



Johanniter- Energiesparfibel

Kranken- und Seniorenhäuser,
Fach- und Rehabilitationskliniken



JOHANNITER

Jede Krise
birgt
gleichzeitig
auch eine
Chance.

Inhaltsverzeichnis

Vorworte.....	4
Energiegeladen.....	8
Der Energieverbrauch von Krankenhäusern, Fach- und Rehabilitationskliniken	8
Der Energieverbrauch von Senioreneinrichtungen.....	11
Gemeinsam für die Umwelt.....	13
• Elektrische Energie.....	13
• Klima, Wärme und Heizung.....	16
• Wasser	18
• Papier.....	20
• Müll.....	22
• Speisen und Getränke	24
• Mobilität	28
Ihre Tipps für noch mehr Einsparpotentiale	30
Ihre Ansprechpartner.....	31
Impressum	32

Vorworte

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

wir Johanniter haben uns dem Dienst am Kranken verschrieben. Doch nicht nur die Menschen benötigen unsere Hilfe, auch der Planet, auf dem sie wohnen.



Frank Böker
Fotoquelle: Hermann Willers

Kranken- und Seniorenhäuser, Fach- und Rehabilitationskliniken sowie medizinische und therapeutische Zentren haben einen erheblichen Anteil an der jährlichen CO₂-Emission, denn es wird viel Energie und Wasser benötigt, um Patientinnen und Patienten, Bewohnerinnen und Bewohner bestmöglich behandeln zu können. Gleichzeitig entsteht durch die strengen Hygienevorgaben viel Abfall, insbesondere auch Plastikmüll. Wir tragen folglich Verantwortung für die uns Anvertrauten, aber auch für unsere Umwelt.

Als großer Energieverbraucher sehen wir es als unsere gesellschaftliche Verpflichtung an, Strukturen zu schaffen, welche die Umwelt entlasten, Ressourcen sparen und Abfall reduzieren.

Neben den großen Stellschrauben, an denen unser Unternehmen drehen kann, wie etwa die energetische Gebäudesanierung oder die Nutzung regenerativer Energien, ist das konkrete Verhalten jedes Einzelnen von uns gefragt.

Gemeinsam können wir mit unserem individuellen Verhalten aktiv zum Umweltschutz beitragen und zwischen 15 und 50 Prozent an unseren täglichen CO₂-Emissionen einsparen. Machen Sie mit. Machen Sie einen Unterschied!

Ihr
Frank Böker
Vorsitzender der Geschäftsführung
Johanniter GmbH

Ihr
Lutz Gebhardt
Geschäftsführer
Johanniter Seniorenhäuser GmbH



Lutz Gebhardt
Fotoquelle: Christian Schneider

Jetzt mitmachen!

Reichen Sie Ihre Spar-Tipps ein und helfen Sie uns gemeinsam einen Unterschied zu machen.

www.johanniter-gmbh.de/energiespartipps



Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

Nachhaltigkeit ist keine Modeerscheinung, das wissen wir mittlerweile. Und wir haben uns als Johanniter einem ganz besonderen Auftrag verschrieben:

Wir wollen einen Beitrag zur Bewahrung der Schöpfung leisten. Die Situation ist alarmierend und spätestens nach der Flutkatastrophe 2021 an der Ahr ist uns klar, dass der Klimawandel auch uns betreffen wird.

Die Gesundheitsbranche trägt laut Health Care without Harm mit einem Anteil von 5,2 Prozent der Emissionen in Deutschland erheblich zum Klimawandel bei.

Nachhaltigkeit ist nicht nur Ökologie, sondern auch soziale und unternehmerische Verantwortung. Hier sind wir in vielen Bereichen sehr gut aufgestellt. Die zunehmend schlimmen Folgen des rasanten Klimawandels lenken unseren Hauptfokus jedoch auf Umwelt- und Klimaschutz zur Erhaltung unseres Planeten als unsere Lebensgrundlage.



Gabriele Thurn
Fotoquelle: Johanniter

Die gute Nachricht ist, dass jeder von uns rund 17.000 Mitarbeitenden in der Johanniter GmbH einen eigenen Beitrag leisten kann.

Hierzu bietet diese kleine Fibel eine Fülle von Anregungen, die man mit wenig Aufwand umsetzen kann. Sie soll Ihnen helfen, in Ihrem ganz persönlichen Alltag mit kleinen Dingen zusammen Großes zu bewegen. Wenn viele an einem Strang ziehen, ist die Wirkung größer und schneller als ein technologischer Fortschritt, der Jahre auf sich warten lässt. Bilden Sie Teams, um über neue Möglichkeiten der Nachhaltigkeit nachzudenken und diese umzusetzen. Fangen wir umgehend heute mit der Veränderung an! Wir wertschätzen Ihre Bemühungen sehr und freuen uns über Feedback und Verbesserungsideen!

