



Pinneberger

Klimaschutz News

Moin Moin,

willkommen zur fünften Ausgabe des Klimaschutz-Newsletters der Stadt Pinneberg. Der Newsletter wird in regelmäßigen Abständen zu verschiedenen Klimaschutz-Themen in und rund um Pinneberg informieren.

Was hat Lebensmittelverschwendung mit Klimaschutz zu tun?
Wie kann ich Zuhause Lebensmittel richtig lagern und haltbar machen?
Wie kann ein nachhaltiges Halloween gelingen?

Mit dieser Ausgabe feiern wir die Fülle an Saisonalen Lebensmitteln, die es gerade jetzt zu ernten und zu kaufen gibt und geben umfangreiche Tipps und Tricks gegen Lebensmittelverschwendung beim Einkaufen, Essen gehen und für Zuhause. Wir stellen außerdem verschiedene Methoden zum haltbar machen vor und drehen anknüpfend an den letzten Newsletter noch eine Runde durch den Garten. Und mit unserem Halloween-Special kommt auch die Vorfreude aufs Kürbisschnitzen und gruseln nicht zu kurz.

In dieser Ausgabe:



Klima und Lebensmittel

Was hat Lebensmittelverschwendung mit Klimaschutz zu tun?
SEITE 3-4



Vorbereitet Außerhaus gehen

Tipps und Tricks gegen Lebensmittelverschwendung
SEITE 5-6



Restlos (glücklich) Zuhause

Tipps und Tricks gegen Lebensmittelverschwendung
SEITE 7-10



Halloweenspecial

Jetzt nochmal richtig austoben
SEITE 11-12



Energieberatung

Die Bürgerenergieberatung im Rathaus
SEITE 13-14



Herbstputzaktion

Gemeinsam Grünflächen aufräumen
SEITE 15

Veranstaltungskalender

↪ Seite 2

- | | | |
|------------|--|----------------|
| 03.
Okt | Radtour zum Obstgarten Haseldorf
inkl. Äpfel ernten und probieren
Treffpunkt: Drostei, Dingstätte 23, Pinneberg
Tourenleitung: ADFC & VfL Pinneberg | 11 - 17 Uhr |
| 05.
Okt | Kleine Radreparaturen selbst gemacht
für Anfänger
Kursort: VHS, Am Rathaus 3, Raum 341
Veranstaltungsleiter: Hanspeter Raschle | 15 - 18 Uhr |
| 08.
Okt | Energiespeicherung – Die Herausforderung bei der Energiewende
in Kooperation mit der Schleswig-Holsteinischen Universitäts-Gesellschaft
Kursort: VHS, Am Rathaus 3, Raum 347 | 19:30 – 21 Uhr |
| 10.
Okt | Team Pinneberg 2035 klimaneutral
Treffen der Initiative – jeden 2. Donnerstag, Engagierte und Interessierte sind herzlich willkommen
Treffpunkt: Gemeindehaus der Lutherkirche, Kirchhofsweg 53a, Pinneberg | ab 19 Uhr |
| 12.
Okt | Gemeinsam Grünflächen aufräumen
Herbstputz-Aktion im Stadtgebiet von Pinneberg
Treffpunkt: Schulhof JBS, Fahlskamp 36
Tourenleitung: Team 2035 Pinneberg klimaneutral | ab 11 Uhr |
| 12.
Okt | Luther macht Klimaschutz – Thementag
Thementag der "Ökofairen Gemeinde"
• Markt der Möglichkeiten, Workshops, Tombola, etc.
Wo: Gemeindehaus der Lutherkirche, Kirchhofsweg 53a
Veranstalter: Ev.-Luth. Lutherkirchengemeinde Pinneberg | 11 - 15 Uhr |
| 16.
Okt | Omgs und Opas for Future
Treffen der Initiative
Engagierte und Interessierte sind herzlich willkommen
Treffpunkt: Gemeindehaus der Lutherkirche, Kirchhofsweg 53a, Pinneberg | ab 16:30 Uhr |
| 20.
Okt | Rettet die Moore – Torfersatz im Gartenbau
Wo: Baumschulmuseum, Halstenbeker Strasse 29
Veranstalter: Deutsches Baumschulmuseum | 15 - 18 Uhr |

Veranstaltungen



30.
Sep

Teller statt Tonne

Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein
online

17 - 18 Uhr

03.
Okt

Radtour zum Obstgarten Haseldorf

inkl. Äpfel ernten und probieren
Treffpunkt: Drostei, Dingstätte 23, Pinneberg
Tourenleitung: ADFC & VfL Pinneberg

11 - 17 Uhr

05.
Okt

Kleine Radreparaturen selbst gemacht

für Anfänger
Kursort: VHS, Am Rathaus 3, Raum 341
Veranstaltungsleiter: Hanspeter Raschle

15 - 18 Uhr

08.
Okt

Energiespeicherung - Die Herausforderung bei der Energiewende

in Kooperation mit der Schleswig-Holsteinischen Universitäts-Gesellschaft
Kursort: VHS, Am Rathaus 3, Raum 347

19:30 - 21 Uhr

10.
Okt

Team Pinneberg 2035 klimaneutral

Treffen der Initiative - jeden 2. Donnerstag,
Engagierte und Interessierte sind herzlich willkommen
Treffpunkt: Gemeindehaus der Lutherkirche,
Kirchhofsweg 53a, Pinneberg

ab 19 Uhr

12.
Okt

Gemeinsam Grünflächen aufräumen

Herbstputz-Aktion im Stadtgebiet von Pinneberg
Treffpunkt: Schulhof JBS, Fahltskamp 36
Tourenleitung: Team 2035 Pinneberg klimaneutral

ab 11 Uhr

12.
Okt

Luther macht Klimaschutz - Thementag

Thementag der "ÖkoFairen Gemeinde"
• Markt der Möglichkeiten, Workshops, Tombola, etc.
Wo: Gemeindehaus der Lutherkirche, Kirchhofsweg 53a
Veranstalter: Ev.-Luth. Lutherkirchengemeinde Pinneberg

11 - 15 Uhr

16.
Okt

Omas und Opas for Future

Treffen der Initiative
Engagierte und Interessierte sind herzlich willkommen
Treffpunkt: Gemeindehaus der Lutherkirche,
Kirchhofsweg 53a, Pinneberg

ab 16:30 Uhr

20.
Okt

Rettet die Moore - Torfersatz im Gartenbau

Wo: Baumschulmuseum, Halstenbeker Strasse 29
Veranstalter: Deutsches Baumschulmuseum

