGS SIND SIE AUSSERDEM MIT FOLGENDEN APPS:

- | [BlablaCar](#)
- | [Moovit](#)
- | [Öffi – Fahrplanauskunft](#)
- | [PlugShare](#)

## 9. Einkauf

# Kreativ neu nutzen

Viele Gegenstände, Produkte und Waren gibt es in gebrauchtem und einwandfreiem Zustand. Meist sind sie auch deutlich günstiger als Neuware. Von längerer Nutzung und der Vermeidung von Neukäufen profitiert zusätzlich das Klima.

### GEBRAUCHT KAUFEN

- Hochwertige (Kinder-)Kleidung aus zweiter Hand finden Sie auf Flohmärkten, in Second-Hand-Läden und auf Online-Portalen wie eBay sowie über spezielle Webseiten für gebrauchte Kleidung.
- Nutzen Sie die Angebote spezialisierter (Online-)Anbieter: Gebrauchte PCs, Laptops sowie Smartphones und Tablets werden wiederaufbereitet („refurbishing“) und zu fairen Preisen verkauft.
- Gut erhaltenes **SPIELZEUG, BÜCHER, CDS/DVDS & CO.** finden Sie in speziellen Gebrauchtwarenläden sowie auf einschlägigen Online-Plattformen.

### LEIHEN, TEILEN, TAUSCHEN

Gegenstände, die man selten benötigt, muss man nicht selbst besitzen. Man kann sie sich bei Bedarf einfach leihen oder mieten. So sparen Sie nicht nur Geld, sondern gewinnen auch Platz. Das Klima profitiert ebenfalls von der besseren Geräteauslastung.

- Leihen und verleihen Sie unter Nachbarn und Freunden: Von der Bohrmaschine bis zum (digitalen) Zeitungs-Abo lassen sich viele Dinge unkompliziert **GEMEINSCHAFTLICH NUTZEN.**
- **TAUSCHEN** Sie Kinderkleidung, -bücher und -spielzeug in der Familie, im Freundeskreis und unter Nachbarn.
- Alternativ können Sie Baby- und Kinderkleidung, die oft nur kurz benötigt wird, in Leihläden und bei einigen Online-Anbietern zeitweise gegen Gebühr **AUSLEIHEN.**
- **MIETEN** Sie Baumaschinen oder Gartengeräte, die Sie nur einmalig benötigen, z. B. im Baumarkt. Auch Elektrohändler vermieten technische Geräte wie z. B. Beamer.



- **LEIHEN** Sie Medien wie Zeitschriften, (Hör-)Bücher, Filme und Kindermedien in öffentlichen bzw. Online-Bibliotheken aus.
- Geben Sie **GEBRAUCHTE** Bücher weiter, z. B. über öffentliche Bücherschränke oder verschenken Sie sie an Büchereien.
- Auch für Spielzeug gibt es Abo-Angebote bzw. Möglichkeiten zur Leihe. Bibliotheken halten u. a. Gesellschaftsspiele bereit.
- Partybedarf wie Zelte, Tische und Bänke können Sie z. B. beim Getränkehändler **AUSLEIHEN**.

Ist eine Neuanschaffung notwendig, ist es auch für das Klima ein Mehrwert, auf hohe Qualität, Langlebigkeit, Reparatur- und Recycling-Möglichkeiten zu achten. Erkundigen Sie sich vor dem Kauf beim Händler, ob und wie ein Elektrogerät repariert werden kann. Damit sichern Sie sich nicht nur ab, sondern setzen zugleich ein wichtiges Signal gegen geplante Obsoleszenz. Dabei sollen die Nutzer eines solchen Produktes in regelmäßigen Intervallen zu einem Neukauf bewegt werden.

## WEITERE INFORMATIONEN ZUM THEMA FINDEN SIE UNTER:

- [anstiftung.de](http://anstiftung.de)
- [offene-werkstaetten.org](http://offene-werkstaetten.org)
- [repaircafe.org](http://repaircafe.org)
- [reparatur-initiativen.de](http://reparatur-initiativen.de)

## Adressen und Informationen

Interessierte finden nachfolgend eine Auswahl verlässlicher Ansprechpartner sowie weiterführende Informationen zu den Möglichkeiten für klimafreundliches Handeln.