Ihre
Gabriele Thurn
Nachhaltigkeitsmanagerin
der Johanniter GmbH



Oliver Teßmer
Fotoquelle: Johanniter

Ihr
Oliver Teßmer
Niederlassungsleitung
Regionalzentrum Ost
Johanniter Seniorenhäuser GmbH

Energiegeladen

Der Energieverbrauch von Krankenhäusern, Fach- und Rehabilitationskliniken

Die Gesundheitsbranche ist weltweit für 4,4 Prozent der gesamten CO₂-Emissionen verantwortlich – und hat damit einen größeren Anteil als der Flugverkehr oder die Schifffahrt.¹ In Deutschland entfallen sogar 5,2 Prozent der bundesweiten Emissionen auf den Health Care Sektor.²

Wir bei den Johanniter-Kliniken können dazu beitragen den Energieverbrauch zu senken.

4,4 Prozent der gesamten weltweiten Emissionen entfallen auf die Gesundheitsbranche. In Deutschland sind es 5,2 Prozent.



Ein Klinikbett verbraucht pro Jahr im Durchschnitt so viel Energie wie ca. vier neuere Einfamilienhäuser.

Gemeinsam sparen

Bedenkt man, dass es in Deutschland rund 500.000 Klinikbetten gibt,³ wird schnell deutlich, welche wichtige Rolle der Klimaschutz in Krankenhäusern und Fachkliniken spielen muss. Eine Reduktion des Energieverbrauchs bedeutet zudem Kosteneinsparungen – Geld, das an anderer Stelle, beispielsweise in zusätzliche Personalressourcen und Behandlungsapparaturen investiert werden kann und damit Mitarbeitenden sowie Patientinnen und Patienten zugutekommt.

Sparmaßnahmen im Bereich Strom, Wasser und Wärme können klimaschädliche CO₂-Emissionen um bis zu 40 Prozent reduzieren.⁴

Allein 10 bis 15 Prozent der Emissionen können durch das individuelle Nutzerverhalten der Mitarbeitenden eingespart werden.⁵

So verteilt sich der Energiebedarf

Die Wärmeerzeugung macht etwa 70 bis 80 Prozent am gesamten Energieeinsatz eines Krankenhauses/



Fotoquelle: Shutterstock

einer Fachklinik aus.⁶ Darin enthalten sind beispielsweise Heizung, Wassererwärmung, Dampfbedarf aber auch Klimaanlage.

20 bis 30 Prozent des Energiebedarfs entfallen auf Elektrizität für Beleuchtung, technische Gerätschaften aber auch für Klimatisierung und Lüftung.⁷ Dabei macht der Dauerbetrieb der Beleuchtung knapp ein Fünftel des Stromverbrauchs aus.⁸

1 Health Care without Harm/World Health Organization (www.aerzteblatt.de/archiv/212983/Green-Hospitals-Klimaschutz-im-Krankenhaus)

2 Noharm.org/Arzteblatt (noharm.org/; www.aerzteblatt.de/archiv/212983/Green-Hospitals-Klimaschutz-im-Krankenhaus)

3 Statista, Zahl der Krankenhausbetten 2020 (de.statista.com/statistik/daten/studie/157049/umfrage/anzahl-krankenhausbetten-in-deutschland-seit-1998/)

4 Klinikenergie 2020 Viamedica, 2020 (www.viamedica-stiftung.de/fileadmin/user_upload/Materialien/klinikenergie2020_prospekt10_final.pdf)

5 Viamedica, Energiefibel 2016

6 Klinikenergie 2020 Viamedica, 2020 (www.viamedica-stiftung.de/fileadmin/user_upload/Materialien/klinikenergie2020_prospekt10_final.pdf)

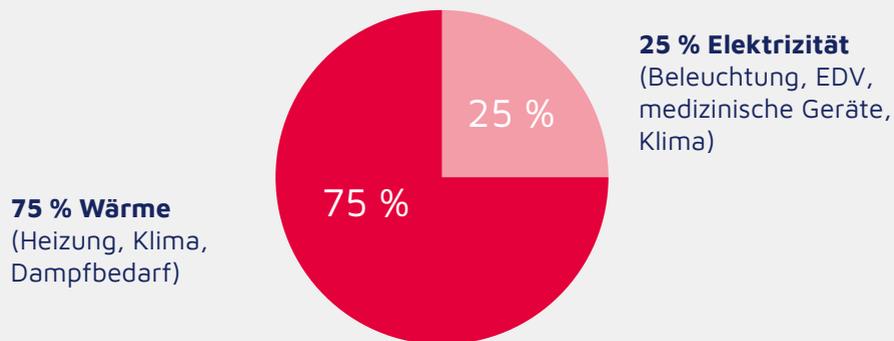
7 Klinikenergie 2020 Viamedica, 2020 (www.viamedica-stiftung.de/fileadmin/user_upload/Materialien/klinikenergie2020_prospekt10_final.pdf)

8 Viamedica, Energiefibel 2016

Die Höhe des Verbrauchs richtet sich nach der Größe der Einrichtung, sowie der Zahl der Beschäftigten, Patientinnen und Patienten und ihrem individuellen Nutzerverhalten. Aber auch die Gebäudesubstanz (Isolation, Dämmung) und die technische Ausstattung (Zustand und Effizienz technischer Geräte und Anlagen) spielen eine wichtige Rolle.