15 - 18 Uhr

31.
Okt

Happy Halloween Weekend

Happy Halloween vom 31.10.-03.11.24
Wo: Drosteiplatz & Innenstadt, Pinneberg
Veranstalter: Stadtmarketing Pinneberg

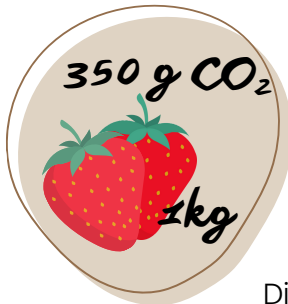
12 - 19 Uhr

Lebensmittel- verschwendung

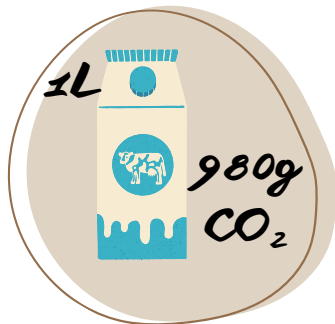


Alle Lebensmittel, die wir einkaufen, müssen auch produziert werden. Dafür werden viele Ressourcen benötigt, wie Energie, Land und Wasser. Das hat Auswirkungen auf unser Klima. Doch ein Drittel aller weltweit produzierten Lebensmittel werden weggeworfen. In Deutschland landen jährlich pro Kopf rund 78 Kilogramm im Müll, wie das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) berichtet. Der finanzielle Schaden ist erheblich: Jede Person wirft jedes Jahr Lebensmittel im Wert von rund 300 Euro weg. Für Deutschland bedeutet das eine jährliche Verschwendung von 25 Milliarden Euro. Doch nicht nur das Portemonnaie leidet – die Umwelt und das Klima zahlen einen noch höheren Preis.

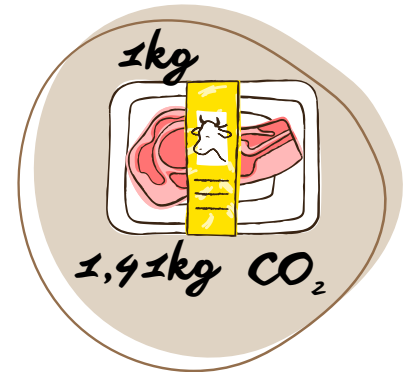
Treibhausgasemissionen



Bei der Produktion und dem Transport von Lebensmitteln entstehen Treibhausgase wie CO_2 und Methan. Werden diese Lebensmittel weggeworfen, war die Energie, die für ihre Herstellung verbraucht wurde, umsonst. Auf Mülldeponien zersetzen sich die Lebensmittel und setzen Methan frei, ein Gas, das viel klimaschädlicher ist als CO_2 .



Die Lebensmittel, die in der EU jährlich unnötig weggeworfen werden, verursachen genauso viele Treibhausgase wie die gesamte Niederlande. Allein in Deutschland werden fast 10 Millionen Tonnen Lebensmittel pro Jahr produziert und entsorgt, was etwa 22 Millionen Tonnen CO_2 freisetzt. Somit trägt Lebensmittelverschwendung erheblich zum Klimawandel bei.



Flächenkonkurrenz

Ein weiteres großes Problem ist die massive Flächenverschwendung. Das betrifft nicht nur das Klima, sondern hat auch soziale Folgen. Rund 30 % der weltweit verfügbaren Anbauflächen werden für Lebensmittel genutzt, die letztlich im Müll landen. Diese Flächen fehlen, um sie anderweitig zu nutzen. Laut WWF Deutschland könnten über 2,6 Millionen Hektar Land eingespart werden, wenn vermeidbare Lebensmittelverluste gestoppt würden.

die Deutschland für die betroffenen sind Fleisch- und produkte, die zusammen rund beanspruchen.



Dies entspricht fast 15 % der Fläche, eigene Ernährung nutzt. Besonders Molkereiprodukte, sowie Getreide- 2 Millionen Hektar Ackerflächen

Lebensmittel- verschwendung

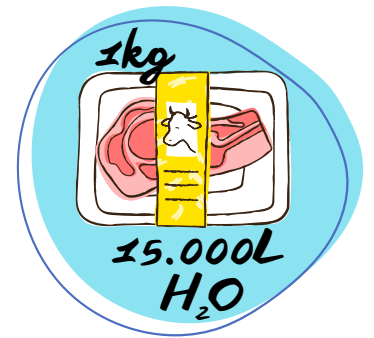


Wasserverbrauch

Die wichtigste Ressource, die wir auf unserem Planeten haben ist Wasser. Es ist Grundlage allen Lebens auf der Erde. Wenn Lebensmittel weggeworfen werden, wird auch das Wasser verschwendet, das für ihren Anbau, die Verarbeitung und den Transport benötigt wurde. In vielen Teilen der Welt herrscht Wassermangel. Der Wasserverbrauch für Lebensmittel, die dann im Müll landen, verschärft dieses Problem, insbesondere in Ländern, in denen Wasser eine knappe Ressource ist. Bei der Landwirtschaft wird aber nicht nur Wasser verbraucht, sondern oft auch verschmutzt, z. B. durch Dünger und Pestizide. Wenn Lebensmittel verschwendet werden, war auch die damit verbundene Umweltbelastung unnötig.



Durch die Vermeidung von Lebensmittelverschwendung könnten enorme Mengen Wasser, Land und Energie eingespart werden, was gleichzeitig zu einem nachhaltigeren Umgang mit diesen wertvollen Ressourcen beiträgt.



Ursachen der Verschwendung

Die Reduzierung der Lebensmittelverschwendung ist ein Schlüssel, um natürliche Ressourcen zu schonen und den CO₂-Ausstoß zu verringern. Zudem trägt sie zu einer gerechteren Verteilung von Lebensmitteln weltweit bei. Wenn Lebensmittelverschwendung erfolgreich bekämpft wird, könnten Millionen Menschen zusätzlich ernährt und wertvolle Anbauflächen sinnvoller genutzt werden.

Die Ursachen für Lebensmittelabfälle in Haushalten sind vielfältig. Häufig verderben Lebensmittel durch falsche Lagerung, was beispielsweise bei Obst und Gemüse zu Schimmel führen kann. Auch wird oft zu viel gekocht, und anstatt die Reste weiterzuverwenden, landen sie im Müll. Ein weiteres Problem ist die Unübersichtlichkeit im Kühlschrank und Vorratsschrank, durch die Produkte vergessen werden und schließlich verderben. Zudem werden viele Lebensmittel, die das Mindesthaltbarkeitsdatum erreicht oder knapp überschritten haben, fälschlicherweise weggeworfen, ohne vorher zu prüfen, ob sie noch genießbar sind.