### VERBRAUCHERBERATUNG IN SACHSEN

Das Sächsische Staatsministerium für Energie, Klimaschutz, Umwelt und Landwirtschaft ([SMEKUL.SACHSEN.DE](http://SMEKUL.SACHSEN.DE)) informiert zu zahlreichen verbraucherrelevanten Themen. Auf [KLIMA.SACHSEN.DE](http://KLIMA.SACHSEN.DE) wird über den Wandel des Klimas und Möglichkeiten zum Klimaschutz informiert.

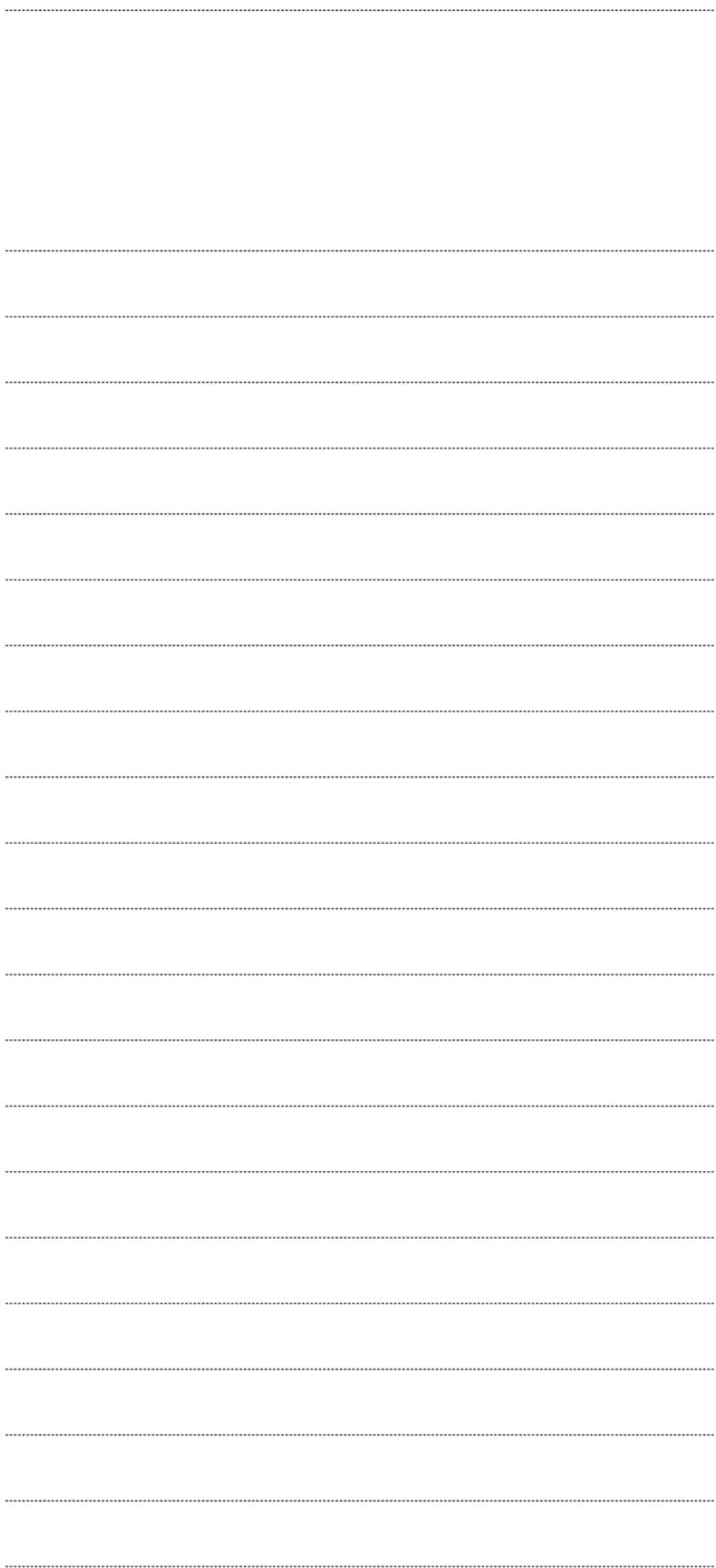
Im Verbraucherportal Sachsen ([VERBRAUCHERSCHUTZ.SACHSEN.DE](http://VERBRAUCHERSCHUTZ.SACHSEN.DE)) finden Interessierte umfangreiche Informationen u.a. zur Verbraucherpolitik, dem Verbraucherrecht, dem gesundheitlichen Verbraucherschutz, Energie, Telekommunikation und Schulden.