Gebäudemodernisierungen, Anpassungen im Nutzerverhalten und der Einsatz von erneuerbaren Energien, wie Photovoltaikanlagen oder Blockheizkraftwerken, können sowohl die Umwelt als auch die Stromrechnung entlasten. So lassen sich Schätzungen zufolge in den bundesweit rund 2.100 Krankenhäusern insgesamt bis zu 6 Millionen Tonnen CO₂ einsparen.⁹

Energieverteilung in Krankenhäusern und Fachkliniken



⁹ Klinikenergie 2020 Viamedica, 2020 (www.viamedica-stiftung.de/fileadmin/user_upload/Materialien/kliniker-gie2020_prospekt10_final.pdf)

Der Energieverbrauch von Seniorenhäusern

Rund 1 Prozent der bundesweiten Bevölkerung lebt in Senioreneinrichtungen.¹⁰ Mit einer stetig älter werdenden Population ist eine Zunahme der benötigten Plätze in den kommenden Jahren sehr wahrscheinlich. Seniorinnen und Senioren bedürfen besonderer Pflege und einem guten Komfort. Da ist es kaum verwunderlich, dass sich diese Anforderungen auch in einem hohen Energiebedarf widerspiegeln. Eine Bewohnerin/ein Bewohner benötigt im Schnitt etwa so viel Strom wie ein vier- bis sechsköpfiger Haushalt.¹¹

Studien haben gezeigt, dass bereits einfache Sparmaßnahmen den Verbrauch von Wärmeenergie um rund 20 Prozent sowie von Strom und Wasser jeweils um 12 Prozent senken können.¹²

Die schädlichen CO₂-Emissionen pro Pflegeplatz liegen laut dem Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz bei etwa 7,4 Tonnen. Davon lassen sich ca. 15 Prozent, also rund 1,1 Tonnen, einsparen.¹³



Fotoquelle: Martin Bühler

¹⁰ Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz (www.bmu.de/pressemitteilung/bundesumweltministerium-unterstuetzt-pflegeeinrichtungen-bei-der-anpassung-an-den-klimawandel)
¹¹ Sozialbank (www.sozialbank.de/news-events/publikationen/bfs-trendinfo/11-18/bfs-trendinfo-11-18-07)
¹² Seniorenheim-Magazin (seniorenheim-magazin.de/bau-renovierung-und-sanierung/energiebewusstsein-in-pflegeheimen-zeigt-erfolge/)
¹³ Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz (www.bmu.de/pressemitteilung/bundesumweltministerium-unterstuetzt-pflegeeinrichtungen-bei-der-anpassung-an-den-klimawandel)

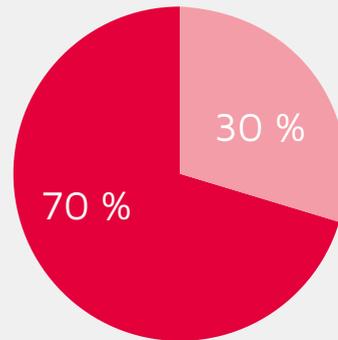
So verteilt sich der Energiebedarf

Warmwasser, angenehme Raumtemperaturen, ein hoher Energiebedarf für Apparaturen, Beleuchtung und ggf. die interne Wäscherei haben wesentliche Anteile an dem Energieaufkommen von Senioreneinrichtungen. So entfallen etwa 70 Prozent auf Wärme und 30 Prozent auf elektrische Energie.¹⁴

Die Höhe des Verbrauchs richtet sich, wie auch bei den Krankenhäusern, Fach- und Rehabilitationskliniken, nach der Größe der Einrichtung. Auch das Leistungsspektrum spielt eine Rolle: Zusätzliche Angebote wie eine Tagespflege oder die Betreuung von schwerkranken Seniorinnen und Senioren, die beispielsweise auf spezielle medizinische Geräte angewiesen sind, wirken sich entsprechend auf den Energieverbrauch aus.

Energieverteilung in Senioreneinrichtungen

30 % Elektrizität
(Beleuchtung, medizinische Geräte)



70 % Wärme
(Heizung, Klima)



Fotoquelle: Shutterstock

Gemeinsam für die Umwelt Elektrische Energie

Zusammen bis zu 15 Prozent Stromkosten reduzieren

Der Energieverbrauch der Johanniter-Kranken- und Seniorenhäuser, Fach- und Rehabilitationskliniken setzt sich aus laufenden und variablen Verbräuchen zusammen. So müssen einige technische Gerätschaften durchgängig betrieben werden. Sparen lässt sich in diesem Bereich meist nur durch den Einsatz effizienterer Technik. An anderer Stelle ist der Verbrauch direkt abhängig vom Nutzer, wie etwa der Betrieb der Deckenbeleuchtung in Verwaltungsräumen. Hier hat jeder Mitarbeitende konkrete Möglichkeiten aktiv den Energieverbrauch zu senken.