Lebensmittelverschwendung tritt aber nicht nur in Haushalten auf, sondern auch beim Einkauf und Restaurantbesuch. Überkäufe durch lockende Angebote und zu große Essensportionen sind hier die wichtigsten Ursachen für die Verschwendung wertvoller Lebensmittel.



Einkaufen und Essen gehen



Der erste Schritt zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung beginnt bereits beim Einkaufen! Mit bewusster Planung und einigen einfachen Gewohnheiten kann jede und jeder Einzelne dazu beitragen, das weniger Essen weggeworfen wird.

Einkaufsliste schreiben

Reich gefüllte Regale und in Prospekten und Supermärkten beworbene Sonderangebote verführen uns häufig zum Kauf von Waren, die wir gar nicht benötigen. Diese Impulskäufe erhöhen die Wahr-



rscheinlichkeit, dass Lebensmittel ungenutzt in der Tonne landen. Daher ist es wichtig, einen Plan zu haben, wenn man einkaufen geht. Verschaffen Sie sich einen Überblick über Ihre Vorräte, bevor Sie einkaufen gehen. Was haben Sie noch zu Hause, und was brauchen Sie wirklich? Ein gut durchdachter Einkaufszettel hilft, Impulskäufe zu vermeiden und nur das zu kaufen, was Sie tatsächlich benötigen. Zusätzlich können Sie Ihre Mahlzeiten für die Woche planen und die Zutaten, die Sie dafür brauchen, notieren. So stellen Sie sicher, dass Sie nur das einkaufen, was Sie auch verbrauchen werden.



Tip: Vor dem Einkaufen sollten Sie etwas essen. Wenn wir hungrig einkaufen gehen, neigen wir dazu, mehr einzukaufen, als wir eigentlich benötigen.

Vorräte beschränken

Das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe empfiehlt, Essen und Trinken für 10 Tage vorrätig zu haben, um im Ernstfall z.B. bei einer Überschwemmung oder einem längerem Stromausfall gewappnet zu sein. Dabei sollte das Prinzip "lebender Vorrat" angewandt werden. Das bedeutet, dass Sie Ihre Vorräte im Alltag verbrauchen und regelmäßig nachkaufen. Große Vorräte klingen verlockend, führen aber oft zu Abfall. Kaufen Sie nur in Mengen, die Sie auch verbrauchen können. Großpackungen zum Sonderpreis erscheinen günstig, aber wenn am Ende die Hälfte im Müll landet, sind sie doch teurer. Besonders bei verderblichen Lebensmitteln lohnt es sich, kleine Packungen zu bevorzugen und nur so viel zu kaufen, wie Sie in absehbarer Zeit verbrauchen können. Nutzen Sie die gut gefüllten Lager der Supermärkte, statt selbst zu große Vorräte anzuhäufen.



Einkaufen und Essen gehen



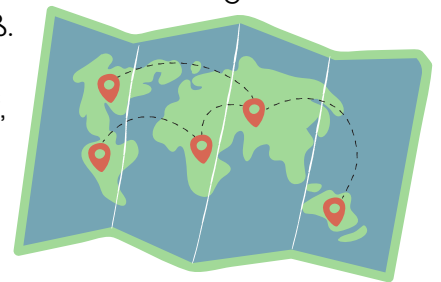
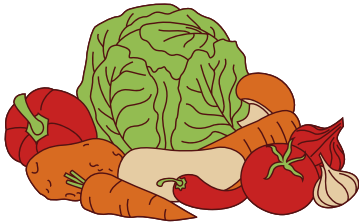
Saisonal und regional einkaufen

Frische und Haltbarkeit sind bei Lebensmitteln entscheidend. Regionale und saisonale Produkte haben kürzere Transportwege hinter sich und sind oft frischer, was ihre Haltbarkeit verlängert. Außerdem verbrauchen sie weniger Energie und reduzieren somit den CO₂-Ausstoß.

Der Begriff "regional" auf Produkten kann aber verwirrend sein, denn es gibt keine rechtliche Vorgabe, wie weit ein Lebensmittel gereist sein darf, um es als regional bezeichnen zu können. Es gilt: Je näher der Herkunftsort, desto besser. Achten Sie außerdem weniger auf das

perfekte Aussehen von Obst und Gemüse – kleine Schönheitsfehler haben keinen Einfluss

auf den Geschmack oder die Qualität. Indem Sie auf überhöhte optische Ansprüche verzichten, vermeiden Sie, dass diese Produkte weggeworfen werden. Kaufen Sie bewusst Produkte, die vielleicht nicht makellos, aber genauso gesund und lecker sind. Mittlerweile gibt es hierfür sogar extra Online-Anbieter, die ausschließlich "krummes Gemüse" anbieten.



Tipp: Viele Supermärkte haben Bereiche, in denen sie Obst, Gemüse und andere Lebensmittel mit kurzer Haltbarkeit günstiger anbieten. Mit dem Kauf solcher "Retter-Kisten" helfen Sie, Lebensmittelverschwendung zu bekämpfen.

Reste in Restaurant und Café

In der deutschen Gastronomie und Außer-Haus-Verpflegung werden jährlich etwa 1,9 Millionen Tonnen Lebensmittel entsorgt. Wenn Ihnen im Restaurant Brot, Salat oder andere Beilagen serviert werden, die Sie nicht schaffen, lassen Sie sie einpacken. Lebensmittel, die auf dem Tisch waren, dürfen nicht mehr anderweitig genutzt werden. Also: Nehmen Sie Ihre Reste mit nach Hause und genießen Sie sie später! Haben Sie eine zu große Portion bestellt? Auch hier können Sie das Essen problemlos einpacken lassen. Noch besser: Bringen Sie Ihre eigenen Mehrwegbehälter mit. Das schont zusätzlich die Umwelt. Wenn Sie wissen, dass Sie kleinere Portionen bevorzugen, fragen Sie von Anfang an nach einer kleineren Menge.

Viele Restaurants und Bäckereien bieten übrig gebliebenes Essen zu einem Sonderpreis an. So können Sie nicht nur günstige Mahlzeiten ergattern, sondern auch CO₂ einsparen – im Durchschnitt zwei Kilogramm pro Portion! Verschiedene Apps helfen dabei, überschüssiges Essen zu finden und zu kaufen. Schauen Sie einfach mal bei Ihrem Lieblingsrestaurant oder Bäcker vorbei und achten Sie darauf, ob ein entsprechender Aufkleber im Schaufenster auf das Angebot hinweist.



