

GREEN OFFICE BINGO

Aktiviere
den
Energiespar-
modus

Lasse das
Auto stehen

Lösche den
Cache

Wähle einen
veggie Lunch

Teile einen
Nachhaltig-
keits-Tipp

Nimm die
Treppe

Lüfte
effizient

Verringere
die
Bildschirm-
helligkeit

Verzichte
auf Plastik-
flaschen

GREEN OFFICE BINGO

Nimm die
Treppe

Teile einen
Nachhaltig-
keits-Tipp

Aktiviere
den
Energiespar-
modus

Lüfte
effizient

Wähle einen
veggie Lunch

Lasse das
Auto stehen

Verringere
die
Bildschirm-
helligkeit

Lösche den
Cache

Verzichte
auf Plastik-
flaschen

GREEN OFFICE BINGO

Teile einen Nachhaltigkeits-Tipp	Nimm die Treppe	Verringere die Bildschirmhelligkeit
Lösche den Cache	Verzichte auf Plastikflaschen	Lüfte effizient
Wähle einen veggie Lunch	Lasse das Auto stehen	Aktiviere den Energiesparmodus

Klimawandel 1x1: Green Office Bingo

Mit dem Green Office Bingo spielerisch euer Büro umweltfreundlicher gestalten! 9 klimafreundliche Aufgaben erwarten und ermutigen euch, um auf einfache und unterhaltsame Weise einen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten. Hier findet ihr die detaillierte Beschreibung zu jeder Aktivität:

Aktivitäten:

1. Aktiviert den Energiesparmodus

Geräte im Energiesparmodus haben eine längere Akkulaufzeit. Den Energiesparmodus kann man ganz einfach selbst für Rechner, Monitore und Mobiltelefone aktivieren. Damit spart ihr Strom und Akkulaufzeit – super simpel. Achtet vor allem auf die die Standby-Funktion während der Arbeitspausen und darauf, den Laptop und andere elektronische Geräte abzuschalten, wenn ihr sie nicht mehr benötigt. Aufgeladene Geräte sollten von der Steckdose abgesteckt werden.

2. Verringert die Bildschirmhelligkeit

Um den Energieverbrauch zu minimieren, könnt ihr auch die Helligkeit eurer Bildschirme verringern. So lassen sich bis zu 20 % der Energie einsparen, wenn man die Bildschirmhelligkeit von 100 % auf 70 % reduziert.

3. Löscht den Cache

Der Cache ist ein Speicherplatz in deinem Computer oder einem anderen elektronischen Gerät, der dazu dient, häufig benötigte Daten oder Informationen schnell abrufen zu können. Der Cache sollte regelmäßig gelöscht werden, denn je mehr Informationen er speichern muss, umso langsamer wird nicht nur der Computer, sondern desto mehr CO₂ produzieren auch die Server. ([Hier](https://gdi2.maerkischer-kreis.de/Dokumente/Browser%20Cache%20loeschen.pdf) findet ihr auch eine detaillierte Anleitung wie ihr den Cache löschen könnt: <https://gdi2.maerkischer-kreis.de/Dokumente/Browser%20Cache%20loeschen.pdf>)

4. Wählt ein vegetarisches oder veganes Mittagessen

Bekanntlich haben vegetarische/pflanzliche Nahrungsmittel einen geringeren CO₂-Fußabdruck als Fleischprodukte und Selbstgekochtes schmeckt sowieso umso besser. So entspricht eine Mahlzeit mit Rindfleisch 25 Mahlzeiten mit pflanzlichen Proteinen (z. B. Soja). Achtet bei der Wahl eures Lunches/Mittagessens auf eine nachhaltige Alternative und vergesst dabei nicht auf die Regionalität und Saisonalität der Zutaten.

- Bestellt ein vegetarisches oder pflanzenbasiertes Mittagessen.
- Macht einen vegetarischen oder pflanzenbasierten Tag in der Kantine.
- Bringt selbstgekochtes, vegetarisches oder pflanzenbasiertes Essen mit ins Büro.
- Kocht zusammen ein vegetarisches oder pflanzenbasiertes Gericht.

5. Nehmt die Treppe statt des Fahrstuhls

Klingt einfach? Ist es auch! Das Treppensteigen anstelle des Fahrstuhls ist nicht nur umweltbewusst, sondern auch gut für eure Gesundheit. Indem ihr die Treppe wählt, spart ihr Energie und reduziert somit euren CO₂-Ausstoß. Gleichzeitig fördert ihr eure körperliche Aktivität, was sich positiv auf euer Wohlbefinden auswirkt.

6. Verzichtet auf Plastikflaschen und wählt Mehrweg

Eine einfache Möglichkeit, Müll zu reduzieren und das Klima zu schonen, ist die Umstellung von Einweg- auf Mehrweggeschirr, da beispielsweise der oder die Durchschnittsbeschäftigte in Deutschland 65kg Abfall pro Jahr produziert. Verzichtet auf Styroporbecher, Plastikflaschen und -verpackungen im Arbeitsalltag und nutzt stattdessen Trinkgläser, Mehrweg-Kunststoffbecher, Porzellangeschirr, Metallbesteck und Ähnliches. Ihr könnt bspw. damit anfangen, eine Trinkflasche aus Glas oder Aluminium zu kaufen und diese unterwegs mitzunehmen Oder ihr könntet Mehrwegboxen für euer Büro einkaufen, mit denen ihr und eure Kolleg*innen euch das Mittagessen abholt.

7. Lasst das Auto stehen und wählt eine nachhaltige Alternative

Fakt ist: Das Auto ist einer der größten Umweltverschmutzer und die Art und Weise, wie wir uns zur Arbeit bewegen, hat einen erheblichen Einfluss auf die Umwelt. So wird ein Auto beispielsweise nur 8% der Zeit aktiv genutzt. Lasst daher das Auto stehen und wählt eine der folgenden nachhaltigen Alternativen:

- Das Fahrrad
- Öffentliche Verkehrsmittel (Straßenbahn, Bus, Zug, etc.)
- Zu Fußgehen
- Car-Sharing
- Car-Pooling: Mitfahrgelegenheit durch eine*n Kolleg*in
- E-Scooter

8. Lüftet effizient durch Stoßlüften

Stoßlüften statt dauerhaftes Kipplüften, das spart Energie und sorgt für frische Luft. Öffnet die Fenster 3-4 Mal am Tag für einige Minuten und schaltet dabei die Heizung oder Klimaanlage aus. Im Winter sind 5-10 Minuten ideal, im Sommer 20-30 Minuten. Eine einfache Maßnahme mit positiver Auswirkung aufs Klima und auf eure Gesundheit!

9. Teilt einen Nachhaltigkeits-Tipp mit Kolleg*innen

Jeder und jede von uns hat eigene Tipps oder ganz persönliche Maßnahmen, um klimafreundlicher zu agieren. Deshalb sollten wir miteinander reden, uns austauschen und voneinander lernen. Denn wer könnte uns bessere Tipps und Einblicke geben, als unsere Kolleg*innen? Teilt zumindest einen persönlichen Klimaschutz-Tipp mit einer Kollegin oder einem Kollegen.