Ein Einrichtungsplatz verbraucht pro Jahr im Durchschnitt so viel Energie wie ein vier- bis sechsköpfiger Haushalt.

¹⁴ Energieeffizienz im Betrieb (www.energieeffizienz-im-betrieb.net/energiekosten-unternehmen/energiesparen-altenheim.html)

Spartipps

- Beleuchten Sie nur die Stellen am Arbeitsplatz, die notwendig sind und nutzen Sie nach Möglichkeit das Tageslicht maximal aus.
- Sollte es möglich sein, steuern Sie bei Lichtgruppen, die aus mehreren Einzelleuchten bestehen nur die benötigten Elemente an.
- Schalten Sie bei längerem Verlassen von Räumen das Licht aus (z. B. länger als 10 min).
- Schalten Sie EDV-Geräte, wie Computer, Laptops, Tablets, Bildschirme und Lautsprecherboxen bei Nicht-Gebrauch aus statt in den Stand-by-Modus – z. B. nach Dienstende (Ausnahmen sind Faxgeräte, Server und Drucker).
- Schalten Sie das Licht beim Verlassen von Toiletten und Umkleiden aus.
- Öffnen Sie Kühlschränke nur kurz. Überprüfen Sie anschließend, ob das Gerät richtig geschlossen ist.
- Achten Sie bei der Verwendung von Wasserkochern auf die richtige Füllmenge – verwenden Sie nur so viel Wasser, wie Sie in etwa benötigen.
- Schalten Sie Kaffeemaschinen nach dem Gebrauch aus – besonders die Heizplatte von Filterkaffeemaschinen benötigt viel Energie. Füllen Sie den Kaffee nach dem Brühen daher einfach in eine Thermoskanne, statt das Gerät in Betrieb zu halten.

Beispiel

Wenn eine Deckenleuchte im Jahr 220 Arbeitstage durchschnittlich 6 statt 8 Stunden in Betrieb ist, spart das knapp 19 kWh/Jahr.

1 Deckenleuchte – ca. 18,9 kWh/Jahr
1.000 Deckenleuchten – ca. 18,9 MWh/Jahr



Besondere Tipps für die Haustechnik

Stromeffiziente Technik: Moderne Geräte benötigen meist vielfach weniger Strom.

Vorschaltgeräte: Auch die Verwendung von elektronischen Vorschaltgeräten spart Energie ein. So kann beispielsweise die Kombination von T5-Leuchtstofflampen mit elektronischem Vorschaltgerät gegenüber T8-Lampen mit konventionellem Vorschaltgerät bis zu **30 Prozent** Energie sparen.¹⁵

Lichtlenkung: Nach dem Motto „Weniger ist mehr“ kann eine clevere Lichtlenkung und die Integration verspiegelter Reflektoren für eine gute Ausleuchtung sorgen. Die Leuchtmittel können so um bis zu **50 Prozent** reduziert werden.¹⁶

Zeitschaltuhren: Weiteres Einsparpotential bieten Zeitschaltuhren, Bewegungsmelder, Tageslicht- oder Zeitdimmungen. Mit einem optimalen Timing lassen sich bis zu **70 Prozent** Strom sparen.¹⁷

Abschaltbare Steckdosenleisten: Die Anbringung von abschaltbaren Steckdosenleisten, beispielsweise an Arbeitsplätzen kann helfen schleichende Stromkosten durch die im Stand-by-Modus verbrauchte Energie zu sparen. **Schon ein PC verbraucht jährlich im Stand-by-Modus etwa 80 kWh.**¹⁸

Kühlschränke: Die Zahl der Kühlschränke für medizinische Zwecke, aber auch für Mitarbeitende in Stationsküchen summiert sich schnell. Regelmäßiges Abtauen erhöht die Kühlwirkung. Stellen Sie Kühlschränke am besten an möglichst kalte Plätze. Schon ein Grad Temperaturunterschied in der Umgebung kann **bis zu 4 Prozent** Energie sparen. Achten Sie zudem bei Geräten in Stations- und Mitarbeiterküchen auf die richtige Kühltemperatur. Ideal sind 7 Grad Celsius.