Restlos Zuhause



Auch für Zuhause gibt es viele Möglichkeiten und Tipps, um Lebensmittel optimal zu lagern, zu verwerten, haltbar zu machen und um richtig einzuschätzen wie sicher der Verzehr noch ist.

Lebensmittel richtig lagern

Nach dem Einkauf ist vor dem Einräumen. Den richtigen Lagerort für Lebensmittel ausfindig zu machen, kann den Geschmack besser erhalten, die Lebensdauer der Nahrungsmittel verlängern und dadurch auch zu weniger Verschwendung beitragen. Nachdem als erstes die Tiefkühlprodukte verstaut werden sind die Kühlprodukte dran. Der Kühlschrank sollte im Schnitt auf 8°C eingestellt sein. Jedoch herrschen an verschiedenen Stellen unterschiedliche Temperaturen. Hinten ist es kühler als vorne und, weil Wärme nach oben steigt, ist es auf dem obersten Regalfach wärmer als unten. Die Gemüseschublade ist meist nochmal abgetrennt von den restlichen Fächern und bietet so die optimale Temperatur für Obst und Gemüse. Die verschiedenen Kältezonen können wir uns zu nutze machen. Wie genau die Zonen verteilt sind und was am besten wo platziert wird finden Sie hier:



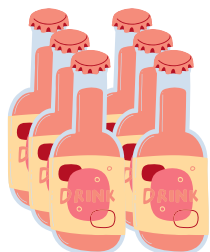
Quelle: <https://greenjournal.greenpeace.at/nachhaltig-leben/tipps-und-checks/kuehlschrank-richtig-einraeumen>

Dabei gibt es ein paar Besonderheiten: Eier können beispielsweise auch zwei Wochen nach Legedatum gut außerhalb des Kühlschranks gelagert werden. Tomaten ist selbst das Gemüsefach zu kalt und sie verlieren hier schnell ihr Aroma. Äpfel hingegen bleiben im Kühlschrank viel länger frisch und knackig als außerhalb, sollten aber nicht neben anderem Obst gelagert werden, da sie ein Pflanzenhormon (Ethylen) ausstoßen, das den Reifeprozess beschleunigt. Bananen werden dadurch beispielsweise dann schneller reif und braun. Noch mehr Informationen und spannende Details finden Sie [hier](#) und [hier](#).

Haltbarkeit testen

Haltbarkeitsangaben

Es gibt zwei Arten von Daten, die Ihnen auf den Lebensmitteln einen Hinweis zur Haltbarkeit geben. Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) und das Verbrauchsdatum (VD). Das Verbrauchsdatum findet man auf leicht verderblichen Lebensmitteln wie z.B. Hackfleisch. Es gibt an, bis wann das Produkt sicher verzehrt werden kann. Achten Sie darauf, verderbliche Lebensmittel vor dem Verbrauchsdatum zuzubereiten. Danach sollten Sie es nicht mehr verzehren. Das MHD hingegen sagt im Grunde nichts über die Haltbarkeit der Lebensmittel aus, sondern vielmehr geht es hierbei um eine Absicherung der Lebensmittelproduzenten.



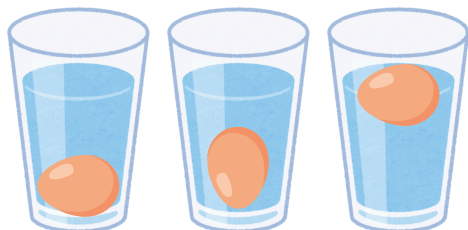
Das MHD sagt soviel wie: "bis zu diesem Datum entspricht das Lebensmittel dem, wie wir es für den Verkauf vorgesehen haben". Beispielsweise kann eine Rhabarberlimo nach Ablauf des MHDs eine bisschen gräulichere Farbe annehmen. Das hat in diesem Fall nichts mit dem Geschmack oder der Verzehrbarkeit zu tun, sondern betrifft nur die Farbe. Weil die Farbe im Verkauf aber schön leuchtend aussehen soll, soll das Produkt nach Ablauf des MHDs nicht mehr regulär verkauft werden.

Sinnlicher Test

Wie erkennt man jetzt, wann die Lebensmittel schlecht sind? Hier helfen ganz klassisch die verschiedenen Sinne: Fühlen, Riechen, Sehen, Schmecken. Zum Beispiel kann man bei Pilzen fühlen wenn sie schleimig sind. Wenn sie zudem noch modrig riechen, sind sie voraussichtlich nicht mehr gut. Was aber bei Pilzen (insbesondere Austernpilzen) häufig wie Schimmel aussieht ist einfach nur das Myzel, was weiter wächst und unbedenklich ist. Es ist also sinnvoll, die Informationen der verschiedenen Sinne miteinander zu kombinieren. Wenn Schimmel sichtbar ist, kann man den bei Hartkäse großzügig wegschneiden. In den meisten anderen Fällen, sind die Lebensmittel dann aber schon vom Schimmel durchzogen und diese sollten entsorgt werden. Wer sich unsicher ist, findet bei einer kurzen Internetrecherche schnell Antworten. Schmecken sollte man natürlich als letztes. Wenn der Geruchstest, fühlen und angucken zu keinem eindeutigen Ergebnis geführt haben kann man probieren, ob das Lebensmittel gewöhnlich schmeckt, oder nicht mehr genießbar ist.



Haltbarkeitsexperiment



Bei Eiern kommt man mit den Sinnen nicht so weit, es sei denn die Eier sind soweit drüber, dass der Geruch ihren Zustand eindeutig verrät. Hier kann ein einfaches Glas helfen, den Zustand herauszufinden. Wenn das Ei zu Boden sinkt ist es frisch und noch eine Weile haltbar. Wenn es mit der Spitze noch den Boden berührt ist es noch problemlos verzehrbar, sollte aber zeitnah zubereitet werden. Wenn das Ei oben schwimmt ist es nicht mehr gut und muss entsorgt werden.

Haltbar machen



Einfrieren

Die wohl schnellste Art um Lebensmittel länger haltbar zu machen ist das Einfrieren. Kurz vor dem Urlaub sind noch nicht alle Lebensmittel verbraucht? Ohne viel Vorbereitung halten die meisten Lebensmittel noch viele Wochen länger im Gefrierschrank.