Die Verbraucherzentrale Sachsen ([VERBRAUCHERZENTRALE-SACHSEN.DE](http://VERBRAUCHERZENTRALE-SACHSEN.DE)) ist eine unabhängige Organisation für Verbraucherinformation und -beratung. Neben 13 örtlichen Beratungsstellen wird auch eine individuelle E-Mail-Beratung angeboten. Die umfangreiche Webseite informiert zu einer Vielzahl verbraucherrelevanter Themen wie Lebensmittel, Energie, Umwelt & Haushalt, Geld & Versicherungen, Gesundheit & Pflege, Verträge & Reklamation.

Die Webseite [VERBRAUCHER.ORG](http://VERBRAUCHER.ORG) der VERBRAUCHER INITIATIVE e.V. (Bundesverband) bietet Verbrauchern viele nützliche Informationen. Darunter befindet sich eine Datenbank für Lebensmittel-Zusatzstoffe und ein Resterechner. Auf [LABEL-ONLINE.DE](http://LABEL-ONLINE.DE) gibt es die Möglichkeit verschiedenen Gütezeichen und Labels unter die Lupe zu nehmen.

Notizen

Lined area for notes with horizontal dashed lines.



**Herausgeber:**

Sächsisches Staatsministerium für Energie,  
Klimaschutz, Umwelt und Landwirtschaft (SMEKUL)  
Postfach 10 05 10, 01075 Dresden  
Bürgertelefon: +49 351 564-20500  
E-Mail: [info@smekul.sachsen.de](mailto:info@smekul.sachsen.de)  
[www.smekul.sachsen.de](http://www.smekul.sachsen.de)

Diese Veröffentlichung wird finanziert durch  
Steuermittel auf Grundlage des vom Sächsischen  
Landtag beschlossenen Haushaltes.

**Redaktion:**

SMEKUL, Presse, Öffentlichkeitsarbeit, Veranstaltungs-  
management in Zusammenarbeit mit der  
VERBRAUCHERINITIATIVE e.V. (Bundesverband)

**Gestaltung:**

genese Werbeagentur GmbH

**Druck:**

Druckerei Stelzig

**Illustration:**

genese Werbeagentur GmbH (Titel, 30)

**Fotos:**

SMEKUL/Tom Schulze (2); [www.adobestock.com](http://www.adobestock.com):  
Valerii Honcharuk (7), rainbow33 (11), Bonsales (12),  
benjaminolte (16), schulzie (19), ximich\_natali (20),  
reichdernatur (23), ikostudio (25), pixelunikat (28)

**Redaktionsschluss:**

26.11.2021

**Auflagenhöhe:**

4.000 Exemplare

**Papier:**

Gedruckt auf 100% Recycling-Papier

**Bezug:**

Diese Druckschrift kann kostenfrei bezogen werden bei:  
Zentraler Broschürenversand  
der Sächsischen Staatsregierung  
Hammerweg 30, 01127 Dresden  
Telefon: +49 351 2103671  
Telefax: +49 351 2103681  
E-Mail: [publikationen@sachsen.de](mailto:publikationen@sachsen.de)  
[www.publikationen.sachsen.de](http://www.publikationen.sachsen.de)

**Verteilerhinweis:**

Diese Informationsschrift wird von der Sächsischen  
Staatsregierung im Rahmen ihrer verfassungsmäßigen  
Verpflichtung zur Information der Öffentlichkeit heraus-  
gegeben. Sie darf weder von Parteien noch von deren  
Kandidaten oder Helfern im Zeitraum von sechs Monaten  
vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet  
werden. Dies gilt für alle Wahlen.

[www.smekul.sachsen.de](http://www.smekul.sachsen.de)