Die ideale Temperatur von Kühlschränken liegt bei sieben Grad Celsius. Jedes Grad weniger erhöht den Stromverbrauch etwa 6 Prozent.¹⁹

¹⁵ Klinikenergie 2020 Viamedica, 2020 (www.viamedica-stiftung.de/fileadmin/user_upload/Materialien/kliniker-2020_prospekt10_final.pdf)

¹⁶ Klinikenergie 2020 Viamedica, 2020 (www.viamedica-stiftung.de/fileadmin/user_upload/Materialien/kliniker-2020_prospekt10_final.pdf)

¹⁷ Klinikenergie 2020 Viamedica, 2020 (www.viamedica-stiftung.de/fileadmin/user_upload/Materialien/kliniker-2020_prospekt10_final.pdf)

¹⁸ CO₂ Online (www.co2online.de/energie-sparen/strom-sparen/strom-sparen-stromspartipps/stromverbrauch-bei-standby/)

¹⁹ Verbraucherzentrale (www.verbraucherzentrale.de/wissen/energie/strom-sparen/so-finden-sie-den-passenden-kuehlschrank-10573)



Fotoquelle: Shutterstock

Klima, Wärme und Heizung

Gemeinsam bis zu 8 Prozent des Energieverbrauchs reduzieren

Die richtige Raumtemperatur entscheidet über Wohlbefinden, Hygiene und in Krankenhäusern, Fachkliniken und Senioreneinrichtungen teilweise auch über die Einhaltung wichtiger technischer und/oder medizinischer Vorgaben.

Richtiges Heizen und Lüften sowie minimale Anpassungen in der Temperatur machen bereits einen großen Unterschied.

Schon eine Absenkung der Raumtemperatur um einen Grad Celsius spart 5 bis 6 Prozent Heizungsenergie ein.²⁰

Spartipps

- Ideale Raumtemperaturen erreichen Sie bei verstellbaren Thermostatventilen mit einer Einstellung zwischen Stufe 2 und 3.
- Drehen Sie bei längeren Abwesenheiten Thermostatventile auf die Stufe 1 zurück – z.B. in Diensträumen am Wochenende.
- Schließen Sie nach Möglichkeit am Abend in der kalten Jahreszeit Jalousien, Vorhänge und/oder Rollläden, damit die Wärme nicht entweicht. Im Sommer schützen Sie den Raum tagsüber vor den heißen Außentemperaturen und öffnen am frühen Morgen/Abend bzw. über Nacht Fenster und Türen.
- Lüften Sie richtig durch mehrmaliges vollständiges Öffnen der Fenster für jeweils 2–3 min. Fenster sollten nicht dauerhaft gekippt werden.
- Halten Sie Türen möglichst geschlossen, wenn in dem Raum geheizt oder die Klimaanlage verwendet wird.
- Stellen Sie während der Heizperiode nichts vor den Heizkörper.

Solltemperaturen für

Einrichtungsbereiche	Temperatur
Aufenthaltsbereiche und Büros	20 °C
Patientenzimmer	20 – 23 °C
Flure	15 °C
Bäder	20 – 23 °C

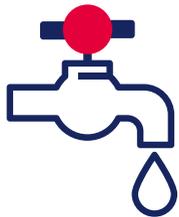
²⁰ Verbund (www.verbund.com/de-at/privatkunden/themenwelten/heizung/heizmythen)



Fotoquelle: Shutterstock

Wasser

Vereint bis zu 30 Prozent weniger Wasser verbrauchen



Krankenhäuser, Fach- und Rehabilitationskliniken haben einen hohen Wasserbedarf – so werden für ein Klinikbett in Deutschland pro Tag etwa 312 Liter Wasser benötigt (2,5 mal so viel wie der Durchschnittsverbrauch einer Privatperson).²¹ Der Verbrauch kann je nach Einrichtung und Ausstattung auch auf 600 Liter hochgehen.²²

Fließendes Wasser ist in unseren Breitengraden eine Selbstverständlichkeit. Doch bleibt es gerade in Zeiten zunehmender Naturkatastrophen und Extrem-Wetterlagen eine kostbare Ressource, die es im Sinne der Umwelt zu schützen gilt.

²¹ Gutachten Deutsche Krankenhausgesellschaft/Deutsches Krankenhausinstitut, 2022.
²² Ärzteblatt (www.aerzteblatt.de/archiv/212983/Green-Hospitals-Klimaschutz-im-Krankenhaus)

Spartipps

- Verkürzen Sie Duschzeiten und duschen Sie nur lauwarm. Stellen Sie das Wasser während des Einseifens aus.
- Säubern Sie Obst und Gemüse in einer Schale Wasser statt unter dem fließenden Wasserhahn.
- Stellen Sie den Wasserhahn am Waschbecken während des Zähneputzens, Rasierens, Waschens, Einseifens etc. aus.
- Nutzen Sie wenn möglich die Sparspültaste an der Toilettenspülung.
- Melden Sie dauerhaft rinnende Toilettenspülungen und tropfende Wasserhähne dem technischen Dienst.
- Spülen Sie Geschirr (z.B. in der Mitarbeiterküche) nicht vor und stellen Sie die Geschirrspülmaschine erst an, wenn diese gefüllt ist.
- Wenden Sie nach Möglichkeit Wasser- und Stromsparende Eco-Programme bei Geschirrspülmaschinen an.