Gemüse sollte am besten vorher blanchiert (kurz aufgekocht) werden. Für die leichtere Verwendung empfiehlt es sich sehr die Lebensmittel in Portionsgrößen einzufrieren, um nur das aufzutauen, was direkt verwendet wird: zum Beispiel Brot in Scheiben, Obst vorgeschnitten, zubereitete Mahlzeiten in einzelnen Portionen. Auch Kräuter kann man gut hacken und direkt einfrieren oder mit Olivenöl in Eiswürfelformen geben und beim Kochen einfach einen Würfel ins Essen geben.



TIPP: Wenn's beim Auftauen nicht schnell gehen muss, können Sie die gefrorenen Nahrungsmittel im Kühlschrank langsam auftauen. Das spart zusätzlich Energie.

Einkochen

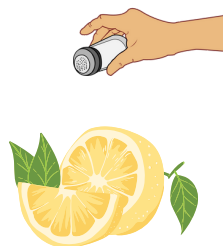
Ob Marmelade, in Essig eingelegtes Gemüse, Kompott oder ähnliches: Mit Hitze lässt sich vieles haltbar machen. Das wichtigste hierbei: steriles Arbeiten, damit keine Keime die Möglichkeit haben, nach dem Erhitzen noch ins Einkochte zu kommen. Einkochen eignet sich besonders gut als Mittel gegen Lebensmittelverschwendung:



1. wenn Obst und Beeren noch gut aber schon matschig sind
2. wenn zu viel von einer Sorte (z.B. Tomaten, Gurke) für den direkten Verzehr reif wird oder eingekauft wurde
3. um Saisonales Obst und Gemüse für den Rest des Jahres haltbar zu machen (jetzt ist die perfekte Zeit dafür)
4. wenn der Platz im Kühlschrank zu knapp ist

Fermentieren

Fermentieren könnte quasi als Gegenteil zum Einkochen gesehen werden. Während beim Einkochen das Ziel ist, alle Bakterien und Mikroorganismen abzutöten, nutzt man genau diese um beim Fermentieren die Lebensmittel haltbar zu machen. Bei der Fermentation begünstigt man für bestimmte "gute" Bakterien wie Milchsäurebakterien die Bedingungen zum wachsen. Fermentierte Lebensmittel sind in unserem Alltag präsenter als man vielleicht denkt. Dazu gehören: Joghurt, Käse, Sauerteigbrot und Wein. Besonders in asiatischen Kulturen wird Fermentation zur Haltbarmachung und Geschmacksentwicklung verwendet z.B. für Sojasauce, Kimchi und co. Wir empfehlen Ihnen das mal auszuprobieren: Sie haben zu viele Zitronen im Haus? Machen Sie Salzzitronen daraus und genießen Sie das ganze Jahr über den frischen Zitronengeschmack. Im Winter gibt es zu viel Kohl? Traditionell deutsches Sauerkraut oder koreanisches Kimchi lassen sich wunderbar Zuhause herstellen.

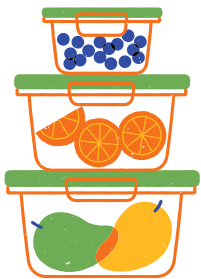


Reste verwerten



Zu gut für die Tonne

Mehr Wertschätzung, weniger Verschwendung: Mit Zu gut für die Tonne! setzt sich das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) dafür ein, Verbrauchende sowie Verantwortliche entlang der gesamten Lebensmittelversorgungskette für einen nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln zu sensibilisieren und deren Verschwendung zu reduzieren. Mit einem großen Angebot an Informations-, Bildungs- und Werbematerialien sowie Tipps zur richtigen Aufbewahrung von Lebensmitteln, Rezepten und Tutorials zur Resteverwertung, Veranstaltungen, wie der bundesweiten Aktionswoche - und vielem mehr, schafft Zu gut für die Tonne! Aufmerksamkeit für das Thema Lebensmittelwertschätzung und zeigt, wie sich im Alltag Lebensmittelabfälle reduzieren lassen. Ziel ist es, langfristig unser Verhalten im Alltag zu verändern: bedarfsgerecht Einkaufen und Zubereiten, richtig Lagern sowie unsere Lebensmittel restlos Verwerten.



Rezepte

Trockenes Brot zu Croutons, matschige Beeren zu Fruchtleder oder Möhrengrün zu Pesto - es gibt eine Vielzahl an Rezepten, die zeigen, dass Lebensmittelreste noch richtig schmackhaft werden können. Viele Ideen findet man schon bei einer kurzen Internetrecherche. Wer immer schnell passende Rezepte zu den Resten parat haben möchte, kann sich auch die App von Zu gut für die Tonne! zulegen und direkt den Kochlöffel schwingen.



Lebensmittel teilen

Wer trotz aller Bemühungen, wegen spontaner Planänderung o.Ä. doch noch Lebensmittel über hat, die selbst nicht verwendet werden können, kann diese auch teilen. Am einfachsten ist es natürlich in der Nachbarschaft oder unter Freunden. Wenn häufiger Essen über bleibt, kann sich auch das Anlegen einer Gruppe lohnen (z.B. auf Signal, Whatsapp, Threema etc). So können auf schnellem Weg viele interessierte Personen erreicht werden und die Lebensmittel können direkt abgeholt werden. Eine Organisation, die sich die Bekämpfung von Lebensmittelverschwendung auf die Fahne geschrieben hat ist der foodsharing_e.V. Foodsharing hat u.a. eine Plattform geschaffen, um Lebensmittel zu verteilen, die sonst weggeschmissen werden. Privatpersonen können sich als Lebensmittelretter registrieren. Supermärkte, Restaurants etc., die mit Foodsharing kooperieren geben an, an welchen Tagen Lebensmittel anfallen und diese können dann von den registrierten Privatpersonen abgeholt werden. Darüber hinaus können Personen einstellen, wenn sie Lebensmittel loswerden möchten. Zudem gibt es "Fair-teiler". Fair-teiler sind öffentlich positionierte Schränke, in denen Lebensmittel abgelegt und von anderen abgeholt werden können.



Halloween



Am 31. Oktober ist es wieder soweit! Mit gruseligen Verkleidungen werden zu Halloween böse Geister und die Seelen der Toten vertrieben. Um das zu erreichen, verkleiden sich zahlreiche Menschen in der Nacht zu Allerheiligen möglichst gespenstisch. Ursprünglich vor allem in Irland gefeiert, brachten Einwanderer den Brauch im 19. Jahrhundert nach Amerika. Aufgrund seiner Attraktivität wurde es dort bald zu einem Volksfest. Seit einigen Jahren schwappt die Gruselwelle zurück nach Europa und Halloween wird vermehrt auch bei uns gefeiert. Wir zeigen einige Tipps, wie sich Halloween in diesem Jahr etwas nachhaltiger gestalten lässt.

