



Stadt Frankfurt a. M., oekom e.V.

Klimasparbuch Frankfurt 2014

Klima schützen & Geld sparen

ISBN 978-3-86581-445-6

112 Seiten, 10,5 x 14,8 cm, 4,95 Euro

oekom verlag, München 2013

©oekom verlag 2013

www.oekom.de



**Gesünder essen
und genießen**





Klimatipps

Eine Currywurst kann von Zeit zu Zeit richtig gut sein. Aber auf Dauer machen Fast Food und Fertiggerichte doch nicht so recht glücklich. Wer Lust auf frisches, abwechslungsreiches und richtig leckeres Essen hat, darf sich von den Klimatipps zum Thema »Essen und genießen« überraschen lassen. Verbote gibt es nicht, dafür viele Ideen, die Großes für das Klima bewirken. Ihr Gaumen darf sich freuen!

Wochenmarkt und Hofladen: Frischer geht's nicht



Wo bekommen Sie das ganze Jahr über erntefrisches Obst und Gemüse aus der Region? Na klar, auf Wochenmärkten! Der verführerischen Vielfalt werden Sie nicht widerstehen können. Auch Qualität und Klimabilanz regionaler und saisonaler Lebensmittel sind kaum zu toppen. Ein guter Nebeneffekt: Sie stärken die Wirtschaft vor Ort. Wochenmärkte gibt es in vielen Stadtteilen

Frankfurts – eine Übersicht finden Sie unter www.frankfurt.de > **Leben in Frankfurt** > **Gastronomie & Einkaufen**. Dort sind unter »Bio-Shopping« auch Hofläden in der Frankfurter Umgebung aufgelistet. Suchen Sie sich Ihre Lieblings-Einkaufsgelegenheit aus!



**Rabattgutschein für den Einkauf
im Hofladen auf Seite 77**



Frankfurter Agenda-Stadtplan

In Frankfurt gibt es hinter jeder Ecke eine nachhaltige Alternative zu entdecken. Egal, ob Sie Carsharing-Stellplätze finden wollen, umweltfreundliches Spielzeug suchen oder ein Reformhaus. Wer auf grünen Konsum setzt, findet viele Angebote auf einen Blick im Agenda-Stadtplan – erhältlich über das Umwelttelefon und beim Umweltforum Rhein-Main e.V.: **069 21239100**, www.umweltforum-rhein-main.de

Den CO₂-Ausstoß kompensieren

Klimaschutz bedeutet vor allem, CO₂-Emissionen zu vermeiden. Doch für die Atmosphäre macht es keinen Unterschied, an welchem Ort der Erde Treibhausgase in die Luft geblasen – oder vermieden – werden. Immer mehr Unternehmen und Bürger machen sich diesen Umstand zunutze und leisten über Spenden in Klimaschutzprojekte in Entwicklungsländern einen Ausgleich ihrer CO₂-Emissionen. Das ersetzt natürlich das eigene Engagement nicht. Aber als Ergänzung sind solche »Emissionsgutschriften« für nicht vermeidbare Emissionen ein sinnvoller Baustein. Vertrauenswürdige Kompensationsanbieter sind zum Beispiel Arktik und Atmosfair: www.arktik.de, www.atmosfair.de



**Gutschein für klimaneutrales Autofahren
auf Seite 99**



Kafka oder doch lieber Tim Mälzer?

Der neue Bestseller, ein Kochbuch, ein viel beachteter Klassiker oder doch lieber die Biographie des Lieblingskünstlers? Wer sich im Buchladen nicht entscheiden kann, sollte es mal mit Booksharing versuchen. Einfach bei einem der sechs BOKX-Bücherregale im Frankfurter Raum vorbeischaun, sich überraschen lassen und ein Exemplar mitnehmen. Begeistert oder doch enttäuscht? Wieder zurück stellen, damit es dem nächsten Leser noch besser gefallen kann. In der Zwischenzeit ist für Sie sicher auch etwas Neues dazu gekommen. Aber immer daran denken: Nur wenn jeder was bereitstellt, gibt es eine schöne Auswahl! Einen Standort in Ihrer Nähe finden Sie unter www.blog.openbokx.de.



Rad kaputt? Kein Problem!