²³ Gutachten Deutsche Krankenhausgesellschaft/Deutsches Krankenhausinstitut, 2022.

Besondere Tipps für die Haustechnik

Sparautomatiken: Sparspülautomatiken von WCs, Urinalen und Waschbecken sparen aktiv Wasser. So kann eine Einrichtung mit 800 Betten pro Jahr schätzungsweise **bis zu 19.000 Kubikmeter Wasser einsparen.**²³

Entkalken: Regelmäßiges Entkalken von Gerätschaften spart Strom, erhöht die Effizienz sowie die Wasserqualität.

Energiesparende Armaturen: Thermostatarmaturen sorgen schnell für die gewünschte Wassertemperatur, ohne dass viel Wasser für das richtige Einstellen verbraucht wird.

Thermostatprüfung: Eine Überprüfung der Boiler-Thermostate stellt sicher, dass alles effizient läuft.

Leitungsspülung: Professionell durchgeführte Leitungsspülungen entkalken Rohre schonend, sorgen für mehr Effizienz und beugen Schäden vor. Das spart langfristig auch Unterhaltskosten.



Fotoquelle: Shutterstock

Papier

Papierverbrauch gemeinsam um 5 Prozent reduzieren

Deutschland gehört seit Jahren zu den Spitzenreitern im weltweiten Papierverbrauch.

Bundesweit wurden 2019 insgesamt 19 Millionen Tonnen Papier verbraucht. Das entspricht einem Pro-Kopf-Verbrauch von 227 kg pro Person.²⁴

Verpackungsmaterialien, Hygienepapiere und bürokratische Unterlagen spielen auch in Kranken- und Seniorenhäusern, Fach- und Rehabilitationskliniken eine große Rolle.

Eine Reduktion des Papierverbrauchs ist gut für das Klima, schützt Wälder und senkt gleichzeitig Anschaffungs- und Entsorgungskosten – Gelder, die an anderer Stelle wiederum sinnvoll eingesetzt werden können.

²⁴ NABU (www.nabu.de/umwelt-und-ressourcen/ressourcenschonung/papier/30377.html)

Spartipps

- Drucken Sie nur notwendige Unterlagen und Texte aus.
- Drucken Sie nach Möglichkeit beidseitig.
- Wenn Sie größere Mengen drucken sollen, z. B. für Handzettel, versuchen Sie die Anzahl möglichst bedarfsgerecht zu wählen und drucken Sie lieber zu einem späteren Zeitpunkt weitere Exemplare, als einen großen Überschuss zu produzieren.
- Überschüssige oder nicht mehr benötigte Ausdrucke können teilweise noch als Notizzettel und Konzeptpapier verwendet werden.

²⁵ Planet-Wissen (www.planet-wissen.de/technik/werkstoffe/papier/papier-holz-rohstoffe-100.html)

Besondere Tipps für den Einkauf

Recyclingpapier: Schaffen Sie Recyclingpapier an – das spart in der Herstellung im Vergleich zu Frischfaserpapier bis zu 70 Prozent Wasser und 60 Prozent Energie.²⁵

Papierdicke: Sparen Sie in der Papierdicke (z. B. 65 Gramm statt 80 Gramm).

Zertifizierungen: Achten Sie bei der Auswahl des Papiers darauf, dass dieses möglichst fair/umweltschonend hergestellt wurde, bzw. dass der Papierhersteller Mitglied in Organisationen ist, die für eine nachhaltige Papierwirtschaft eintreten. Logos wie das „FSC-Logo“ oder das Umweltzeichen „Blauer Engel“ stehen beispielsweise für anerkannte Umweltstandards.

Sammelbestellungen: Warten Sie nach Möglichkeit mit Bestellungen, bis Sie mehrere Aufträge zusammen haben, um Verpackungsmaterial zu sparen und Versandaufwand zu reduzieren.



Fotoquelle: Shutterstock

Müll

Zusammen den Müllverbrauch reduzieren und Abfälle richtig trennen

Krankenhäuser, Fach- und Rehakliniken sind große Müllproduzenten. **Jede Einrichtung produziert im Schnitt 7 bis 8 Tonnen Abfall am Tag.**²⁶ Das macht sich auch in den Entsorgungskosten bemerkbar.

Weniger Müll und eine richtige Mülltrennung machen einen wesentlichen Unterschied für die Umwelt und sparen gleichzeitig Kosten ein. Abfälle, die ganz vermieden werden können, etwa durch wiederverwendbare Produkte statt Einweg-Materialien senken Neuproduktionen und schonen auf diese Weise Ressourcen.

²⁶ Abfallmanager-Medizin.de (www.abfallmanager-medizin.de/themen/krankenhausabfaelle-abfaelle-aus-der-humanmedizinischen-oder-tieraerztlichen-versorgung/)

Spartipps

- Beachten Sie die Mülltrennung.
- Verwenden Sie nach Möglichkeit wiederverwendbare Produkte, wie z. B. Gläser statt Plastikbecher.
- Versuchen Sie Müll, wo es geht zu reduzieren, beispielsweise durch den Einsatz von wiederverwendbaren Essenscontainern statt Frischhalte- oder Aluminiumfolie.