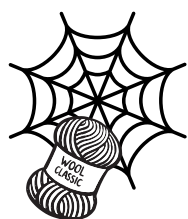
nachhaltige Halloween Dekoration

Für eine gemütliche Atmosphäre und Gruselfaktor lässt sich zum Beispiel mit gebrauchten Einmachgläsern sorgen. Die Gläser mit einer Mullbinde oder altem Stoff umwickeln, schwarze Augen aufmalen und ein Teelicht reinstellen. Fertig ist die leuchtende Tischmumie. Als Alternative lassen sich die Gläser auf der Aussenseite mit Laub verzieren und schaffen so ein schummriges Licht. Besonderer Pluspunkt: Man hat nicht nur tolle Deko, sondern spart auch etwas Strom.



Alte Kartoffeln eignen sich hervorragend zur Herstellung schauriger Stempel. Einfach Knollen halbieren, gruselige Motive wie Grabsteine, Spinnen oder Gespenster in die glatte Oberfläche schnitzen, die Farbe der Wahl auftragen und danach mit dem selbstgebastelten Kartoffelstempeln alte Kartonage oder Altpapier bedrucken. Gut trocknen lassen und aufstellen

Teufelisch grinsende Kürbisfratzen sind am schönsten, wenn diese im Dunkeln leuchten. Herkömmliche Kerzen sind in der Regel leider schlecht für die Umwelt, denn sie bestehen meist aus dem Erdölprodukt Paraffin. Kerzen aus nachwassender Biomasse, oft als "Bio-Kerzen" bezeichnet, sowie Kerzen aus Bienenwachs, Sojawachs, Raps- oder Sonnenblumenöl sind daher als die deutlich bessere Variante zu empfehlen, um Licht ins Dunkel der Halloween-Nacht zu bringen.



Sie haben noch Wollreste übrig? Perfekt – [online](#) finden sich vielfältige und tolle Upcycling-Bastelideen zur Herstellung von schaurig schönen Spinnennetzen. Eine Klasse Mitmach- und Bastelaktion auch für Kinder. Damit haben Sie nicht nur eine tolle Dekoration für den Kita-Gruppenraum, das Klassenzimmer oder für Zuhause, sondern sparen auch noch Ressourcen ein. Ein schöner Nebeneffekt der Bastelaktion: Die Kinder trainieren zusätzlich ihre Feinmotorik.

Aus leeren Klopapier-Rollen und etwas Bastelkarton lassen sich im Handumdrehen Fledermäuse als Deko selber machen. So geht's: Zwei Seiten der Klopapier-Rolle so zueinander falten, dass spitze "Ohren" entstehen. Fledermaus-Flügel aus schwarzem Bastelkarton ausschneiden und diese auf den "Rücken" der Klopapier-Rolle kleben. Zum Schluss malen Sie der Fledermaus ein freundliches oder gruseliges Gesicht – ganz wie Sie wünschen. Mit ähnlich wenig Aufwand lassen sich übrigens kleine Halloween Geister herstellen. Ein Stück alten Stoff um eine Kastanie, einen Flummi oder einen kleinen Ball legen. Den Stoff unterhalb der Kugel fest zusammenbinden. Gesichter darauf – fertig!



Halloween

Nicht nur das Einsammeln von Leckereien und das Klingeln an fremden Haustüren sorgt bei Kindern für Spaß an Halloween. Auch das eigene Haus lässt sich mit gruseligen Spielen zum Halloweenparadies umgestalten. Für die Monsterjagd in den eigenen 4 Wänden einfach alte Konservendosen ausspülen. Entweder aus Altpapier Monster ausschneiden und aufkleben, oder die Geister und Co. direkt aufmalen. Dann wie beim Dosenwerfen aufeinanderstapeln, Bälle bereitlegen und es kann losgehen. Gewinner ist, wer die meisten Monster getroffen hat.



Nach Beendigung der abendlichen Beutetour kommen die Kleinen und Kleinsten üblicherweise mit einem Übermaß an süßem und zuckerhaltigem Naschwerk nach Hause. Doch es gibt auch Alternativen zum üblichen Süßkram. Egal ob Paprika- und Birnengeister, Halloween-Mandarinen oder Apfelmonster. Wer möchte, findet online eine Vielzahl an Rezepten und Anleitungen, um mit ein wenig Einsatz und Kreativität gesunde Halloween Snacks herzustellen.

Süßes oder Saures

Wer dennoch nicht auf Zucker verzichten möchte, kann in Windeseile furchterregende und essbare Spinnennetze selbstkreieren. Dazu Salzstangen nach Bedarf kürzen und sternförmig auf Backpapier zurechtlegen. Glasur nach Anleitung erwärmen, die Salzstangen nach einem "Spinnennetzmuster" miteinander verbinden und mit einem Streussel-Mix bestreuen. Gut trocknen lassen, vorsichtig vom Backpapier lösen, umdrehen und die Unterseite ebenfalls mit einem Netz aus Glasur versehen. Zum Schluss wieder mit etwas Glasur essbare Dekofiguren an den Spinnennetzen befestigen. Fertig ist die kleine Nascherei.



Superfood Kürbis



Die etwa 800 verschiedene Sorten, der ursprünglich aus Süd- und Mittelamerika stammenden und seit mehr als 8000 Jahren genutzten Kulturpflanze, sind mittlerweile zu großen Teilen auch bei uns heimisch geworden. Pflegeleicht im heimischen Garten angebaut, überdauert ein Kürbis im Keller eingelagert problemlos den Winter. Kaum ein Gemüse ist so vielfältig in der Küche verwendbar wie der Kürbis. Früher als Viehfutter und Arme-Leute-Essen geschmäht, haben Kürbisgerichte mittlerweile in den Gourmetküchen Einzug gehalten. Ob Suppen, Eintöpfe, Marmeladen, Salate oder Brote - Kürbis-Gerichte sind nicht nur lecker, sondern auch gesund. Kürbisse enthalten kein Fett, dafür aber neben rund 90 Prozent Wasser jede Menge Ballaststoffe, Vitamine und Mineralien. Besonders reich ist die Nutzpflanze an Calcium, Eisen, Phosphor, Carotin sowie Vitamin E.