Das kennt jeder Radler: Hin und wieder geht dem Fahrradreifen plötzlich die Luft aus. Gut, wenn es in der Nähe schnelle und unkomplizierte Hilfe gibt. Damit Sie Ihr Rad wieder startklar machen können, stellen Ihnen die Service-Partner des Frankfurter Radfahrbüros kostenlos Standluftpumpen, Flicker und Werkzeug zur Verfügung. Teilnehmende Partner im

Service-Netzwerk erkennen Sie an der Service-Plakette. Ihre Pannenhelfer in Frankfurt finden Sie unter www.radfahren-ffm.de.

Radwege-Planer fürs Handy

Einen praktischen Routenplaner speziell fürs Fahrrad finden Sie auf www.naviki.de. Mit einer speziellen App können Sie Ihre eigenen oder vorgeschlagene Routen auf Ihr Smartphone holen, das Sie dann ans Ziel navigiert.



Hilfe gegen Energiearmut

Mit einem Kühlschrankschrott-Programm helfen der Cariteam-Energiesparservice der Caritas Frankfurt, das Energiereferat und die Werkstatt Frankfurt einkommensschwachen Haushalten in Frankfurt unbürokratisch, ihren Stromverbrauch zu senken. Voraussetzung für die Nutzung: Teilnahme an einer Energiesparberatung durch den Cariteam-Energiesparservice – ein Service, der sich gezielt an einkommensschwache Haushalte richtet. Informationen gibt es unter www.frankfurt-spart-strom.de

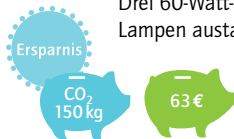
Da geht Ihnen ein Licht auf

LED-Lampen verbrauchen rund 80 Prozent weniger Strom als Glühlampen – bei gleicher Lichtleistung und einer viel höheren Lebensdauer. Sie sind in verschiedenen Fassungsgrößen, Formen und mit unterschiedlichen Lichtfarben erhältlich. Anders als Energiesparlampen enthalten sie kein giftiges Quecksilber. Mehr Infos gibt es beim Energiereferat Frankfurt: www.energiereferat.stadt-frankfurt.de. Durch welche Sparlampe Sie Ihre alte Glühlampe ersetzen können, verrät der Lampenassistent: www.frankfurt-spart-strom.de/lampenassistent.



Beispiel

Drei 60-Watt-Glühlampen gegen LED-Lampen austauschen spart im Jahr:



Gutschein für eine Beleuchtungsberatung auf Seite 103

Mushroom Lights: Gesehen bei Yukio Takano



Ihr torffreier grüner Daumen

Schon gewusst? Klimaschutz beginnt auf dem Fensterbrett. Denn wer Blumenerde mit Torf verwendet, beteiligt sich unwissentlich an der Zerstörung von Mooren. Dabei sind Moore ein wichtiger CO₂-Speicher: Sie binden mehr Treibhausgase als Wälder. Achten Sie beim nächsten Kauf auf den Aufdruck »torffrei«. Einen Einkaufsführer für umweltfreundliche Gartenerde hat der BUND zusammengestellt: www.bund.net, Suchbegriff »torffrei«. Hochwertige Blumenerde aus Frankfurter Bioabfällen gibt es zum Beispiel unter dem Namen »Humerra« bei der RMB Rhein-Main Biokompost GmbH: www.rmb-frankfurt.de.

Beispiel

100 Liter Blumenerde ohne Torf statt Erde mit Torf:



 **Gutschein für hochwertigen Feinkompost auf Seite 105**





Grüne Architektur in Frankfurt

Entdecken Sie Frankfurts grüne Architektur: In Kooperation mit AID – Architektur im Dialog – bietet das Energiereferat Führungen zu Passivhäusern, energieeffizienten Bürohochhäusern und Heizkraftwerken an: www.klimatours-frankfurt.de. Sie wollen auf eigene Faust losziehen? Dann steht Ihnen der Reiseführer »Das energieeffiziente Frankfurt« zur Seite. Bestellen können Sie ihn im Buchhandel über die ISBN 978-3-940179-15-9. Klimaschutzprojekte und besonders effiziente Gebäude in Ihrer Nachbarschaft zeigt Ihnen außerdem der Frankfurter Klimaschutz-Stadtplan. Ihr Projekt ist noch nicht verzeichnet? Melden Sie es dem Energiereferat unter 069 21239193 oder energiereferat@stadt-frankfurt.de. www.klimaschutzstadtplan-frankfurt.de



Gültig bis 31.12.2014



Denningers Mühlenbäckerei

Ein Biobrot unserer aktuellen Brotempfehlung gratis

Gültig bis 31.12.2014



Kaiser Biobäckerei

Ein Brot des Monats gratis

Gültig bis 31.12.2014



Kaiser Biobäckerei

Ein Walnusswecken gratis

Genuss & Gesundheit



Denningers Mühlenbäckerei ist Bioland-Vertragsbäckerei mit eigenen Getreidemöhlen. Bei uns bekommen Sie echte Vollkornbrot-spezialitäten, leckere Kuchen, Feingebäck und bunte Snacks.

Denningers Mühlenbäckerei

Berger Str. 196, 60385 Frankfurt, 069 25756415-0
Mo-Fr 7-18.30 Uhr, Sa 7-14 Uhr
Bornheimer Wochenmarkt Sa 8-16 Uhr
www.denningers-muehlenbaeckerei.de



Kaiser Biobäcker – Gute Ideen aus Getreide



Von kräftigen Vollkorn- Misch- und Saatenbroten über milde helle bis hin zu Spezialbroten: Das Kaiser Brotsortiment bietet über 30 Sorten gesunde Vielfalt. Natürlich 100 % bio.

Kaiser Biobäckerei

Schweizer Str. 68, 60594 Frankfurt, Mo-Fr 7-19 Uhr, Sa 7-14 Uhr
Börsenplatz 1, 60131 Frankfurt, Mo-Fr 8-19 Uhr, Sa 8-18 Uhr,
Bergerstr. 76-78, 60316 Frankfurt, Mo-Sa 8-19 Uhr, So 8-17 Uhr,
Weserstr. 41, 60329 Frankfurt, Mo-Fr 7-16 Uhr
www.ihre-bio-baekerei.de



Kaiser Biobäckerei – Gute Ideen aus Getreide



Ob süß oder pikant – bei Kaiser gibt es viele originelle Leckereien: zum Beispiel feines Gebäck und Kuchen, bunte Snacks, frische Salate oder hausgemachte Müslis. Natürlich 100 % bio.

Kaiser Biobäckerei

Schweizer Str. 68, 60594 Frankfurt, Mo-Fr 7-19 Uhr, Sa 7-14 Uhr
Börsenplatz 1, 60131 Frankfurt, Mo-Fr 8-19 Uhr, Sa 8-18 Uhr,
Bergerstr. 76-78, 60316 Frankfurt, Mo-Sa 8-19 Uhr, So 8-17 Uhr,
Weserstr. 41, 60329 Frankfurt, Mo-Fr 7-16 Uhr
www.ihre-bio-baekerei.de



Gültig bis 31.12.2014



Aktion Weltmarkt, Weltladen

**20% auf Lebensmittel (außer verpacktem Kaffee).
Oder Kunsthandwerk: zwei für eins**

Artikel mit dem höheren Preis muss bezahlt werden

Gültig bis 31.12.2014



Reformhaus Bornheim

10% Rabatt auf einen Einkauf ab 50 Euro

Gilt nicht für bereits reduzierte oder Angebotsware

Gültig bis 31.12.2014



number two CD-LP-DVD

20% Rabatt auf Ihren Einkauf

Weltladen – Ihr Fachgeschäft des fairen Handels



Lebensmittel und Kunsthandwerk aus Entwicklungsländern. Faire Einkaufsbedingungen sichern den Produzenten Lebenschancen. Lebensmittel meist in Bio-Qualität.

Aktion Weltmarkt, Weltladen

Alte Gasse 6, 60313 Frankfurt, 069 285070
Mo-Fr 11.30-19 Uhr, Sa 10-17 Uhr
www.aktionweltmarkt.de



Reformhaus Bornheim – Natürlich gesund leben



In unserem Reformhaus finden Sie Naturkosmetik und natürliche, hochwertige Bio-Lebensmittel, Naturarzneimittel und eine große Auswahl an Birkenstockschuhen.

Reformhaus Bornheim

Berger Str. 204, 60385 Frankfurt (U4 Bornheim Mitte)
069 464243, Mo-Fr 9-18.30 Uhr, Sa 9-16 Uhr
www.reformhaus-bornheim.de

REFORMHAUS BORNHEIM
natürlich gesund leben

Größte Auswahl im Rhein-Main Gebiet



Auf über 120 m² durch Zigtausende LPs und CDs aus allen erdenklichen Musikrichtungen stöbern. Wir kaufen an! Vom Einzelstück bis zur kompletten Sammlung.

number two CD-LP-DVD

Wallstrasse 15, 60594 Frankfurt, 069 624121
Mo geschlossen, Di-Fr 11-20 Uhr, Sa 10-16 Uhr
www.no2-records.de