Besondere Tipps für den Einkauf

Alternativen zu Papiertüchern: An manchen Stellen ist der Einsatz von Stofftüchern statt Papierkrepp möglich, beispielsweise in einigen Behandlungsräumen. Das kann den Papierverbrauch deutlich reduzieren.

Lufttrockner können auf Toiletten Papiertücher zum Abtrocknen der Hände ersetzen.

Mehrweg statt Einweg: Die Bereitstellung von Gläsern in Stationsküchen und Konferenzräumen spart Einwegbecher und reduziert damit Plastik- und Papiermüll.

Ermitteln Sie Ihren persönlichen CO₂-Ausstoß über den WWF-Klimarechner



www.wwf.de/themen-projekte/klima-energie/wwf-klimarechner



Fotoquelle: Shutterstock

Speisen und Getränke

Es ist wichtig, sich bewusst zu machen, dass auch unsere täglich konsumierten Nahrungsmittel zur Umweltbelastung beitragen. Neben direkten Effekten, wie beispielsweise der Müllreduktion durch verpackungsfreies Obst und Gemüse, spielt auch der CO₂-Abdruck und die Herstellung der Nahrungsmittel eine Rolle. Fair hergestellte Produkte können beispielsweise die Einhaltung sozialer und/oder ökologischer Rahmenbedingungen gewährleisten und tragen somit zum Wohl unseres Planeten bei.

Tipps für Kaffee und Tee

- Sparen Sie bei Milchprodukten.
- Reduzieren Sie Ihren Kaffee- und Tee-Konsum der Umwelt zuliebe. Der Anbau der Pflanzen benötigt viel Wasser, jede Tasse weniger spart also aktiv Ressourcen.

Besondere Tipps für den Einkauf

Nachhaltige Ressourcen: Vermeiden Sie Kaffee kapseln oder verwenden Sie solche aus biologisch abbaubarem Kunststoff. Das spart nicht nur Müll, sondern in der Regel auch Geld, denn Produkte wie ganze Bohnen, Filterkaffee und Pads sind meist wesentlich günstiger in der Anschaffung.

Bio-Qualität: Kaufen Sie nach Möglichkeit Bio-Kaffee und -Tee ein, da diese Produkte in der Regel umweltfreundlicher hergestellt werden.

Beispiel

Tierische Milch hat mit Abstand den größten ökologischen Fußabdruck – das gilt sowohl für die CO₂-Emissionen, den Wasserverbrauch und die Wasserbelastung als auch die benötigte Landfläche.

Treibhausgas-Belastung pro Liter²⁷



²⁷ Clime.de (www.clime.de/post/4-grunde-warum-du-deinen-nachsten-latte-machiato-lieber-mit-pflanzlicher-milch-trinken-solltest)

Tipps für Wasser

- Sofern es die Wasserqualität in Ihrer Einrichtung zulässt, ist ein Glas Leitungswasser die umwelt-schonendste Variante, sich mit dem kühlen Nass zu versorgen. Dieses Wasser kann auch mit Kohlensäure versetzt werden.
- Trinken Sie alternativ Wasser aus regionalen Quellen und achten Sie darauf, dass dabei möglichst wenig Müll entsteht – etwa durch wiederverwertbare Behälter und Mehrwegkästen.

Besondere Tipps für den Einkauf

Trinkoasen: Ist die Wasserqualität ausreichend, kann mit der Installation von Zapfsäulen/Trinkoasen gespart und zugleich die Umwelt entlastet werden. Hier wird das Leitungswasser durch Filter aufbereitet und anschließend still ausgegeben oder mit Kohlensäure versetzt.

Tipps für Lebensmittel

- Reduzieren Sie nach Möglichkeit Ihren Fleischkonsum. Fleisch hat einen großen ökologischen Fußabdruck und ist daher umweltschädlicher als viele pflanzliche Lebensmittel. Das gilt meist auch für andere tierische Produkte, wie etwa Butter oder Käse.
- Verwenden Sie für Ihre mitgebrachten Mahlzeiten am besten regionale und/oder Bio-Produkte.
- Kaufen Sie saisonale Produkte ein, ist die Wahrscheinlichkeit höher, dass für die Erzeugung weniger Energie verwendet wurde, als beispielsweise für ein Obst oder Gemüse, das außerhalb der Saison im Treibhaus gezogen wird.
- Achten Sie darauf, möglichst verpackungsfreie Lebensmittel einzukaufen, um Müll zu reduzieren.

Besondere Tipps für den Einkauf

Regionales und Saisonales: Achten Sie beim Einkauf auf möglichst regionale und saisonale Produkte.

Bio-Qualität: Kaufen Sie wenn möglich Bio-Produkte ein. Stellen Sie auch vegetarische Essenoptionen zur Verfügung, da diese meist klimaschonender sind als tierische Produkte.

Weniger Verpackungen: Verpackungsarme Produkte sparen Ressourcen in der Umwelt und reduzieren den Müll in Ihrer Einrichtung. Kaufen Sie möglichst bedarfsgerecht ein, um unnötige Lebensmittelverschwendung zu vermeiden.

So umweltschädlich sind tierische Produkte (in CO₂-Äquivalenten)²⁸

1 kg Butter - 23,8 kg

1 kg Rindfleisch - 13,3 kg

1 kg Käse - 8,5 kg

1 kg Sahne - 7,6 kg

²⁸ Stiftung Ökotest (www.oekotest.de/essen-trinken/Rindfleisch-nur-auf-Platz-2-Diese-Lebensmittel-sind-die-schlimmsten-Klimakiller-_600836_1.html)



Fotoquelle: Shutterstock

Mobilität

Vereint für den Klimaschutz.

Der Verkehrssektor ist für 20 Prozent des CO₂ Ausstoßes in Deutschland verantwortlich und damit der drittgrößte Verursacher von Treibhausgasemissionen nach der Energiewirtschaft und der Industrie. 61 Prozent der Verkehrsemissionen entfallen auf PKW.²⁹ Jeder Umstieg auf eine umweltschonendere Alternative, wie öffentliche Verkehrsmittel oder das Fahrrad, trägt unmittelbar zum Klimaschutz bei. Aber nicht nur auf dem Weg zur Arbeit, auch vor Ort kann jeder einzelne Entscheidungen treffen, die einen Unterschied machen.

²⁹ Bundesregierung.de (www.bundesregierung.de/breg-de/themen/klimaschutz/klimaschonender-verkehr-1794672)

Spartipps

- Steigen Sie auf öffentliche Verkehrsmittel um oder nutzen Sie beispielsweise das Fahrrad bzw. E-Bike – das tut auch der Fitness gut.
- In der Einrichtung können Sie hin und wieder statt des Aufzugs die Treppen nutzen – das spart Strom und kommt Ihrer Fitness zugute.
- Wenn Sie mit dem PKW anreisen, bilden Sie Fahrgemeinschaften. Das entlastet gleichzeitig das Portemonnaie und vereinfacht die zumeist angespannte Parkplatzsuche.
- Machen Sie schon bei der Fahrrad-Challenge der Johanniter mit? Jeder Kilometer zählt.
move.akijo.de/johanniter-gmbh



Fotoquelle: Johanniter

Umsteigen und CO₂-Sparen

Bei 40 km und einem durchschnittlichen Benzin-Verbrauch von 7,4 l/100 km spart man bei 220 Arbeitstagen 1,5 Tonnen CO₂ und 8.800 Fahrzeugkilometer (entspricht ca. 651,2 Liter Benzin).³⁰

Tipp
Ermitteln Sie Ihr individuelles Einsparpotential unter:
www.adfc-bw.de/radzuarbeit/einspar-rechner/



³⁰ ADFC (www.adfc-bw.de/radzuarbeit/einspar-rechner/)



Fotoquelle: Johanniter

Ihre Tipps für noch mehr Einsparpotentiale

Gemeinsam setzen wir uns für die Umwelt ein. Sie sind gefragt: Haben Sie weitere Ideen, wie man Energie und Ressourcen sparen kann? Gibt es bestimmte Projekte, auf die Sie Ihre Einrichtungsleitung aufmerksam machen möchten? Dann schreiben Sie uns unter:

www.johanniter-gmbh.de/energiespartipps



Ihre Ansprechpartner

Gabriele Thurn

Nachhaltigkeitsmanagerin Johanniter GmbH
Johanniter GmbH
Finckensteinallee 111
12205 Berlin

Dienstszitz Bonn:
Sträßchensweg 16
53113 Bonn

E-Mail: gabriele.thurn@johanniter-gmbh.de
Tel.: 0151 22516734



Fotoquelle: Johanniter

Oliver Teßmer

Niederlassungsleitung Regionalzentrum Ost
Johanniter Seniorenhäuser GmbH
Bismarckstraße 38/39
39576 Stendal

E-Mail: oliver.tessmer@jose.johanniter.de
Tel.: 03931 218612



Fotoquelle: Johanniter

Informationen zur Nachhaltigkeit finden Sie auch unter:
www.johanniter-gmbh.de/energiesparen





JOHANNITER

Aus Liebe zum Leben

Impressum:

Herausgeber/für den Inhalt verantwortlich:

Geschäftsführung der Johanniter GmbH

Frank Böker

12205 Berlin, Finckensteinallee 111

Redaktion: Gabi Thurn, Regina Doerr, Europressedienst

Telefon: 030 2309970-0

E-Mail: info@johanniter-gmbh.de

Fotoquelle S.1: Shutterstock

Oktober 2022