Die Kerne schmecken geröstet als abendlicher Knabbergenuss. Farbenfrohe Zierkürbisse schmücken das Wohnzimmer und der dickbauchige Gartenkürbis grinst uns an Halloween, mit feurigem Innenleben bestückt, frech an. In Afrika und Indien werden Kürbisschalen auch genutzt um Geschirr und Musikinstrumente herzustellen, zum Beispiel das Sitar. Als pflanzliches Heilmittel finden Kürbisse in der Schulmedizin Verwendung. Der Gartenkürbis lindert beispielsweise Blasenprobleme. Dank des Spurenelementes Selen wirkt Kürbisfleisch außerdem krebshemmend.



Das US-Energieministerium schätzt, daß jedes Jahr nach Halloween 600 Millionen Kilogramm Kürbis auf herkömmlichen Mülldeponien landen. Bei der anschließenden anaeroben Zersetzung werden große Mengen des Treibhausgases Methan freigesetzt, welches 25-100 mal schädlicher wirkt als CO₂! Bitte entsorgen Sie Ihre organischen Abfälle daher in der Bio-Tonne!

Super gruselig



Energieberatung



In Kooperation mit dem Verbraucherschutz Schleswig-Holstein bietet die Stadt Pinneberg jeden 2. und 4. Dienstag im Monat die unabhängige Energieberatung in der Zeit von 13:00 – 18:00 Uhr im Rathaus Pinneberg, Raum 200, an.

Ziel ist es, private Haushalte beim Energiesparen zu unterstützen. Dazu berät der unabhängige Energieberater Herr Jenner im Auftrag der Verbraucherzentrale nach vorheriger Anmeldung u.a. zu den Themen Energiesparen, Wärmedämmung, moderne Heiztechnik und erneuerbare Energien.

Persönliche Beratung

Die persönliche Beratung hilft bei Fragen, wie:

- Ich möchte mein Haus energetisch sanieren – Welche Maßnahmen sind sinnvoll und umsetzbar? Kann ich Fördergelder in Anspruch nehmen?
- Ist es an der Zeit, meine Heizungsanlage auszutauschen? Welche Heiztechnik ist die richtige für mich?
- Passt eine Solaranlage auf mein Dach?
- Warum ist meine Energiekostenabrechnung plötzlich so hoch?
- Wie kann ich auch als Mieter Strom und Heizenergie einsparen?

Zusätzlich berät die Energieberaterin Frau Grade-Schielein ausschließlich per Telefon bzw. Video und nur nach vorheriger telefonischer Anmeldung, an jedem 2. und 5. Montag im Monat von 13:45 Uhr bis 18:15 Uhr.



Wenn die Gegebenheiten vor Ort entscheidend sind, kommen die Energieberater:innen auch ins Haus oder in die Wohnung, um die individuelle Situation zu beurteilen. Je nach Fragestellung wird die Heiztechnik oder das gesamte Gebäude überprüft. Die Berater:innen geben z.B. Empfehlungen zur zukünftigen Heizungsanlage mit erneuerbaren Energien und zur Nutzung der Sonne. Nach der Beratung wird ein Kurzbericht mit allen relevanten Daten und Handlungsempfehlungen ausgestellt.

Eine gute Vorbereitung hilft, eine zielführende Beratung zu erhalten.

Klären Sie dafür im Vorfeld, was Ihr konkretes Anliegen ist. Geht es Ihnen um allgemeine Informationen zum Energie sparen, konkrete Sanierungspläne oder hätten Sie erstmal gern einen Überblick über Fördermöglichkeiten? Worauf zielt Ihr Anliegen ab?

Um Sie passgenau zu beraten, braucht es möglichst viele Daten zu Ihrem Haus und/oder Ihrer Heizungsanlage. Je mehr Informationen zur Verfügung stehen, desto schneller lassen sich Probleme erkennen und gute Lösungen empfehlen. Die Checkliste hilft dabei, einen Überblick zu bekommen und alle hilfreichen Informationen zusammenzustellen

Und das Beste für Sie, die Beratung ist für alle Pinneberger:innen kostenlos! Dank der Förderung durch das Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz (BMWK) und des Kreises Pinneberg entstehen für Verbraucher:innen keine Kosten durch die Beratung. Egal ob Sie die Beratung stationär im Rathaus aufsuchen, oder mit den Energieberatern einen Termin zur aufsuchenden Beratung in Ihren eigenen Räumen vereinbaren.

Checkliste Energieberatung

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

**80 MILLIONEN GEMEINSAM FÜR
ENERGIEWECHSEL**

Energieberatung

Für kurze Fragen

eignet sich auch die kostenlose online Beratung unter <https://verbraucherzentrale-energieberatung.de/beratung/online/>. Alternativ besteht die Möglichkeit einer telefonischen Kurzberatung unter der Hotline 0800-809 802 400.

Die Beratungsmöglichkeiten im Überblick

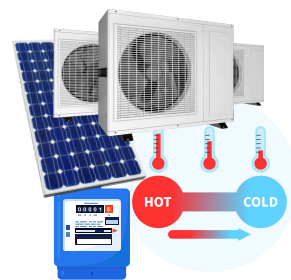
- jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 13:00 – 18:00 Uhr im Rathaus Pinneberg, Raum 200, Achtung! Anmeldung erforderlich – Tel.: 0431-59099 40.
- Die Berater:innen kommen zu Ihnen nach Hause – falls erforderlich.
- Jeden 2. und 5. Montag im Monat von 13:45 – 18:15 Uhr, nur telefonisch und per Video, Achtung! Anmeldung erforderlich – Tel.: 0431-59099 40.
- per Telefon: die kostenlose Hotline erreichen Sie unter: 0800 – 809 802 400.
- online: Sie schreiben lieber eine E-Mail? Lassen Sie sich online beraten.
- In einer der Beratungsstellen: Kommen Sie direkt zur Energieberatung in eine der Niederlassungen des Verbraucherschutzes SH. Termine in der Verbraucherzentrale unter 0431-59099-40.
- Online-Vorträge für kompakte Informationen. Zur Übersicht des Vortragsangebotes geht es hier.



Schauen Sie sich gerne das vielfältige Angebot an kostenlosen Online-Vorträgen rund um das Thema Energiesparen an. In zahlreichen Vorträgen informieren die Energiespar-Expert*innen Sie zu vielfältigen Aspekten rund um Themen wie Energie sparen, moderne Heizsysteme und erneuerbare Energien. Neben Veranstaltungen vor Ort haben Sie die Möglichkeit die spannenden Online-Vorträge bequem von zu Hause über das Internet zu verfolgen. Für die Teilnahme an den Veranstaltungen ist lediglich eine verbindliche Anmeldung notwendig. Informieren Sie sich gerne vorab telefonisch oder online bei den Energieberatern. Eine Übersicht aller Veranstaltungen finden Sie auf der Seite der Verbraucherzentrale. Neben der persönlichen Beratung in der Stadt Pinneberg und weiteren 21 Beratungsstandorten in Schleswig-Holstein, bietet die Verbraucherzentrale vielfältige individuelle Formate an. So lässt sich für jede Problem- und Fragestellung die passende Energieberatung finden.

Das Beratungsangebot der Energieberatung der Verbraucherzentrale:

- Moderne Heiztechnik: Heiztechniken, Energieträger
- Dämmung und Hitzeschutz: Dämmstoffe, Fenster- und Türentausch
- Energie sparen in der Wohnung: Heizkostenabrechnung, Heizungsoptimierung, Gasanbieterwechsel
- Erneuerbare Energien: Solarthermie, Photovoltaik, Wärmepumpen, Heizen mit Holz
- Strom sparen im Haushalt: Sparsame Haushaltsgeräte, Energielabel, Stromanbieterwechsel
- Gesundes Raumklima: Richtiges Lüften, Probleme mit Schimmel?
- Fördermöglichkeiten: BAFA, KfW-Programme



Müllsammelaktion



Gemeinsam Grünflächen aufräumen ist das Motto der diesjährigen großen Herbstputz-Aktion im Stadtgebiet von Pinneberg. Dazu lädt das "Team 2035 Pinneberg klimaneutral" am Samstag, den 12.10.2024 alle Bürger:innen zum gemeinsamen Handeln auf. Start und Treffpunkt ist der Schulhof der Johannes-Brahms-Schule in Pinneberg. Von dort aus geht es gemeinsam oder, je nach Anzahl der Teilnehmenden, in Gruppen zu ausgewählten Grünflächen und in die Innenstadt von Pinneberg.

Gemeinschaft



Ziel der Aktion ist es, gemeinschaftlich Pinnebergs Grünflächen und Innenstadt aufzuräumen und sich bei einem anschließenden Kuchenbuffet auszutauschen. Jeder ist herzlich eingeladen mitzumachen und sich mit den bereitstehenden Greifern und Müllsäcken am Sammeln zu beteiligen. Handschuhe sind bitte selber mitzubringen und Kuchenspenden sind willkommen.

Die Initiative hofft damit nicht nur Aufmerksamkeit für die zunehmende Vermüllung von Stadt und Natur zu erzielen, sondern durch die Aktion auch Teil der Lösung zu sein. Die Veranstaltung wird ermöglicht durch die Unterstützung der Stadtverwaltung Pinneberg, des Pinneberger Stadtmarketings, des Kommunalen Service Betriebs Pinneberg und der Johannes-Brahms-Schule.

Alle Akteur:innen freuen sich über eine rege Beteiligung!

Wer, Was, Wann, Wie, Wo?

Wer: Team 2035 Pinneberg klimaneutral und alle engagierten Bürger:innen.

Was: Müllsammelaktion auf ausgewählten Grünflächen und in der Innenstadt von Pinneberg.

Wann: Samstag, den 12.10.2024, um 11:00 Uhr

Wie: Handschuhe bitte selbst mitbringen. Die restlichen Materialien werden zur Verfügung gestellt. Der kommunale Servicebetrieb Pinneberg wird den Müll im Anschluss abholen.

Wo: Treffpunkt ist der Schulhof der Johannes-Brahms-Schule, Fahltskamp 36 in Pinneberg.

Konkret



Anmeldung & Engagement

Sie engagieren sich schon für den Klimaschutz in Pinneberg oder haben eine Idee wie Sie das zukünftig tun möchten? Sie möchten regelmäßig über die Klimaschutznews der Stadt informiert werden und den Newsletter abonnieren? Teilen Sie das gerne dem Klimaschutzmanagement unter der folgenden Kontaktadresse mit: klimaschutz@stadtverwaltung.pinneberg.de.

Weitere Informationen

Dieser Newsletter entstand aus einer Kooperation der Klimaschutzmanager*innen der Städte Quickborn, Pinneberg und Schenefeld. Die Klimaschutz-Vorhaben werden gefördert über die Nationale Klimaschutzinitiative, die unter der Verwaltung des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz steht. Diese und alle weiteren Ausgaben der Pinneberger Klimaschutz News finden Sie auch auf der Website unter:

<https://www.pinneberg.de/Verwaltung-Politik/Stadtverwaltung/Stadtentwicklung/Klimaschutz/>.

Weiterführende Links

- <https://greenjournal.greenpeace.at/nachhaltig-leben/tipps-und-checks/kuehlschrank-richtig-einraeumen>
- <https://www.tastybits.de/rezepte/veggie/salzzitronen/>
- https://utopia.de/ratgeber/sauerkraut-selber-machen-rezept-in-wenigen-schritten_74523/
- <https://www.tastybits.de/rezepte/beilagen-gemuese/kimchi-selber-machen/>
- <https://www.zugutfuerdietonne.de/>
- <https://foodsharing.de/>
- <https://www.umweltbundesamt.de/themen/landwirtschaft/umweltbelastungen-der-landwirtschaft/lachgas-methan>
- <https://verbraucherzentrale-energieberatung.de/beratung/>

Nationale Klimaschutzinitiative

Mit der Nationalen Klimaschutzinitiative initiiert und fördert das Bundesumweltministerium seit 2008 zahlreiche Projekte, die einen Beitrag zur Senkung der Treibhausgasemissionen leisten. Ihre Programme und Projekte decken ein breites Spektrum an Klimaschutzaktivitäten ab: Von der Entwicklung langfristiger Strategien bis hin zu konkreten Hilfestellungen und investiven Fördermaßnahmen. Diese Vielfalt ist Garant für gute Ideen. Die Nationale Klimaschutzinitiative trägt zu einer Verankerung des Klimaschutzes vor Ort bei. Von ihr profitieren Verbraucherinnen und Verbraucher ebenso wie Unternehmen, Kommunen oder Bildungseinrichtungen.

Impressum

Stadt Pinneberg
Klimaschutzmanagement
Bismarckstrasse 8
25421 Pinneberg

Kontakt:

Telefon: 04101-211-3004
E-Mail: klimaschutz@stadtverwaltung.pinneberg.de

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Wirtschaft
und Klimaschutz



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages