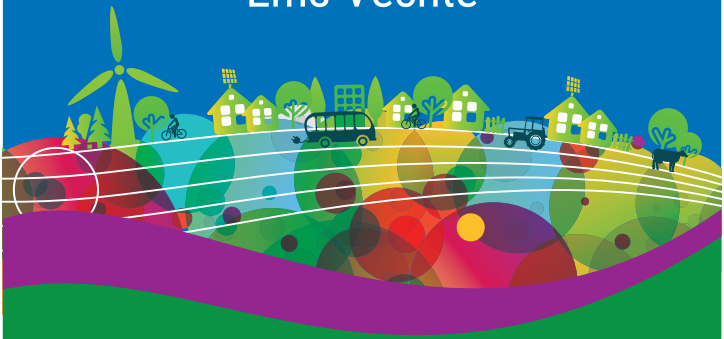
Emsland

die grafschaft
Klimaschutzmanagement

Klima Sparbuch

Ems-Vechte



- **Klimatipps** für den ökofairen Alltag
- **Attraktive Gutscheine** zum Ausprobieren
- **Ganz einfach** Energiesparen

Für blühende Partnerschaften.

Nachhaltigkeit, intelligente Netze, smarte Innovationen – worum auch immer es geht, wir sind an Ihrer Seite als verlässlicher Partner in der Region.
Mit Mut, Leidenschaft und Visionen.



westenergie

westenergie.de

Klima Sparbuch

Ems-Vechte



Herausgegeben vom Landkreis Emsland in Kooperation mit dem Landkreis Grafschaft Bentheim und dem oekom e. V.

Inhalt

Kleine Taten – große Wirkung! 3

Grußwort 4

Klimaschutz in den Landkreisen 6

Die Grüne Hausnummer 8

Ehrenamt trifft Klimaschutz: KlikKS 9

Klimaschutz vor Ort 12

Ökologischer Fuß- und Handabdruck 14

Klimatipps

Gesünder essen und genießen 16

Bewusster leben und konsumieren 34

Nachhaltig unterwegs sein 46

Umweltfreundlich wohnen und bauen 58

Klimagutscheine 84

Kleine Taten – große Wirkung!

Was wir essen, was wir kaufen, wie wir uns fortbewegen, wie wir wohnen – viele alltägliche Entscheidungen haben Einfluss auf die Menge der klimawirksamen Emissionen, die in die Atmosphäre gelangen. Klimaschutz beginnt also dort, wo wir leben, arbeiten und unsere Freizeit gestalten.

Was Sie konkret tun können, verraten Ihnen unsere Klimatipps. Dabei zeigen Ihnen unsere Infokästen, welche Menge klimaschädlicher Emissionen Sie jeweils vermeiden können. Oft geht damit auch ein finanzieller Vorteil einher. Sofern dieser ermittelt werden konnte, werden Sie auch darüber informiert.

Die Angaben sind als Näherung zu verstehen – sie basieren in den meisten Fällen auf Durchschnittswerten. Die Infokästen sollen Ihnen deutlich machen, wo und in welchem Umfang Sie in Ihrem Alltag wirkungsvoll aktiv werden können. Als aufmerksame Konsument*innen werden Sie auf interessante Fakten stoßen und vermutlich das eine oder andere Aha-Erlebnis haben.



Grußwort



Marc-André Burgdorf
Landkreis Emsland



Uwe Fietzek
Landkreis Grafschaft Bentheim

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

unbestritten nehmen Extremwetterereignisse zu und kommen immer näher: ob Dürreperioden mit Hitzerekorden oder extreme Unwetter mit Starkregenereignissen und Tornadogefahren – was vor Jahren noch weit weg schien, ist mittlerweile in Deutschland und damit auch in unserer Region angekommen.

Umso wichtiger und drängender wird damit das Thema des Klimaschutzes. Viele Maßnahmen zum Schutz des Klimas wurden in den vergangenen Jahren bereits im Emsland und der Grafschaft Bentheim umgesetzt, ob von privater Seite, durch die heimische Wirtschaft oder die kommunalen Gebietskörperschaften.

Trotzdem gibt es noch viel zu tun!

Daher und weil Klimaschutz nicht an Kreisgrenzen halt macht, präsentieren wir erstmals das Klimasparbuch Ems-Vechte als Fortschreibung des bereits seit Jahren etablierten Klimasparbuchs Emsland.

Das neue Büchlein enthält zum einen viele Anregungen und Tipps für Klimaschutz im Alltag und zum anderen zahlreiche Gutscheine aus beiden Landkreisen für klimafreundliche Produkte und Dienstleistungen regionaler Anbieter. Allen Gutscheinpartnern möchten wir herzlich für ihr Engagement danken, gehen sie doch als gute Beispiele voran.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß mit dem neuen Ratgeber und beim Einlösen der Gutscheine. Denn Klimaschutz rechnet sich!

Ihre Landräte



Marc-André Burgdorf
Landkreis Emsland



Uwe Fietzek
Landkreis Grafschaft Bentheim

Klimaschutz in den Landkreisen



Aktiv für den Klimaschutz

Die Landkreise Emsland und Grafschaft Bentheim sind schon lange aktiv im Klimaschutz. Beim Ausbau von erneuerbaren Energien – also Windkraft, Photovoltaik und Biomasse – liegen sie weit über dem Bundesdurchschnitt. Damit leistet die Region einen erheblichen Beitrag zur Reduzierung der Treibhausgasemissionen.

Aber auch darüber hinaus ist die Region sehr aktiv. Klimafreundliche Mobilität wird beispielsweise immer wichtiger. Deswegen findet man in beiden Landkreisen ein großflächiges Angebot zum Carsharing, die Radverkehrsinfrastruktur wird weiter optimiert und der ÖPNV gestärkt. Kampagnen, wie das Stadtradeln oder Elektromobilitätstage, stärken das Bewusstsein für klimafreundliche Angebote.

Bürger*innen profitieren von den Klimaschutzaktivitäten auf verschiedenen Wegen. Sie können zum Beispiel die Kurse zur Umweltbildung der Volkshochschulen besuchen oder die Beratungsangebote für Bürger*innen und Unternehmen nutzen. Dazu zählen die stationäre Beratung der Verbraucherzentrale, die Kampagne »clever heizen«, der »Solar-Check« oder die Aktion »Gut Beraten: Energiesparen«. Die Beratungsangebote werden in Zusammenarbeit mit der Klimaschutz- und Energieagentur Niedersachsen (KEAN) und der Verbraucherzentrale angeboten. Außerdem werden regelmäßig »Grüne Hausnummern« an private Bauherren verliehen, die besonders energieeffizient gebaut oder saniert haben.

Weitere Informationen zum Klimaschutz der Landkreise sind hier zu finden:

Grafschaft Bentheim: klimaschutz.grafschaft-bentheim.de

Landkreis Emsland: klimaschutz-emsland.de

Energieeffizienzagentur Emsland: eea-emsland.de

Die Grüne Hausnummer

Auszeichnung für Energieeffizienz

Die Grüne Hausnummer ist eine Auszeichnung der Klimaschutz- und Energieagentur Niedersachsen (KEAN) und ihrer regionalen und kommunalen Partner. Sie zeichnet Gebäudeeigentümer*innen aus, die besonders energieeffizient gebaut oder saniert haben und honoriert damit ihren Einsatz für den Klimaschutz. Das Einsparpotenzial durch Sanierung der Gebäudehülle und -technik ist in privaten Haushalten sehr groß, da dort rund 84 Prozent des Energiebedarfs für Heizung und Warmwasser benötigt werden.

Hauseigentümer*innen, die ihren Neubau mindestens als Effizienzhaus 40 fertiggestellt oder ihren Altbau energieeffizient saniert haben, können sich in den teilnehmenden Landkreisen und Städten mit der Grünen Hausnummer auszeichnen lassen.

Sie können als Vorbild dienen und zum Handeln motivieren, denn gute Beispiele regen zum Nachahmen an. Sie machen Lust darauf, das eigene Heim zu modernisieren und fit für die Zukunft zu machen.



Ehrenamt trifft Klimaschutz: KlikKS



Das Projekt KlikKS

Viele Kommunen in den Landkreisen Emsland und Grafschaft Bentheim engagieren sich bereits sehr aktiv für den Klimaschutz. Das reicht von Klimaschutzmanager*innen, die sich um Klimaschutzbelange in den Städten und Regionen kümmern, über die Umsetzung von Energieeffizienzmaßnahmen in den öffentlichen Liegenschaften durch das kommunale Energiemanagement bis hin zum Engagement von Vertreter*innen aus der Politik, die ganz konkrete Maßnahmen zur Klimafolgenanpassung in ihren Kommunen umsetzen.

In kleineren Gemeinden und Dörfern fehlen allerdings oft die finanziellen und personellen Mittel, um einen eigenen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten. Genau hier setzt das Projekt »KlikKS – Klimaschutz in kleinen Kommunen und Stadtteilen durch ehrenamtliche Klimaschutzpat:innen« an. Mehr dazu erfahren Sie auf den nächsten Seiten.

Interview mit Kai Wittke von der Klimaschutz- und Energieagentur Niedersachsen



Herr Wittke, können Sie das Projekt »KlikKS– Klimaschutz trifft Ehrenamt« näher beschreiben?
Ja, sehr gerne! Im Privaten ist es einfach, etwas für den Klimaschutz zu tun. Wir können selbst entscheiden, wie wir uns ernähren oder wie wir umweltfreundlich von A nach B kommen. Schwieriger ist es, wenn man in der Gemeinde vor Ort etwas verändern möchte. Finanzierung, Ratsbeschlüsse, politische Entscheidungen, Mitstreiter*innen finden – für all das muss eine Lösung gefunden werden. Das Projekt »KlikKS – Klimaschutz trifft Ehrenamt« setzt genau dort an. Interessent*innen werden zu ehrenamtlichen Klimaschutzpat*innen geschult, damit sie Projekte für den Klimaschutz vor Ort umsetzen können. Dabei erhalten sie Unterstützung aus der Kommune und natürlich auch von der Klimaschutz- und Energieagentur Niedersachsen.

Was genau ist Ihre Aufgabe dabei?
Als Regionalmanager stelle ich den Kontakt zwischen Kommune und Ehrenamtlichen her und helfe dabei, Möglichkeiten vor Ort zu finden. Des Weiteren unterstütze ich auch bei der Projektumsetzung, sei es bei der Findung von Finanzierungsmöglichkeiten als auch bei der Werbung für das Projekt.

Was kann alles umgesetzt werden?
Umgesetzt werden kann alles, was gut fürs Klima ist! Von Workshops und Informationsveranstaltungen zum Energiesparen über Photovoltaikanlagen bis zum Einsatz öffentlicher Lastenräder ist vieles denkbar. Die Klimaschutzpat*innen können dabei selbst entscheiden, wie viel Zeit und Aufwand sie in das Projekt investieren.

Hintergrund

Das Projekt wird seit März 2022 in acht Bundesländern umgesetzt. In Niedersachsen wird KlikKS von der Klimaschutz- und Energieagentur Niedersachsen (KEAN) koordiniert. In enger Zusammenarbeit mit den Landkreisen unterstützt die KEAN zum einen Ehrenamtliche durch Schulungen, Fördermittelberatung und Vernetzung, zum anderen aber auch die Kommunen bei der Suche nach Pat*innen. Alle, die gerne einen Beitrag zum Klimaschutz bei sich vor Ort leisten möchten, etwas Zeit mitbringen und andere für den kommunalen Klimaschutz begeistern möchten, können sich gerne melden bei:

Kai Wittke
Regionalmanager Klimaschutz in kleinen Kommunen (EL/GB)
0511 89703942
kai.wittke@klimaschutz-niedersachsen.de
Förderkennzeichen: 67KF0172H
klimaschutz-niedersachsen.de/klikks

Gefördert durch:

Bundesministerium
für Wirtschaft
und Klimaschutz

NATIONALE
KLIMASCHUTZ
INITIATIVE

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Klimaschutz vor Ort

Wo fangen Sie an?

Vor Ort können auch kleine Klimaschutzmaßnahmen große Wirkung haben. Deswegen braucht es kein großes Budget oder Personal, um aktiv zu werden.

Es gibt viele Initiativen, denen man sich anschließen kann. Wie wäre es beispielsweise mit einer Blühpatenschaft über die Vereinigung des Emsländischen Landvolks e. V. (VEL)?

Um nachhaltige Mobilität erlebbar zu machen, bieten die Kreisverbände des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC) regelmäßig geführte Radtouren an, denen man sich gerne sowohl in der Grafschaft als auch im Emsland anschließen kann.





Viele Möglichkeiten

Klimaschutz und Ernährung lassen sich einfach durch den Kauf regionaler und saisonaler Lebensmittel kombinieren. Diese finden Sie zum Beispiel auf den Wochenmärkten oder im Hofladen. Um Mitstreiter*innen zu gewinnen und für den Wert von Lebensmitteln zu sensibilisieren, bietet sich die Errichtung eines »Fairteilers« an, über den noch haltbare Lebensmittel weitergegeben werden können.

Durch die Mitarbeit in einem Repair Café oder im Makerspace können Sie anderen helfen, ihr Konsumverhalten zu überdenken und einzelnen Geräten neues Leben einhauchen. Das bringt nicht nur dem Klima was, sondern auch Ihnen: Sie knüpfen neue Kontakte vor Ort. Um die eigenen vier Wände nachhaltig zu gestalten, lohnt es sich, Möbel und Dekoration Second Hand zu kaufen oder aber beim Neukauf auf nachhaltige Rohstoffe wie Holz zurückgreifen.

Über Naturschutzvereine wie den NABU und den BUND oder die Naturschutzstiftungen der Landkreise gibt es Anregungen für einen naturgerechten Garten! Sie sehen, es gibt viele Möglichkeiten, für den Klimaschutz aktiv zu werden! Wo fangen Sie an?

Der ökologische Fußabdruck



Der ökologische Fußabdruck ist eine Möglichkeit, das eigene Verhalten im Lebensumfeld (Ernährung, Mobilität, Wohnen, etc.) zu bewerten. Er sollte stets so klein wie möglich sein. Ein Beispiel: Der Anbau von Getreide für mein Müsli benötigt Anbaufläche. Diese sollte aber die zur Verfügung stehenden Ressourcen nicht übersteigen. Müsli ist natürlich nicht das Einzige, das ich esse und so kommen mit anderen Lebensbereichen (Auto, Handy, etc.) eine beträchtliche Fläche und viele Ressourcen zusammen, die ich für meinen Lebensstil benötige. Durch diesen Konsum leben wir generell über unsere Verhältnisse. Das zeigt jedes Jahr der Earth Overshoot Day – der »Erdüberlastungstag«: Das ist der Tag, an dem unsere Ressourcen, die uns für ein Jahr zu Verfügung stehen, aufgebraucht sind. Dieser Tag rückt jedes Jahr weiter nach vorne. 2022 war er z. B. am 27. Juli.

Unter fussabdruck.de kann man seinen eigenen Fußabdruck berechnen.

Ökologischer Handabdruck

Am Beispiel des Getreides für das Müsli lässt sich auch der ökologische Handabdruck gut erklären. Er steht für mein persönliches Engagement: Was kann ich hier aktiv für das Klima tun, statt nur auf die Größe der Anbaufläche zu achten? Beim Anbau kann man z. B. die Humusbildung, mikrobielle Aktivität und die Biodiversität fördern – das geht z. B. durch die Praktiken der ökologischen Landwirtschaft. Der ökologische Handabdruck könnte so in Zukunft die Nachhaltigkeitsleistungen eines Produktes transparenter machen. Weitere Informationen finden Sie unter handabdruck.org.







Gesünder essen und genießen

Werden Sie mit unseren Anregungen zum Klimagourmet und lassen Sie sich überraschen, wie einfach, vielfältig und genussreich eine klimaschonende Ernährung sein kann. Lebensmittel aus regionaler und biologischer Erzeugung gibt es zum Glück beinahe an jeder Ecke.

USCHI UND WOLFGANG VOX

von Tafel Nordhorn e. V.



Was bedeutet gesünder essen und genießen für Sie?
Für uns bedeutet das, ausgewogen, möglichst regional, viel Obst und Gemüse und wenig Fertigprodukte zu essen.

Wie achten Sie im Alltag auf Klimaschutz?
Wir bemühen uns, Energie zu sparen, Müll zu vermeiden und bei Käufen auf Nachhaltigkeit zu achten.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?
Wir wünschen uns, dass weniger Lebensmittel weggeworfen werden.

Nordhorn Nachhaltig

Der Nordhorn Nachhaltig e. V. hat es sich zum Ziel gesetzt, in Nordhorn und Umland die Menschen zur aktiven Gestaltung, zum Handeln und zum Umdenken im Sinne des Klima- und Umweltschutzes anzuregen. Dazu gehören Aktionen, wie die Einführung von Refill in Nordhorn, die Bepflanzung und Pflege von Streuobstwiesen oder Aktivitäten zur Müllvermeidung und -reduktion, wie die Boomerang Bags. nordhorn-nachhaltig.com

Hin und weg mit Mehrwegbecher

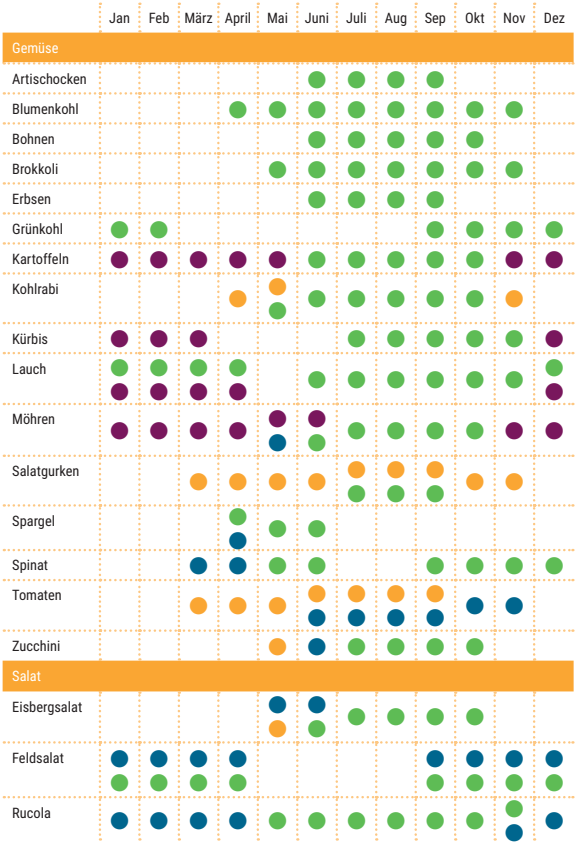
Schnell mal einen Kaffee zum Mitnehmen kaufen – das machen laut Deutscher Umwelthilfe (DUH) rund 320.000 Menschen in Deutschland, und das pro Stunde. Nach nur einer Benutzung landet der Becher im Müll. Doch die Pappbecher lassen sich nicht recyceln, da die Pappe mit einer dünnen, nicht abzutrennenden Plastikschicht überzogen ist.

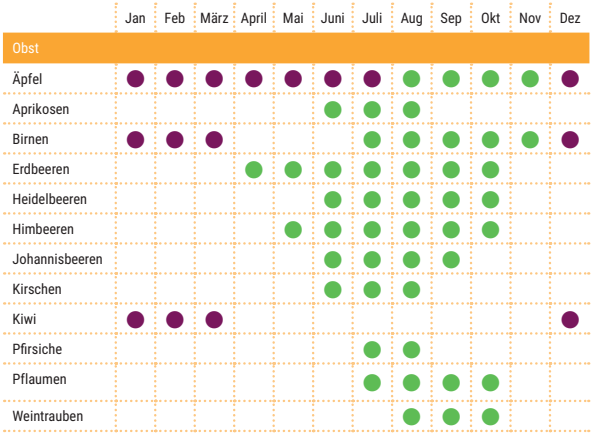
Zum Glück gibt es Alternativen: Mehrwegbecher in allen möglichen Farben und Formen. In vielen Cafés bekommen Sie sogar mindestens zehn Cent Becherbonus, wenn Sie Ihren eigenen Becher mitbringen.

In der Grafschaft Bentheim gibt es den Mehrwegbecher »FairCup« beispielsweise bereits an den gewerblich berufsbildenden Schulen. Die Einführung des ReCup-Bechers ist in beiden Landkreisen vielerorts in Planung.



Saisonkalender





● Freilandanbau ● Geschützter Anbau (Vlies, Folientunnel)
● Gewächshausware (teilw. geheizt) ● Lagerware (teilw. gekühlt)

Frische Lebensmittel von ganz nah

Frische Lebensmittel wie Obst, Gemüse, Fleisch oder Eier finden Sie natürlich immer auch dort, wo sie ursprünglich herkommen. Nämlich bei den Landwirt*innen, Erzeuger*innen und Direktvermarkter*innen in Ihrer Nachbarschaft. Adressen für regionale Produkte aus dem Emsland finden Sie unter emsland.com, Suche »Hofläden« und unter grafschaft-bentheim-tourismus.de, Suche »Hofläden«.

Alles zu seiner Zeit

Ein umweltverträglicher Einkauf kann viele Facetten haben: Bio, saisonal, regional – doch wo anfangen? Mit Obst und Gemüse der Saison, das aus der Region kommt, tun Sie schon sehr viel für das Klima. Zusätzlich auf Bio-Qualität zu achten, verstärkt den Effekt positiv. Auch exotische Früchte dürfen mal dabei sein: Achten Sie bei importierten Lebensmitteln einfach stärker auf Bio-Qualität. Und setzen Sie insbesondere bei Kirschen und Erdbeeren auf die aromatischen heimischen Exemplare während der Saison, statt im Winter nach Überseeware zu greifen. Denn, was vor Ort wächst, schmeckt auch viel besser, da es frischer bei Ihnen ankommt. Zudem wird der CO_2-Ausstoß gesenkt, da regionales Obst und Gemüse nicht energieaufwendig in beheizten Gewächshäusern angebaut oder lange Zeit in Kühlhäusern gelagert wird und weite Transportwege hat. Wenn Sie diese drei Schritte gehen, verbessern Sie die Klimabilanz Ihrer Lebensmittel schon ganz erheblich.



BEISPIEL:

Obst und Gemüse zur Saison spart jährlich:

30 kg CO_2



Wochenmärkte mit Lebensmitteln aus der Region gibt es u. a. hier:

Bad Bentheim:	Rathausplatz, Fr 14 bis 18 Uhr
Haren (Ems):	Alter Markt, Fr 8 bis 14 Uhr
Haselünne:	Marktplatz, Do 7 bis 13 Uhr
Lathen:	Marktplatz, Mi 8 bis 12 Uhr
Lingen:	Am Markt, Mi u. Sa 7.30 bis 13 Uhr
Meppen:	Fußgängerzone Markt, Di und Sa 8 bis 13 Uhr
Nordhorn:	Marktplatz, Mi u. Sa 7 (Sommer) bzw. 8 (Winter) Uhr bis 12.30 Uhr
Papenburg:	Hauptkanal rechts, Fr 7 bis 13 Uhr
Schüttorf:	Markt, Sa 8 bis 12 Uhr
Sögel:	Marktplatz, Fr 7.30 bis 17 Uhr
Uelsen:	Am Markt, Do 14 bis 18 Uhr
Walchum:	Einkaufszentrum »Am Wald«, Mi 8 bis 12 Uhr
Werlte:	Marktplatz, Do 9 bis 12 Uhr

Jedem Topf seinen Deckel

Nicht nur was, sondern auch wie Sie kochen, beeinflusst Ihre Klimabilanz. Mit Topf- und Pfannendeckel brauchen Sie bis zu zwei Drittel weniger Energie. Sterneköche schwören darauf: Garen statt Kochen erhält viele wertvolle Vitamine und Mineralstoffe, da das Gemüse schonender zubereitet wird. Das spart zugleich Energie und ist damit klimafreundlicher. Kartoffeln können beispielsweise in einem Topf mit Deckel in heißem Dampf gegart werden, ein Glas Wasser reicht aus. Auch mit einem Schnellkochtopf können Sie Energie sparen!



Tierisch nachhaltig

Milchkaffee, ein gekochtes Ei und ein Brot mit Butter und Honig: Wie Sie Ihr Frühstück auch mit tierischen Produkten klimafreundlicher genießen können, sehen Sie hier:

- Mit dem Kauf von regionalen Bio-Eiern stärken Sie die lokale Landwirtschaft und reduzieren Ihren CO_2-Fußabdruck.
- Milchprodukte mit dem Naturland Fair-Siegel garantieren neben einer umweltschonenden Landwirtschaft und artgerechten Tierhaltung die faire Bezahlung der Milchbauern, sodass diese nachhaltig produzieren können (naturland.de). Auch die beiden Anbauverbände Demeter und Bioland stehen für hohen Umwelt- und Tierschutz und übertreffen aufgrund ihrer strikteren Auflagen für die Produkterzeugung und -verarbeitung das EU-Bio-Siegel.
- Und aufs Brot streichen Sie am besten regionalen Honig vom Deutschen Imkerbund. Denn Honig wirkt antiallergen – vorausgesetzt, er ist naturbelassen und wurde während der Blütezeit der allergieauslösenden Pflanzen gesammelt.



Die liebe Fleischeslust

Früher kam der Sonntagsbraten als Besonderheit auf den Tisch. Heute essen wir fast täglich Fleisch – aus Gewohnheit und weil es so billig ist. Das Motto müsste »Klasse statt Masse« lauten, also weniger und hochwertigeres Fleisch aus artgerechter Haltung, am besten mit Bio-Siegel. Verzichten Sie vor allem auf Billigfleisch aus dem Discounter! Kaufen Sie stattdessen Fleisch- und Wurstwaren aus Ihrer Region, z. B. direkt bei den tierhaltenden Betrieben sowie auf Wochenmärkten.

Wollen Sie die vielfältige und leckere vegetarische oder vegane Küche kennenlernen? Dann schauen Sie doch mal bei den Volkshochschulen und nach Kochkursen in Ihrer Nähe. Denn:

Je weniger tierische Produkte Sie zu sich nehmen, desto geringer sind Ihre Emissionen*:

Verbrauch von CO_2 bei Ernährung im Vergleich

- **Fleischesser*in:** 1.950 kg CO_2 pro Jahr
- **Flexitarier*in:** 1.480 kg CO_2 pro Jahr
- **Vegetarier*in:** 1.160 kg CO_2 pro Jahr
- **Veganer*in:** 940 kg CO_2 pro Jahr

* Berechnet mit Werten aus dem CO_2-Rechner des Umweltbundesamtes für eine durchschnittliche Person, die sich vorwiegend von regionalen, saisonalen und Bio-Produkten ernährt.

Butter bei die Fische

Fisch ist ein gesunder Bestandteil unseres Speiseplans. Beim Einkauf sollte man unbedingt darauf achten, dass der Fisch aus nachhaltigem Fang stammt und die Art nicht bedroht ist. Welchen Fisch Sie guten Gewissens essen können, erfahren Sie u. a. in dem Ratgeber von WWF (fischratgeber.wwf.de). Der Marine Stewardship Council (MSC) mit dem gleichnamigen Siegel (siehe unten) setzt sich für nachhaltige Fischerei ein. Und Vorsicht: Nicht alle Siegel, die sich als umweltschonend und fischfreundlich ausgeben, sind auch wirklich ökologisch nachhaltig. Informieren Sie sich und hinterfragen Sie die Vergabekriterien! Eine Alternative zum Wildfang sind Fische aus Bio-Aquakulturen. Hier sind vor allem Naturland und Bioland Vorreiter für ökologischen und nachhaltigen Fisch. Der Aquaculture Stewardship Council (ASC) mit dem dazugehörigen Siegel setzt sich für umweltgerechte Akquakulturen ein. Eine wirkliche Alternative sind in Deutschland Süßwasserfische aus der Region. Die kurzen Transportwege sprechen für sich. In der Öko-Bilanz ist ein Karpfen oder eine Forelle deshalb unschlagbar im Vergleich zu Meeresfisch!



Einmal ohne, bitte!

Eigene Behälter für den Einkauf mitbringen – was früher im Krämerladen ganz normal war, ist heutzutage eher unüblich. Doch wir sollten der Umwelt zuliebe unnötigen Müll vermeiden. Packen Sie also am besten einen eigenen Beutel für den Bäcker oder eine Dose für die Frischetheke ein. Im Supermarkt sollten Sie zu Gemüse und Obst ohne Plastikverpackung greifen. Immer mehr Trockenwaren, wie Linsen oder Reis werden im Supermarkt oder kleineren (Hof-)Läden jetzt auch im 500-Gramm-Joghurtglas angeboten. Dieses kann leer ganz einfach wieder dem Pfandsystem zugeführt werden.

Unverpackte Lebensmittel und vieles mehr finden Sie im Landkreis Emsland in Lingen im »Lingen Unverpackt« in der Kirchstr. 2 (lingen-unverpackt.de). In Papenburg gibt es seit 2022 Unverpacktes im Laden »Deine Hofkiste« am Hauptkanal Rechts 90 (instagram.com/deinehofkiste). Beide finden Sie im Gutscheinteil dieses Buches. Im Dorfladen in Renkenberge, der im Sommer 2021 eröffnet hat, wurde ein »Unverpackt«-Bereich eingerichtet. Dort werden Lebensmittel wie Mehl, Reis, Nudeln und Müsli in Glasspendern angeboten.

Teilhabe und Nachhaltigkeit verbinden, das ist das Konzept der Krämerei (S. 91). In der Innenstadt von Meppen an der Nikolaus-Augustin-Straße gibt es seit 2022 einen Laden mit einem großen Unverpackt-Sortiment sowie regionalen, fair gehandelten und Bio-Produkten und einem kleinen Café-Bereich. krämerei.de

Bio-Kiste – bequem, frisch und regional

Sie haben keine Zeit für den Besuch eines Wochenmarkts oder Hofladens? Dann ist eine Bio-Kiste genau das Richtige für Sie. Diese kommt direkt zu Ihnen nach Hause und ist nach Ihren Wünschen befüllt. Bestellen können Sie per Internet oder Telefon. Diese Lieferdienste liefern im Emsland sowie der Grafschaft Bentheim und versorgen Sie u.a. mit frischem Gemüse und Obst aus der Region: biobote-emsland.de, kornblume-shop.de, oekohofkiste.de. Testen Sie die Biokiste mit dem Gutschein auf S. 101.

Die Ökomodellregion Hasetal

Die Ökomodellregion setzt sich für ein Netzwerk zur ökologischen und damit nachhaltigeren Landwirtschaft im Hasetal ein. Sie möchte dabei sowohl mit verschiedenen Veranstaltungen und Angeboten Bürger*innen für das Thema sensibilisieren als auch Landwirt*innen, z. B. in Bezug auf den Umstellungsprozess zur ökologischen Landwirtschaft, weiterbilden. oekomodellregion-hasetal.de





Streuobstwiesen

Streuobstwiesen gehören zu den artenreichsten von Menschenhand gemachten Lebensräumen. Einst gab es sie fast in jedem Dorf für die Versorgung der Bewohner*innen mit Obst. Das Schöne ist: Auf Streuobstwiesen gehen Klima- und Naturschutz Hand-in-Hand. Denn neben der Funktion der Wiese und der Bäume als effektive Kohlenstoffspeicher bieten die strukturreichen Streuobstbestände vielen, teilweise bedrohten Pflanzen- und Tierarten einen wertvollen Lebensraum. Neuanlagen erreichen erst nach mehreren Jahrzehnten den ökologischen Wert alter Bestände. Umso wichtiger ist es, diese zu erhalten.

Der Streuobstwiesen-Bündnis Niedersachsen e. V. setzt sich z. B. für den Erhalt und Schutz der Wiesen ein. Es bietet Information und Beratung bei Fragen rund um Streuobstwiesen, sei es Apfelsortenbestimmung, Fördermaßnahmen oder Fachwissen. streuobstwiesen-buendnis-niedersachsen.de

Im Emsland gibt es über die Untere Naturschutzbehörde im Rahmen des Förderprogramms »Streuobst(wiesen)« eine Förderung, z. B. für Pflanzungen und Pflegemaßnahmen.

Gratis-Früchte frisch vom Baum

Wen die Lust auf frisches Obst packt, wirft am besten einen Blick auf die Internetseite mundraub.org. Hier sind zahlreiche Bäume und Sträucher in ganz Deutschland verzeichnet, deren Früchte ganz legal gepflückt werden dürfen. Und wenn Sie selbst wissen, wo etwas Essbares auf öffentlichem Grund wächst, dann können Sie Ihre Erntequelle durch einen Eintrag auf der Internetseite mit anderen teilen. In Nordhorn gibt es einige Streuobstwiesen mit Äpfeln, Pflaumen, Birnen und Kirschen, die von Bürger*innen geerntet werden dürfen. Die Stadt bietet eine Karte und sogar eine Fahrradroute. nordhorn.de, Suche »Streuobst«

Flattert ein gelbes Band auf der Streuobstwiese, in Obstalleen und Gärten oder an Sträuchern, signalisiert es, dass dort gratis und ohne Rücksprache mit den Eigentümer*innen für den Eigenbedarf geerntet werden darf. Wichtig ist dabei, auf die Natur und das Eigentum Rücksicht zu nehmen. Obstbaumeigentümer*innen (inkl. Gemeinden und Vereine) aus Niedersachsen können sich beim Zentrum für Ernährung und Hauswirtschaft Niedersachsen (ZEHN) zu der Aktion anmelden und Bänder sowie weitere Materialien erhalten. zehn-niedersachsen.de/gelbesband



Lebensmittel retten – Teilen statt Tonne

Sie möchten in den Urlaub fahren und Ihr Kühlschrank ist noch voll? Bieten Sie die Lebensmittel doch Nachbar*innen, Freund*innen und Bekannten an. Eine weitere Möglichkeit, Lebensmittel vor der Tonne zu retten, ist die Initiative »Foodsharing«. Überschüssige Lebensmittel können online auf foodsharing.de kostenlos zur Abholung eingestellt werden. Alternativ stehen mancherorts sogenannte FairTeiler zur Verfügung – im Emsland z. B. in der Burgstraße am Pfarrzentrum in Lingen (Ems) oder am Campus Lingen. Hat man etwas übrig, stellt man es in diese öffentlichen Regale und Kühlschränke und nimmt sich mit, was man verzehren kann.

Die »Tafeln« im Emsland und der Grafschaft Bentheim sammeln überschüssige Lebensmittel ein und verteilen diese gegen Spenden an Menschen mit geringem Einkommen. Tafeln gibt es z. B. in Bad Bentheim, Emlichheim, Haren (Ems), Haselünne, Lingen (Ems), Meppen, Nordhorn oder in Papenburg. Über 50 Unternehmen aus der Region machen sich außerdem gegen Lebensmittelverschwendung stark und bei »Too Good To Go« mit. Über die App können sie sich anmelden und überschüssige Lebensmittel für wenig Geld anbieten. In vielen Geschäften, wie z. B. auch bei »Deine Hofkiste« in Papenburg (Gutschein auf S. 93), gibt es sogenannte Rettertüten mit »reifen« Lebensmitteln – natürlich vergünstigt.





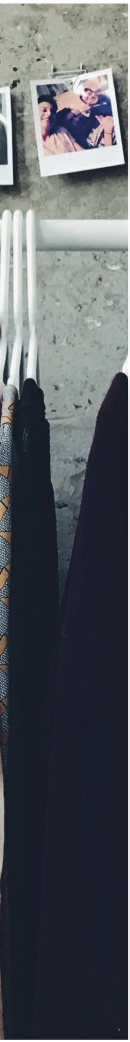
Milch – frisch gezapft

In Deutschland trinkt man durchschnittlich 50 Liter Milch pro Jahr. Umso wichtiger ist es, sich für faire und biologisch produzierte Milch zu entscheiden. Bio-Milch von Bio-Anbauverbänden wie Demeter, Naturland oder Bioland garantieren nicht nur einen höheren und somit faireren Milchpreis für die Bauern, sondern stehen auch für artgerechte Tierhaltung und Nachhaltigkeit.

Am frischsten ist die Milch jedoch vom Bauernhof. An sogenannten Milchautomaten können Sie frische Milch vom Hof zapfen, in die dort oft zur Verfügung gestellten Glasflaschen oder eigene Behälter. Milchtankstellen gibt es z. B. in Nordhorn (Wietmarscher Str. 67), in Gölenkamp (Hauptstr. 12), in Lingen (Diekstr. 145) oder in Meppen (Am Emsufer 21–19).

Weitere Milchtankstellen sind auf einer interaktiven Karte unter milchautomaten-direktvermarkter.de verzeichnet.





Bewusster leben und konsumieren

T-Shirt, Handy, Taschentücher: Wenn auf jedem Produkt zu lesen wäre, wie es entstanden ist, würden wir manches nicht mehr kaufen wollen. Zum Glück gibt es auch Alternativen: fair für die Menschen, die sie hergestellt haben, gesund für uns als Konsument*innen und schonend für die Umwelt.

ANDREA SCHMEES

von der Fairtrade Town Lathen



Was bedeutet bewusster Konsum für Sie?
Bewusster Konsum bedeutet für mich, dass ich regionale, saisonale und fair gehandelte Produkte kaufe.

Wie achten Sie im Alltag auf Klimaschutz?
Ich fahre so oft wie möglich mit dem Rad zur Arbeit. In meinem Garten habe ich mehrere Obstbäume, deren Obst ich im Sommer/Herbst ernte. Wenn ich unterwegs bin, nutze ich Mehrwegflaschen. Es sind viele kleine Dinge, die einen Schritt zum Klimaschutz beitragen.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?
Ich wünsche mir, dass das Bewusstsein und die Wertschätzung für regionale, saisonale und fair gehandelte Produkte steigen. Weiterhin wünsche ich mir, dass der »Fahrrad-Boom« anhält, so dass über die Wahl des Verkehrsmittels nachgedacht wird (zu Fuß, Rad, Bahn, …).

Echt fair!

Kaffee, Schokolade, Kleidung und viele andere Produkte werden oft unter ausbeuterischen Arbeitsbedingungen angebaut. Wenn Sie Waren aus Fairem Handel kaufen, setzen Sie sich für die Menschen ein, die diese Dinge produzieren. Weltläden oder fair gehandelte Produkte finden Sie im Emsland u. a. in Sögel, Lingen, Meppen, auf dem Lathener Wochenmarkt sowie in vielen katholischen und evangelischen Kirchengemeinden und Einrichtungen. In der Grafschaft gibt es in Nordhorn und in Schüttorf einen Weltladen sowie in Veldhausen und Wilsum.

Das Fairtrade-Siegel, das Naturland Fair-Siegel sowie das Label fair-for-life garantieren im Lebensmittelbereich menschenwürdige Produktionsstandards. Bei Kleidung achten Sie z. B. auf das Siegel der Fair Wear Foundation oder das GOTS-Zertifikat.

In der Grafschaft Bentheim und im Emsland gibt es einige Fairtrade-Städte und -Gemeinden, u. a. Nordhorn, Bad Bentheim, Schüttorf, Meppen und Lingen. Weitere finden Sie unter fairtrade-towns.de.



Das Smartphone, ein Weltbürger!

Das Mobiltelefon ist ein Weltbürger, wenn es um die Herstellungsorte seiner Bestandteile geht. In den kleinen Geräten stecken unzählige Seltene Erden und Metalle wie Coltan und Europium sowie weitere wertvolle Rohstoffe, wie z. B. Gold, Silber und Kupfer. Diese werden meist unter ausbeuterischen Bedingungen abgebaut, manchmal sogar von Kindern. Der Erlös des Metallabbaus finanziert zudem nicht selten Bürgerkriege. Grund genug, sein Mobiltelefon möglichst lange zu nutzen oder gebraucht zu kaufen.

Eine Alternative sind Smartphones, die unter möglichst fairen und nachhaltigen Bedingungen hergestellt werden, beispielsweise das Fairphone (fairphone.com), das Shiftphone (shiftphones.com) oder das Rephone (myrephone.com).

Außerdem ist es sinnvoll, am Ende die wertvollen Rohstoffe zu recyceln. Besuchen Sie dazu die nächstgelegene Sammelstelle, z. B. die NABU-Regionalgeschäftsstelle in der Haselünner Str. 15 in Meppen zu den Öffnungszeiten, den Wertstoffhof in Ihrer Nähe oder bestellen Sie unter nabu-shop.de eine Sammelbox und initiieren Sie selbst eine Sammelaktion – z. B. für Ihre Arbeitsstelle oder Straße!



BEISPIEL:

Handy vier statt nur zwei Jahre nutzen durch Refurbishing (Überholung eines Geräts) spart:

85 kg CO_2



… die sonst für die Herstellung eines neuen Smartphones verbraucht werden. Beim Refurbishment werden weniger als **0,2 kg CO_2** verursacht.



Anders Wirtschaften

Was passiert eigentlich mit meinem Geld, nachdem ich es bei der Bank geparkt habe? Klar, die Bank investiert es. Nur in was, das bleibt meist im Dunkeln. Wenn Sie Geld in Aktien, Fonds, in Renten- oder Lebensversicherungen investieren, können Sie damit ungewollt menschenunwürdige und umweltschädliche Entwicklungen unterstützen. Nicht so bei Banken, die nach ökologischen und ethischen Kriterien arbeiten, wie z.B. die GLS Bank, Ethikbank, Triodos, Umweltbank, oder Bürgerenergiegenossenschaften. Bei Ihren regionalen Sparkassen Emsland und Grafschaft Bentheim zu Nordhorn (sparkasse.de/mehralsgeld) können Sie sich beraten lassen und nachhaltig investieren mit den Anlagestrategien von Deka Investments wie auch über die regionalen Volksbanken mit deren Partner Union Investment. Alles rund um die ethisch-ökologische Geldanlage finden Sie unter geld-bewegt.de.

Erst denken, dann kaufen!

Klimafreundlich leben und konsumieren – das klingt erst einmal wie ein Gegensatz. Muss es aber nicht sein, denn mit der richtigen Herangehensweise ist Konsum mit einer nachhaltigen Lebensweise vereinbar.

Am wichtigsten ist dabei Folgendes: Nutzen und verbrauchen Sie immer zuerst, was Sie bereits haben. Idealerweise besteht Konsum nur zu einem kleinen Teil darin, Neuanschaffungen zu tätigen. Nahrungsmittel können selbst gemacht und Gebrauchsgegenstände geliehen werden. Kaputtes können Sie oft reparieren, statt es zu ersetzen. Upcycling und Umfunktionieren wird so zu einem Abenteuer, das Sie dem Klima zuliebe wagen sollten. Werden Sie kreativ!



Und wenn hin und wieder doch eine Neuanschaffung nötig ist, achten Sie auf Langlebigkeit, Regionalität und eine faire sowie ökologische Produktion. So schonen Sie nicht nur das Klima, sondern haben auch lange Freude daran.

Als Orientierung dient die Konsumpyramide, die von unten nach oben anzeigt, welche Formen des Konsums zu bevorzugen sind.

Grüne Podcasts

Fairquatscht
Einen kritischen Einblick in unterschiedlichste Bereiche bietet Marisa Beckert. Pro Folge beleuchtet sie mit Fachleuten ausführlich ein Thema: von Konsumverhalten und Fairem Handel über Goldgewinnung zur urbanen Landwirtschaft. Hier erfährt jede*r etwas Neues.

1,5 Grad
Die Klimaaktivistin und Mitorganisatorin der Fridays-for-Future-Bewegung Luisa Neubauer ergründet in diesem Podcast Fragen rund um die globale Klimakrise. Hierzu besucht sie Orte, an denen die Auswirkungen dieser bereits zu spüren sind und spricht mit Menschen, deren Handeln und Wissen grundlegend zur Bekämpfung der Krise beitragen.

GRÜNLAND
Der Podcast von und mit LandIDEE sucht noch Stammgäste, die mit Ihnen gemeinsam die Welt durch kleine Änderungen im Alltag ein ganzes Stück besser und nachhaltiger machen.

#SheDrivesMobility
Der Podcast widmet sich dem Mobilitätswandel und den Möglichkeiten, wie wir zu einer freien und selbstbestimmten Mobilität finden können.

Edition Zukunft
Über das Leben und die Welt von morgen: Künstliche Intelligenz, Robotik, Klimawandel, kulturelle und gesellschaftliche Veränderungen, Gentechnologie, Ernährung, Geopolitik und vieles mehr.

Diese Podcasts gibt es überall dort, wo es Podcasts gibt!

Reparieren statt wegwerfen

Wissen Sie eigentlich, wie ein Rührgerät von innen aussieht? Wie ein Schaltkreis funktioniert? Und wie das kaputte Waffeleisen wieder duftende Waffeln bäckt? Indem wir Dinge reparieren, lernen wir sie wertzuschätzen und sparen Geld sowie Rohstoffe für Neuanschaffungen. Fachkundige Anleitung bei Kaffee oder Tee gibt's in sogenannten Repair-Cafés. Das macht nicht nur Spaß und bringt vielleicht interessante Kontakte, man lernt auch neue Fertigkeiten im Umgang mit Werkzeugen und Maschinen. Und das Beste daran: Die Umwelt freut sich, da die reparierten Produkte so nicht weggeworfen und neu gekauft werden, sondern noch einige Jahre einsatzbereit bleiben. Ein Repair-Café findet alle sechs Wochen im Selbsthilfe- und Freiwilligenzentrum in der Bahnhofstr. 2 in Meppen statt. Mit einer E-Mail an kontakt@freiwilligenzentrum-meppen.de erhalten Sie weitere Informationen. In Bad Bentheim-Gildehaus gibt es das Repair-Café Gildehaus, das zwei Mal im Monat ein Repair-Café veranstaltet. Infos und Termine unter reparaturcafe-gildehaus.de.

Das Nordhorner Repair-Café findet in der BBS Gesundheit und Soziales, Am Bölt 5, an jedem zweiten Samstag eines Monats von 10 bis 13 Uhr statt. Ein Projekt der Ems-Achse, der »Klüterraum« am Hauptkanal in Papenburg, bringt junge und ältere Menschen ebenso zusammen wie Tüftler*innen, die Spaß am Experimentieren und Ausprobieren haben. instagram.com/klueterraum

Über wertgarantie.de können Sie übrigens Ihre Gegenstände von Wert versichern und sich auch in Reparaturfällen unterstützen lassen.

BEISPIEL:

Pro Reparatur werden gespart:

24 kg CO_2

… die bei der Herstellung neuer Produkte entstehen würden.



ReUse, ReLove, UpCycle!

Schicke Taschen aus kaputten Fahrradschläuchen? Bequeme Jacken aus ausrangierten Fallschirmen? »Upcycling« heißt der neue Trend, kaputten oder nicht mehr gebrauchten Gegenständen neues Leben einzuhauchen. Auf Seiten wie upcycling-basteln.de finden Sie ganz einfache Anleitungen, die Ihnen zeigen, was Sie alles selbst herstellen können – aus Dingen, die Sie sonst wahrscheinlich wegwerfen würden. Und wenn Sie selbst gerade keine Idee für Ihr Schmuckstück haben, können Sie sich bei »Die Weissbinderei« in Meppen für einen Workshop anmelden. Hier finden Sie garantiert Anregungen, wie Sie z. B. ein Möbelstück upcyceln können. Upcycling und vieles mehr bietet auf Bestellung Lennard Oberhofer von »Cravtboard« aus Neuenhaus. die-weissbinderei.de, cravtboard.com



Natürlich schön

Die Auswahl an Naturkosmetik ist mittlerweile sehr groß. Der Begriff ist allerdings nicht geschützt und so ist Greenwashing mit grünen Pflänzchen auf der Verpackung weit verbreitet. Wer seiner Haut tatsächlich etwas Gutes tun und Erdöl oder Mikroplastik vermeiden möchte, sollte daher auf die Siegel achten.

BDIH
BDIH ist das weitreichendste Siegel der Naturkosmetik. Hier bestehen sowohl Produkt als auch Verpackung aus umwelt- und ressourcenschonenden, recycelbaren Materialien. Die Rohstoffe kommen überwiegend aus biologischem Anbau. Jegliche Erdölprodukte, Gentechnik, Farb- und Duftstoffe sowie Tierversuche sind verboten. Tierische Produkte wie Milch und Honig sind jedoch erlaubt.

Natrue
Hier werden nur natürliche, naturidentische und naturnahe Inhaltsstoffe (= Inhaltsstoffe, die nur durch physikalische Prozesse oder Fermentierung verändert werden) zugelassen. Tierversuche sind verboten, genauso wie synthetische Parfüms, Silikone, Parabene und Mikropartikel.

Einen Rabattgutschein auch für Naturkosmetik-Produkte finden Sie auf S. 105.

Grüne Jobs

Die Nachfrage nach Menschen, die sich beruflich mit nachhaltiger Entwicklung und Themen wie Klimaschutz und unternehmerischer Nachhaltigkeit auskennen, wächst. Jobs, Praktika oder auch Freiwilligendienste aus verschiedensten Bereichen wie Umweltbildung, Garten- und Landschaftsbau, Marketing, Vertrieb und Technik werden auf grünen Jobportalen angeboten. Wer seinen Berufsalltag einer sinnvollen Aufgabe widmen will, hat mittlerweile eine große Auswahl an Online-Jobportalen mit Bezug zur Nachhaltigkeit. Auch bei den Landkreisen Grafschaft Bentheim und Emsland gibt es Arbeitsstellen in diesem Bereich.

Wer sich für seinen aktuellen Job in Sachen Nachhaltigkeit weiterbilden möchte, kann das z. B. in der virtuellen Akademie Nachhaltigkeit (va-bne.de) der Uni Bremen tun. Weitere Informationen finden Sie unter utopia.de/ratgeber/nachhaltigkeit-weiterbildung.

Grüne Jobbörsen

- jobverde.de
- nachhaltigejobs.de
- greenjobs.de
- goodjobs.eu
- talents4good.org
- eejobs.de
- gruener-stellenmarkt.de

Mehr Jobbörsen z. B. unter
my-green-choice.de/gruene-nachhaltige-jobs.

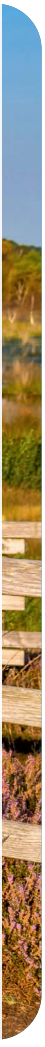
Einen »grünen« Job ausüben spart erheblich CO_2 ein, ist aber nicht messbar.





Nachhaltig unterwegs sein

Klimaschonend und trotzdem flexibel unterwegs sein, ist für Sie ein Gegensatz? Dann lassen Sie sich von unseren Tipps überraschen. Schnell und kostengünstig mobil sein, schließt klimabewusstes Verhalten nicht unbedingt aus. Sie können mit dem Fahrrad fahren, Ihr Auto teilen oder Ausflüge und Reisen in der Region unternehmen. Und jetzt rauf aufs Fahrrad gemäß dem Sinnspruch: Für den Klimaschutz müssen wir das Rad nicht neu erfinden, nur öfter nutzen!



THOMAS WITOLLA

vom ADFC Kreisverband Emsland



Was bedeutet nachhaltige Mobilität für Sie?
Ich ersetze mein Auto möglichst komplett durch das Fahrradfahren und den ÖPNV, vor allen Dingen für Kurzstrecken, außerdem vermeide ich Flugreisen und Reisen mit dem eigenen Pkw.

Wie achten Sie im Alltag auf Klimaschutz?
Mir ist das saisongerechte Einkaufen von heimischen Lebensmitteln und der Einsatz von regenerativen Energien sehr wichtig.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?
Ich wünsche mir die Einsicht bei vielen Mitmenschen, dass die Beachtung von Kreisläufen wichtig ist, Bescheidenheit Vorrang haben sollte und eine augenblickliche Kostenoptimierung nicht der Weisheit letzter Schluss ist.



BEISPIEL:

Carsharing nutzen statt eigenes Auto besitzen (bei 9.500 km im Jahr) spart:

280 kg CO_2

Teilen ist das neue Haben

Sie haben ein Auto, aber wenig Verwendung dafür? Dann teilen Sie es doch mit Menschen aus Ihrer Nachbarschaft. Das private Carsharing bringt zusätzliche Einnahmen und vielleicht sogar gute Gespräche. Musterverträge gibt es im Internet unter vcd.org. Oder stellen Sie Ihr Angebot bei drivy.de oder snappcar.de ein. Sie haben kein eigenes Auto, möchten aber ab und zu eines nutzen? Dann informieren Sie sich beim Grafschafter Carsharing, das an acht Standorten in der Grafschaft zum größten Teil E-Autos bereitstellt. grafschafter-carsharing.de

Carsharing Emsland unterhält 29 Elektroautos in 15 Städten und Gemeinden, von Rhede bis Salzbergen. Einen Gutschein für drei Carsharing-Schnuppermonate finden Sie auf S. 131.

Grüne Fitness

Ein weicher Waldboden schont beim Joggen die Kniegelenke und frische Luft stärkt das Immunsystem. Den Waldweg gibt's umsonst. Auch ein Trimm-dich-Pfad ist eine gute Möglichkeit, um unabhängig von Öffnungszeiten sportlich aktiv zu werden, z. B. der in Lingen im Kiesbergwald. Weitere Trimm-dich-Pfade in Ihrer Nähe finden Sie unter trimm-dich-pfad.com. Die Region bietet außerdem zahlreiche Sportmöglichkeiten, wie Wandern, Paddeln oder Radfahren und im Winter Langlauf. Wenn es das Fitness-Studio sein soll, dann wählen Sie am besten das nächstgelegene und fahren mit dem Fahrrad statt mit dem Auto hin. So sparen Sie sich gleich das Aufwärmen. Auch in einem der zahlreichen Sportvereine in Ihrer Nähe macht gemeinsame Bewegung besonders Spaß.



BEISPIEL:

Frischluftsport statt Fitnessstudio spart im Jahr (Heizung, Licht, High-Tech-Geräte):

170 kg CO_2

360 €



Es muss nicht immer das Auto sein …

Viele Wege lassen sich auch bequem mit dem Fahrrad erledigen. Damit tun Sie nicht nur etwas Gutes für sich selbst und Ihre Gesundheit, sondern auch für Ihre Umwelt. Durch weniger Autos auf den Straßen gibt es mehr Platz zum Spielen und Entspannen, frischere Luft und mehr Sicherheit. Nicht zuletzt sparen Sie durch den Verzicht auf ein Auto auch bares Geld. Neben Fuß und Rad gibt es weitere umweltfreundliche Alternativen: z. B. durch privates Autoteilen, Bilden von Fahrgemeinschaften oder Nutzung von Carsharing (mehr auf S. 49), aber auch durch den sich stetig weiterentwickelnden ÖPNV.



Regionale Angebote rund ums Fahrrad – Fietsen ohne Grenzen

Mehrere Kommunen in der Grafschaft Bentheim und im Emsland tragen mittlerweile den Titel »Fahrradfreundliche Kommune«, z.B. die Städte Nordhorn und Lingen sowie der Landkreis Grafschaft Bentheim. Die Kreisverwaltungen der Landkreise Emsland und Grafschaft Bentheim wurden sogar mit Goldmedaillen zu »Fahrradfreundlichen Arbeitgebern« gekürt.

In Nordhorn ist der Radverkehrsanteil am Gesamtverkehrsaufkommen mit rund 40 Prozent sehr hoch und die Stadt Nordhorn setzt sich aktiv dafür ein, diesen Wert noch weiter zu steigern. Dabei setzt sie auf eine aktive Stadtentwicklung, auf ein ausgearbeitetes Radverkehrskonzept und auf Gemeinschaftsaktionen wie das jährliche Stadtradeln (Informieren Sie sich z. B. unter stadtradeln.de, ob auch Ihre Kommune teilnimmt.). Mehr Radverkehr bedeutet überall weniger Autos, weniger Lärm und Abgase und mehr Platz und Sicherheit für Mensch und Natur.

Das Radfahren ist generell für beide Landkreise von großer Bedeutung. Einheimische als auch Gäste schätzen die gut ausgebaute Radinfrastruktur mit Flachland-Garantie auf ihren Touren im deutsch-niederländischen Grenzgebiet. Der Emsland-Routenplaner unter emsland-routenplaner.de unterstützt Sie bei Ihren Tourenvorbereitungen, egal ob Tages- oder Mehrtagesradtour. Schöne Radtouren (und Wanderungen) in der Grafschaft finden Sie unter grafschaft-bentheim-tourismus.de. Wussten Sie das schon: Auf drei verschiedenen Strecken fährt ab März bis in den Herbst an Wochenenden sowie Feiertagen der Fietsenbus – ein Linienbus mit Fahrradanhänger. So können Sie Ihre Tour beliebig erweitern oder auch mal abkürzen. Stellen Sie Ihr Rad auf den Anhänger und



lösen eine normale Fahrkarte zu Ihrem nächsten Ziel. Die Fahrradmitnahme kostet im Fietsenbus nur 1,10 Euro (fietsenbus.de). Sie sind am Wochenende mit oder ohne Rad zwischen Rheine und Emden unterwegs? Dann ist vielleicht das Emsland-Touren-Ticket passend (westfalenbahn.de, Suchbegriff »Emsland-Touren-Ticket«)

Unter hasetal.de können Sie, egal ob einheimisch oder zu Gast, spannende Touren buchen, ganz nach dem Motto »die Heimat neu entdecken«. Gutscheine dazu finden Sie ab S. 123.

Interessante Fahrradtouren vom ADFC im Emsland und der Grafschaft finden Sie unter touren-termine.adfc.de.

Bei der Orientierung unterstützt Sie übrigens das Knotenpunktsystem. Ein Knotenpunkt ist ein Ort, an dem mehrere Fahrradwege aufeinandertreffen. Hier zeigen dann Karten, wo Sie sind und wie weit es in die verschiedenen Richtungen zu den nächsten Knotenpunkten ist.



Fahrrad mit Kofferraum

Ob beim Großeinkauf oder beim Ausflug mit Grill – manchmal reicht der Gepäckträger des Fahrrads einfach nicht aus. Für alle, die regelmäßig mit viel Gepäck unterwegs sind, könnte ein Lastenrad die Lösung sein. Die Auswahl an Modellen ist inzwischen groß: vom stabilen Dreirad bis zum sportlichen Zweirad. Mit einem Lastenrad profitieren Sie auf ganzer Linie: Im Vergleich zum Pkw ist die Anschaffung viel günstiger, Sie kommen schneller ans Ziel und brauchen keinen Parkplatz. Die Städte Lingen und Meppen fördern z. B. den Kauf eines privat genutzten Lastenfahrrads oder -pedelecs. Ein E-Lastenrad können Sie sich auch erstmal nur tageweise vom »fahRadVerleih Papenburg« ausleihen. jugendgaestehaus-johannesburg.de/fahrradverleih

Und Gewerbetreibende aufgepasst: Das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) fördert die Anschaffung von Lastenfahrrädern (Lastenpedelecs) und Lastenanhängern mit elektrischer Antriebsunterstützung für die gewerbliche Nutzung mit bis zu 2.500 Euro. Mehr erfahren Sie unter bafa.de > Energieeffizienz > E-Lastenfahrräder.

Stichwort E-Mobilität

Die Landkreise Emsland und Grafschaft Bentheim haben das Ziel, die Mobilität klimafreundlicher zu gestalten und die Verbreitung der Elektromobilität zu fördern und alltagstauglich zu machen. Daher haben beide Landkreise bereits frühzeitig u. a. Elektromobilitäts- und Ladesäulenkonzepte entwickelt und eigene Förderrichtlinien zum Ausbau von öffentlicher, halböffentlicher und privater Ladeinfrastruktur verabschiedet. Entsprechend kann mittlerweile an vielen Orten in der Region Strom getankt werden. Weitere Informationen finden Sie dazu u. a. unter emsland.de > Wirtschaft und Struktur und im Grafschafter Atlas (grafschafter-atlas.de).

Und natürlich setzen beide Landkreise auch bei Dienstfahrten verstärkt auf E-Mobilität: So werden mehr und mehr Fahrräder, Roller und Autos mit Elektroantrieb in die Fuhrparks der beiden Landkreise integriert, die den dort Beschäftigten zur Verfügung stehen. Und für die Bürger*innen stehen seit April 2021 erste E-Autos als Carsharing-Fahrzeuge zur Ausleihe bereit.



Grüne Ausflugsziele

Die Grafschafter Spurensuche
Die Grafschafter Spurensuche bietet mit 15 Rundwanderwegen sowie einem Fernwanderweg von Bad Bentheim bis in die Niederlande die Möglichkeit, die vielfältige Naturlandschaft der Region zu Fuß zu entdecken. Weitere Informationen unter grafschaft-bentheim-tourismus.de/radfahren-und-wandern/wandern.

Tierpark Nordhorn
Der Familienzoo im Grünen ist nicht nur eines der beliebtesten Ausflugsziele in der Grafschaft Bentheim. Der Zoo engagiert sich besonders stark im regionalen Natur- und Artenschutz und kümmert sich um mehr als 170 Hektar Naturschutzfläche. Einen Gutschein finden Sie auf S. 117. tierpark-nordhorn.de



Wandern in den Naturparks
Die Naturparks Moor-Veenland und Hümmling lassen sich auf sehr unterschiedliche Arten erleben und erkunden: Reizvolle Rad- und Wanderwege machen die spannende Geschichte der Landschaft und der Menschen erlebbar – Erlebnispfade und Museen erklären, was zu sehen ist. Mehr erfahren Sie unter naturpark-moor.eu, huemmling.de und emsland.com.

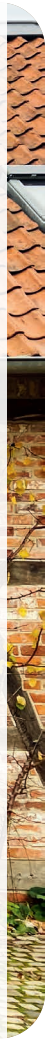
Moore – Stille Klimaretter
Faktoren, die den Klimawandel befeuern, sind in aller Munde. Weniger bekannt sind aber die stillen Klimahelfer, die dem Klimawandel entgegenwirken. In Wäldern etwa werden unzählige Tonnen CO_2 in Sauerstoff umgewandelt. Eine noch größere Bedeutung als Klimaretter haben Moore. Sie beherbergen an Land etwa 30 Prozent des gespeicherten CO_2 und gleichen so eine gewaltige Menge der weltweiten CO_2-Emissionen aus – doppelt so viel wie die Wälder.

Naturpark-Region »Moor ohne Grenzen«
Die Grenzregion im Dreieck zwischen den Landkreisen Emsland, Grafschaft Bentheim sowie der niederländischen Provinz Drenthe wird geprägt durch eine gemeinsame Entwicklungsgeschichte und nun auch gemeinsame Herausforderungen für die Zukunft. Der internationale Naturpark Bourtanger Moor-Veenland zeigt viele Seiten: Torfabbau und Landwirtschaft, kleine erhaltene Hochmoore und große renaturierte Flächen, auf denen sich die besondere Tier- und Pflanzenwelt der Moore langsam wieder einfindet. Im Emsland Moormuseum (siehe Gutscheinteil, S. 121) in Geeste/Groß Hesepe, einem der acht Informationszentren des Naturparks, können sich Besucher*innen anschaulich und umfassend über Moore und den früheren Torfabbau informieren. moormuseum.de, naturpark-moor.eu





Umwelt-freundlich wohnen & bauen



Wer auch daheim umweltfreundlich leben will, muss nicht frieren oder im Dunkeln sitzen. Auch in einem gemütlichen Zuhause kann z. B. durch richtiges Heizen, einen insektenfreundlichen Garten oder Balkon, energiesparende Geräte oder ordentliche Mülltrennung einiges fürs Klima getan werden. Weitere Ideen zum Klimaschutz in und mit den eigenen vier Wänden finden Sie auf den nächsten Seiten.

MARION LIS

aus dem Organisationsteam des NABU-Garten am Calvinhaus Lingen



Was bedeutet umweltfreundliches Bauen und Wohnen für Sie?
Für mich als ehrenamtliches NABU-Mitglied gehört zum umweltfreundlichen Bauen und Wohnen – neben der Nutzung von möglichst umweltfreundlichen Baumaterialien, guter Dämmung und Nutzung von regenerativer Energie beim Bau eines Gebäudes – auch die naturnahe Gestaltung der Außenfläche dazu: eine möglichst geringe Bodenversiegelung, Regenwassersammlung und eine Bepflanzung auf allen Ebenen.

Wie achten Sie im Alltag auf Klimaschutz?
Klimaschutz im Alltag ist für mich vor allem Ressourcenschonung. Da kommt am besten bei jeder denkbaren Möglichkeit das Fahrrad zum Einsatz oder ein Produkt mit unnötiger Verpackung bleibt im Regal liegen.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?
Ich möchte dazu beitragen, viele Menschen zu einer naturnahen und ressourcenschonenden Gestaltung ihres Umfelds zu inspirieren. Bei rund 17 Millionen Privatgärten (laut Umweltbundesamt) und dazu noch Klein- und Balkongärten und Firmengrundstücken würde dadurch ein phantastischer vernetzter Teppich aus grünen »Trittsteinen« für die Natur entstehen.

All-Inclusive für Insekten

Insekten sind für das Ökosystem der Erde enorm wichtig. Sie sind dafür zuständig, (Nutz-)Pflanzen zu bestäuben, Böden fruchtbar zu machen und sie stellen für andere Tierarten, wie Igel, Frösche, Eidechsen, Vögel oder Mäuse, eine wichtige Nahrungsquelle dar.

Durch ein Insektenhotel in Ihrem Garten oder auf Ihrem Balkon können Sie den Nützlingen ein Zuhause bieten. Insektenhotels können Sie kaufen oder – noch besser, weil es Spaß macht – selbst machen. Dafür eignen sich

- gekürzte Pflanzenstängel, die auf einer Seite zugestopft werden,
- Ziegel, wobei Lochziegel mit Schilfhalmen oder Stücken von Bambusstäben gefüllt werden sollten,
- Lehm, Ton sowie Holz, jeweils versehen mit Löchern.



Das Ganze kann, muss aber nicht, mit einem Holzrahmen und Dach abgeschlossen werden und sollte an einem sonnigen, vor Wind und Regen geschütztem Ort aufgehängt oder aufgestellt werden. Unter hasetal-leader.de/bluehstreifen/projekt-wildbienenhaeuser-im-hasetal.html finden Sie eine Anleitung zum Bauen eines Wildbienenhauses – nach dem Motto »Lasst uns handeln, bevor es still wird«.

Gartenglück

Noch frischer geht's nicht: direkt von der Pflanze in Ihren Mund. Wenn Sie Ihr Gemüse und Obst selbst anbauen, wissen Sie immer, unter welchen Bedingungen und mit welchen Mitteln es gewachsen ist. Das geht mit den meisten Pflanzen auf dem Balkon, im Hochbeet oder direkt im Garten. Tipps und Ideen für den eigenen Gemüseanbau auf dem Balkon gibt es unter utopia.de/galerien/urban-gardening-gemueseanbau-balkon.

Sie haben zu Hause keinen Platz? Im Rahmen des Blühpatenprojekts des Emsländischen Landvolks können Sie Pat*innen für Blühflächen werden, welche Landwirt*innen aus der Grafschaft und dem Emsland dann umsetzen. Wer und wo das in Ihrer Nähe ist, finden Sie unter blumen-patenschaft.de/flaechen heraus.



Unter dem Motto »Hasetal sät gut aus« hat das Blühstreifenmanagement des Zweckverbands Erholungsgebiet Hasetal (hasetal-leader.de/bluehstreifen.html) eine zertifizierte Saatgutmischung aus hochwertigen Samen heimischer Pflanzenarten in Fünf Gramm-Tüten verpackt.



Die Mischung, die speziell für die Region Hasetal angepasst ist, soll Bürger*innen für Blühstreifen sensibilisieren und auf dessen Nutzen aufmerksam machen. Für den eigenen Garten lässt sich damit ein aktiver Beitrag zur Förderung der Biodiversität und zum Artenschutz leisten.

Oder schließen Sie sich doch einem Gemeinschaftsgarten, einer Solidarischen Landwirtschaft oder einem Kleingartenverein an! In Nordhorn lädt der Gemeinschaftsgarten »Gartenfreu(n)de« mitten in der Stadt zum Gärtnern ein. Sie können z. B. eine Parzelle zwischen 10 und 40 Quadratmetern mieten und sich als Gärtner*in ausprobieren oder einfach an Gemeinschaftsaktionen teilnehmen. Träger ist der Tafel Nordhorn e. V. Informieren Sie sich unter gemeinschaftsgarten-nordhorn.de.

Wer gerne schöne Gärten besichtigt, kann an den »Offenen Gartentagen« der Gartenfreunde Grafschaft Bentheim und Emsland teilnehmen, bei denen Privatgärten ihre Pforten öffnen. Lassen Sie sich inspirieren! Mehr Infos unter gartenfreunde-grafschaftbentheim.de.



Gut gesammelt ist halb gedüngt

Bio-Müll macht rund 30 bis 40 Prozent unseres gesamten Abfalls aus. Aus diesem wird – sofern wir ihn separat entsorgen – in Kompostier- und Vergärungsanlagen Kompost oder Biogas. Gelangen organische Abfälle jedoch mit dem Restmüll auf eine Deponie, entsteht besonders klimaschädliches Methangas.

In der Regel kann die Bio-Tonne benutzt werden, dann wird aus deren Inhalt neue Erde hergestellt. Fragen Sie doch bei den Abfallwirtschaftsbetrieben in der Nähe nach Kompost (aus-biomuell-wird-kompost.de, awb.grafschaft-bentheim.de). Für diesen finden Sie auf S. 137 auch zwei Gutscheine. Wenn Sie Ihre Bio-Abfälle selbst kompostieren, entsteht wertvoller Humus, der hervorragend für den Gartenboden ist. Mit einer sogenannten Wurmkiste ist die Kompostierung selbst auf dem Balkon möglich (Anleitung zum Bauen unter wurmkiste.at) und dank der Bokashi-Eimer kommt der Kompost geruchsfrei sogar bis in die kleinste Wohnung (im Handel für 50 bis 70 Euro).

Mülltrennen für Profis

Trennen Sie Plastik, Papier und Biomüll? Dann tragen Sie aktiv dazu bei, dass wertvolle Stoffe recycelt werden. Weißblech und Plastik gelangen so wieder für die Herstellung neuer Produkte in den Kreislauf zurück, aus Ihrem Biomüll wird Kompost (siehe S.64) Doch Achtung: Verwenden Sie am besten altes Zeitungspapier oder Papiertüten statt »Bioplastik«-Tüten! Diese zersetzen sich viel langsamer als organischer Abfall. Besonders ressourcensparend und somit klimafreundlich ist übrigens das getrennte Sammeln von Altglas und Altpapier. Ein Kilo recyceltes Altglas entlastet das Klima wie der Verzicht auf circa 2,5 Kilometer Autofahrt. Bei Altpapier sind es sogar fast 4 Kilometer. Wenn Sie jedoch das Auto nehmen, um zum Wertstoffhof zu fahren, sind die Klima-Pluspunkte direkt wieder aufgebraucht! Um alte Farbreste, Spraydosen o. Ä. zu entsorgen, lesen Sie im Internet unter awb-emsland.de und awb-grafschaft.de nach, wann das Schadstoffmobil in der Nähe hält! Doch gilt wie immer: Der beste Müll ist der, der gar nicht erst entsteht!





Natürlich aufgemöbelt

Wenn eine Veränderung zu Hause ansteht, ist der Weg ins nächste Möbelhaus naheliegend. Doch oft gehen die Möbel schon beim ersten Aufbau kaputt oder sind mit Schadstoffen belastet. Mittlerweile gibt es jedoch Anbietende, die auf eine nachhaltige Produktion ihrer Möbel achten. Diese sind aus natürlichen Rohstoffen, die verantwortungsvoll gewonnen und verarbeitet werden. Kaufen Sie außerdem Produkte, die recycelbar oder biologisch abbaubar und mit kleinem Energie- und Wasseraufwand hergestellt sind.

Besonders langlebig sind Möbel aus Massivholz. Hier ist es wichtig, auf die Herkunft des Holzes zu achten: am besten aus Deutschland sowie Mittel- oder Südeuropa. Das FSC Siegel ist dabei auch ein guter Anhaltspunkt. Mehr ökologische Kriterien in Bezug auf Leime, Polster und Textilien sowie Holzbehandlung finden Sie auf oekocontrol-verband.de. Bei maßangefertigten Möbeln aus einer lokalen Schreinerei, z. B. der Tischlerei Stevens (siehe Gutscheinteil), erkundigen Sie sich einfach, woher das Holz stammt. Am besten natürlich aus Ihrer Region!



verbraucherzentrale

Energieberatung

KOSTENLOS PER TELEFON ODER ONLINE

verbraucherzentrale Niedersachsen

ENERGIEBERATUNG BEQUEM VON ZUHAUS

Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihre Energiefragen kostenlos online, per Video oder telefonisch zu klären. Gerne können Sie auch an einem unserer Online-Vorträge teilnehmen.

Gefördert durch:

Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Beratung unter 0800 – 809 802 400 oder www.verbraucherzentrale-energieberatung.de

Gute Beratung vor der Sanierung

Drei Viertel aller Häuser wurden vor 30 Jahren und früher gebaut. Wegen der damals niedrigen Energiekosten spielten Solaranlagen, alternative Heizsysteme und Wärmedämmung in der Bauplanung kaum eine Rolle. Heute ist das anders. Lassen Sie sich gut beraten!

Sie wohnen zur Miete, möchten die*den Eigentümer*in aber mal auf eine Sanierung ansprechen? Dann informieren Sie sich unter zukunft-zuhause.net über das Angebot »Zukunft zuhause – Nachhaltig sanieren« der Deutschen Bundestiftung Umwelt (DBU).

Einen Überblick zu Förderprogrammen und -möglichkeiten, differenziert nach Hauseigentümer*innen, Kommunen, Unternehmen und Bildungsträgern, gibt die Klimaschutz- und Energieagentur Niedersachsen (KEAN) auf ihrem Internet-Portal unter klimaschutz-niedersachsen.de > Förderprogramme.

Über eine energetische Sanierung nachzudenken, kann sich heute also richtig lohnen! Die Verbraucherzentrale Niedersachsen bietet eine stationäre Energieberatung, durchgeführt von der Energieeffizienzagentur Landkreis Emsland an.

Bei Johannes Lorenz, Tel. 05931 441940, E-Mail: johannes.lorenz@emsland.de, eea-emsland.de erhalten Sie weitere Informationen.

In Nordhorn wird im Stadthaus II nach telefonischer Vereinbarung (Tel. 05921 878502) ebenfalls eine stationäre Energieberatung der Verbraucherzentrale Niedersachsen angeboten.

Weitere Fördermöglichkeiten finden Sie auch unter kfw.de > Privatpersonen.

Bereits seit mehreren Jahren unterstützt der Landkreis Emsland die Aktion »Stromspar-Check« des Kooperationspartners REHOLAND aus Lingen (Ems) – eine gemeinsame Initiative vom Bundesverband der Energie- und Klimaschutzagenturen Deutschlands (eaD) und der Caritas Deutschland. Auch für die Grafschaft Bentheim führt REHOLAND die Stromspar-Checks durch. Einen passenden Gutschein finden Sie auf S. 141.

Grundsätzlich besteht auch die Möglichkeit, Energie-Messgeräte für eigene Messungen bei der Energieeffizienzagentur auszuleihen.

Umfassende Informationen zu Heizsystemen und zur Wärmepumpe (siehe auch S. 75) finden Sie unter klimaschutz-niedersachsen.de > Themen > Wärmepumpe.

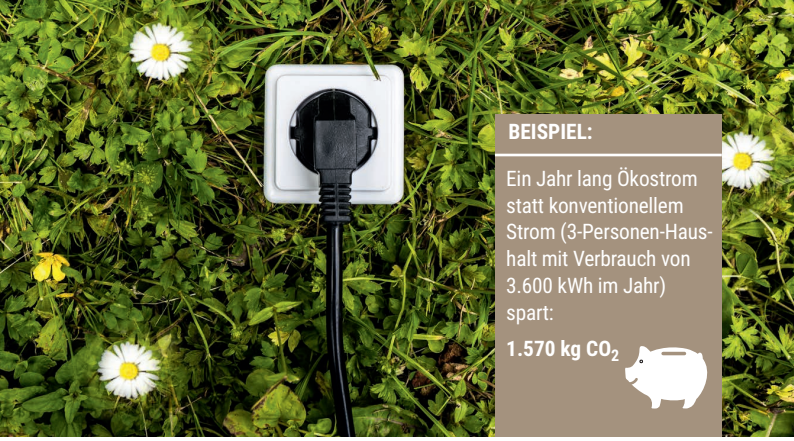


Wer bietet weniger?

Achten Sie beim Kauf von Elektrogeräten auf deren Stromverbrauch. Wer beim Kühlen und Gefrieren auf neue, hocheffiziente Technik setzt, kann im Vergleich zu älteren Geräten bis zu 60 Prozent der Stromkosten sparen. Ob Kühlschrank, Spül- oder Waschmaschine: Beim Kauf sollten Sie mindestens die Energie-Effizienzklasse B wählen. Anfang 2021 wurde die Skala zur Bewertung der Effizienz von Elektrogeräten aktualisiert, sodass die am besten ausgezeichneten Geräte ein A erhalten. So soll Herstellenden ein Anreiz für Innovationen gegeben werden. Hilfe bei der Auswahl finden Sie z. B. unter spargeraete.de.



Unter anderem auf der Homepage der Stadt Lingen (Ems) finden Sie außerdem die Broschüre »Besonders sparsame Haushaltsgeräte 2022«. lingen.de, Suche »besonders sparsam«. Passende Gutscheine finden Sie auf S. 139.



BEISPIEL:

Ein Jahr lang Ökostrom statt konventionellem Strom (3-Personen-Haushalt mit Verbrauch von 3.600 kWh im Jahr) spart:

1.570 kg CO_2

Grüne Energie aus der Steckdose

Der effektivste Weg, Ihre persönliche Klimabilanz gleich tonnenweise aufzubessern, ist einfach: Steigen Sie auf Ökostrom um. Strom aus regenerativen Quellen verursacht nahezu keine CO_2-Emissionen. Wechseln können Sie jederzeit.

Doch Ökostrom ist nicht gleich Ökostrom! Gütesiegel von unabhängigen Stellen bieten Orientierung. Mit der Zertifizierung von TÜV Nord, dem ok-power-Siegel und dem Grüner-Strom-Label werden nur Tarife ausgezeichnet, deren Strom zu 100 Prozent aus erneuerbaren Energien stammt und die nachweislich einen zusätzlichen Beitrag zur Energiewende leisten. Im Landkreis Emsland und der Grafschaft Bentheim bieten Ihnen z. B. diese Unternehmen Ökostrom aus regenerativen Quellen: Stadtwerke Lingen, SWSE, eon, EWE und nvb.

Trotzdem bleibt natürlich Stromsparen wichtig: Regenerative Energien, in Deutschland vor allem Wind- und Solarenergie, nehmen vergleichsweise viel Fläche ein. Je weniger Strom wir also verbrauchen, umso weniger Standorte benötigen wir.



Smart Home – gewusst wie!

Mit einem Smart-Home-System lassen sich über Sprachbefehle und Apps Haushaltsgeräte vernetzen. So können Lichter über Zeitschaltuhren und Sensoren an Ihren Bedarf angepasst werden. Durch intelligente Thermostate lassen sich bis zu 30 Prozent Heizenergie sparen. Diese passen die Raumtemperatur an Ihre Anwesenheit an und lassen durch Verbindung mit einer Wetterstation auch die Anpassung an die Witterung zu. Fenstersensoren regulieren die Heizung herunter, sobald ein Fenster geöffnet ist. Zusätzlich können Sensoren an Jalousien im Sommer die Kühle der Räume und im Winter die warme Luft durch automatisches Schließen erhalten. Intelligente Duschköpfe helfen beim Wassersparen.

Aber Achtung: Diese Technologien können zwar helfen Ihr Zuhause nachhaltiger zu gestalten. Kommen aber Komfortanwendungen und Sicherheitstechnik dazu, wächst der Strombedarf und der positive Effekt fürs Klima wird kleiner. Dies wäre zum Beispiel bei smarten Haushaltsgeräten der Fall. Nutzen Sie lieber erstmal Vorhandenes effektiver und v.a. mit den gegebenen ECO-Programmen. Da der Betrieb eines Smart Homes Strom benötigt, macht hier Ökostrom besonders Sinn! Informieren Sie sich unter zukunftsraum-emsland.de über die technische Umsetzung des Smart Homes.

Heizkosten niedrig halten

Einen Großteil unserer Energie verbrauchen wir fürs Heizen. Gut, dass Sie hier auch durch kleine Veränderungen viel Energie und Geld einsparen können:

- Heizkörper frei halten: Nur so können sie die Wärme in den Raum abgeben. Auch das Trocknen von Wäsche auf der Heizung verbraucht mehr Heizenergie!
- Fenster dicht machen: Zugige Ritzen können Sie ganz leicht mit einem Band aus Gummi, Silikon oder Recycling-Material abdichten – so bleibt die Wärme drinnen!
- Innen dämmen: Durch geschlossene Rollläden oder Vorhänge wird die Wärme im Raum gehalten. Auch das Isolieren von Heizungsrohren bringt viel!
- Gluckernde Heizkörper entlüften: Die Luftblasen verhindern die Wärmezirkulation des Heizwassers. Mit einem Heizungsschlüssel ist selbst Entlüften ganz einfach. Danach sollte wieder Wasser nachgefüllt werden, um den Druck wiederherzustellen.
- Temperatur senken: Schon ein Grad Senken der Raumtemperatur spart Energie und Heizkosten.
- Informieren Sie sich doch mal im Klimacenter Werlte über Techniken und Materialien um die Energieeffizienz zu steigern.

BEISPIEL:

Den Heizkörper entlüften spart:

54 kg CO_2

15 €



Mit heimischem Holz heizen

Heizen mit Holz gilt gemeinhin als nachhaltig und klimaneutral. Gleichzeitig wird die hohe Feinstaubbelastung mittlerweile von Umweltverbänden kritisiert. Wie umweltfreundlich ist es also wirklich? Die Wahrheit liegt in der Mitte: Holz ist ein nachwachsender Rohstoff, der bei der Verbrennung nur so viel CO_2 freisetzt, wie er beim Wachstum aufgenommen hat. Die Feinstaubbelastung entsteht insbesondere bei der Verbrennung von minderwertigem Holz bei ungünstigen Verbrennungsbedingungen – durch alte Holzöfen und offene Kamine. Um möglichst emissionsarm und mit einem möglichst hohen Wirkungsgrad zu heizen, sollte also gut aufbereitetes und getrocknetes Holz aus nachhaltiger regionaler Forstwirtschaft in einer modernen, effizienten und emissionsarmen Heizungsanlage verfeuert werden.

Unser Fazit lautet also: Wer einen modernen Ofen oder Kessel mit sehr guter Rauchgasreinigung betreibt, am besten mit dem Gütesiegel »Blauer Engel«, und den richtigen Umgang mit Scheitholz oder Holzpellets berücksichtigt, darf durchaus ein gutes Öko-Gewissen haben. Weitere Infos unter umweltbundesamt.de/themen/heizen-holz. Informieren können Sie sich bei den Forstämtern in Ihrer Nähe.

Heizen mit Energie aus der Umwelt

Zwar werden noch immer rund die Hälfte aller Neubauten mit einer Gasheizung ausgestattet, doch die Wärmepumpe hat es laut dem Bundesverband Wärmepumpe e. V. (bwp) bereits auf Platz zwei der beliebtesten Heizsysteme geschafft. Wärmepumpen beziehen rund drei Viertel der benötigten Energie aus der Umwelt – der Außenluft, dem Grundwasser, Oberflächenwasser oder dem Erdreich – und erhöhen so das Temperaturniveau im Haus. Zahlreiche Informationen finden Sie unter umweltbundesamt.de, Stichwort »Wärmepumpe« oder unter klimaschutz-niedersachsen.de, Suche »Wärmepumpe«. Hier finden Sie Fachpartner*innen für Beratung und Installation: waermepumpe.de/fachpartnersuche.

Auch unter energie-effizienz-experten.de finden Sie eine*n qualifizierte*n Berater*in. Das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) fördert den Einbau einer Wärmepumpe mit bis zu 40 Prozent, wenn die alte Heizung damit ausgetauscht wird. Weitere Informationen erhalten Sie unter bafa.de/beg.



Leihen statt kaufen

Hammer und Schraubenzieher sind in jedem Haushalt gefragt. Wer öfter selbst werkelt, hat auch gerne Säge und Schleifgerät zur Hand. Doch bei Fliesenschneider und Dampfreiniger lohnt sich die Anschaffung in den meisten Fällen nicht. Werkzeug und Geräte, die man selten nutzt, kann man stattdessen auch leihen. So nehmen sie keinen Platz weg und Sie bekommen immer den neuesten Stand der Technik. Zu leihen gibt es alles: vom Tapeziertisch über den Elektro-Tacker bis hin zum Bohrhammer. Fragen Sie einmal Ihre Nachbar*innen oder erkundigen Sie sich im Baumarkt vor Ort.

Gut für das Klima ist das Leihen allemal, denn wenn viele Menschen ein Gerät teilen, erhöht sich dessen Auslastung und es müssen insgesamt weniger Geräte produziert und danach wieder entsorgt werden. Bauteile gibt es übrigens auch gebraucht. Schauen Sie doch mal unter bauteilnetz.de.





»Back to the roots«: Bauen und Sanieren mit der Natur

Bevor Sie für Renovierung oder Hausbau die Ärmel hochkrempeln: Überlegen Sie, welches Material Sie verarbeiten möchten. Bau- und Dämmstoffe aus der Natur erfüllen nicht nur die heutigen technischen und bauphysikalischen Anforderungen in vollem Maße, sondern bieten im Vergleich zu konventionellem Material auch handfeste Vorteile: Sie sind schadstofffrei, sorgen für ein optimales Raumklima und ihre Verarbeitung und Entsorgung sind völlig unproblematisch. Informationen zu ökologischen Baumaterialien geben die Fachagentur Nachwachsende Rohstoffe unter fnr.de und die Website oekologisch-bauen.info. Außerdem können Sie beim Klimacenter in Werlte vorbeischauen und sich zu Naturbaustoffen beraten lassen. 3-n.info/klimacenter-werlte

Doch auch bei kleinen Malerarbeiten können Sie etwas für Ihre Gesundheit und das Klima tun: Setzen Sie auf Kalkfarbe und -putz und achten Sie darauf, dass das Material mit dem »Blauen Engel« oder dem Label »natureplus« ausgezeichnet ist.

Strom von der Sonne: Photovoltaik

Mit Hilfe der Solardachkataster im Emsland und der Grafschaft Bentheim können Sie herausfinden, ob sich das Dach Ihres Hauses für die Installation einer Solaranlage eignet. Weitere Informationen finden Sie hierzu unter geodaten.emsland.de > Weitere Portale und unter grafschaft-bentheim.de/solarpotential. Wenn Ihr Haus für eine eigene Anlage nicht geeignet ist, gibt es mittlerweile viele Energiegenossenschaften, die sich zusammenschließen, um in Ihrer Region erneuerbare Energien zu nutzen, wo sie verfügbar sind. Somit hat jede und jeder Zugang zu klimafreundlicher Energie.

Die Nutzung von Sonnenenergie zur Stromerzeugung ersetzt konventionelle Energieträger wie Öl, Gas, Kohle und Uran und vermindert Umweltbelastungen durch CO_2-Emissionen und andere Abgase. Zusätzlich entfallen bei der Solartechnik sowohl Kosten als auch Risiken von Transporten (Öltanker, Pipelines, Castor-Transporte).



Wer kein Dach zur Verfügung hat, kann sich – bei Mietwohnungen in Absprache mit dem*der Vermieter*in – z. B. ein Mini-Solarmodul in den Garten stellen oder an den Balkon hängen und so die eigenen Stromkosten reduzieren. Module gibt es bereits ab 500 Euro, z. B. unter minijoule.com. Und wenn Sie unterwegs mit Strom versorgt werden wollen, schauen Sie doch mal auf die Seite vireo.de.

Bei der Frage, ob es für z. B. Batteriespeicher, Photovoltaikanlagen, Mini-Solarmodule oder andere Maßnahmen lokale Förderungen gibt, lohnt ein Blick auf die Internetseiten der Landkreise Emsland und Grafschaft Bentheim (klimaschutz-emsland.de, grafschaft-bentheim.de, Suche »Klimaförderprogramme«).

Tipp: Photovoltaikanlagen (für die Erzeugung von Strom) und die Wärmepumpen (für Trinkwarmwasser und Raumwärme) lassen sich gut miteinander kombinieren. Dann liefert die PV-Anlage Strom für den Betrieb der Wärmepumpe und den sonstigen hausinternen Bedarf. Mehr dazu unter klimaschutz-niedersachsen.de, Suche »Photovoltaik«.





Wärme von der Sonne: Solarthermie

Sonnenbaden ist nicht nur etwas für Sonnenfans. Mehr als die Hälfte des jährlichen Warmwasserbedarfs eines Haushalts kann eine richtig ausgelegte Solaranlage in Kombination mit einem Pufferspeicher in einer Größe von etwa fünf Quadratmetern abdecken. Ein größerer Kollektor liefert auch in der Übergangszeit genug Wärme für die Raumheizung. Das Bundesamt für Wirtschaft und Außenkontrolle (BAFA) fördert die Installation von Solarkollektoranlagen mit 25 Prozent. bafa.de/beg

Tipp: Kombinieren Sie Ihre herkömmliche Heizanlage mit Solarthermie: Die Kombination solarthermischer Systeme mit z. B. Wärmepumpen ist derzeit noch wenig verbreitet. Solarthermische Anlagen können den Wärmepumpenbetrieb indirekt unterstützen. Dabei wird überschüssige Wärme aus den Solarkollektoren bei Erdwärmepumpen dem Erdreich zugeführt, um dieses thermisch zu regenerieren. So kann eine Erdwärmepumpe langfristig effizienter arbeiten und die Erdwärmesonde kleiner ausgelegt werden.

Klein, aber oho

Tiny Houses und Minihäuser liegen voll im Trend, nicht nur weil sie kleiner und kostengünstiger als größere Häuser sind. Tiny Houses stehen üblicherweise auf Autoanhängern und sind damit auch mobil. Zudem hat der Autoanhänger als Fundament den Vorteil, dass für das Haus keine neue Fläche versiegelt werden muss. Hierdurch kann Oberflächenwasser ungehindert versickern. 2020 betrug die durchschnittliche Wohnfläche pro Kopf in Deutschland circa 48 Quadratmeter. Im Vergleich dazu sind die kleinen Häuser nur zwischen 10 und 60 Quadratmetern groß. Dadurch sparen sie Ressourcen und Energie, denn jeder bewohnte Quadratmeter möchte beheizt sowie beleuchtet werden. In der Nähe der holländischen Grenze in der Grafschaft Bentheim sitzt die Tischlerei Koersmann, die u. a. Tiny Houses baut und verkauft. Hier kann man sogar Probewohnen! koersmann.de/tinyhouse

In Papenburg konstruiert Bröer Tinyhaus die kleinen Häuser. Informieren Sie sich unter broer-tinyhaus.de.



Grüne Dachgärten

Haben Sie schon mal überlegt, das Dach Ihrer Garage oder Ihres Hauses zu bepflanzen? Das sieht nicht nur toll aus, sondern isoliert auch gegen Lärm, Hitze und Kälte. So bleibt Ihr Haus im Sommer kühl und im Winter warm, wodurch Sie eine Menge Energie sparen. Kleine Tiere wie Vögel und Insekten fühlen sich auf Ihrem begrünten Dach ebenfalls wohl. Wer möchte, kann darauf sogar Bienen halten und so eigenen Honig produzieren. Übrigens lassen sich auch schräge Dächer begrünen, wenn die Neigung weniger als 45 Grad beträgt. Wer wissen will, ob sein Dach für einen Dachgarten oder eine Begrünung geeignet ist, kann sich im Kataster unter geodaten.emsland.de > Weitere Portale (Emsland) und grafschaft-bentheim.de/gruendachpotential (Grafschaft Bentheim) informieren. Unter lingen.de, Suche »Umwelt« > Förderprogramme finden Sie das Förderprogramm »Naturoasen auf dem Dach« und weitere Informationen dazu. Auch die Stadt Meppen fördert seit 2022 Dachbegrünungen.



DER Ratgeber fürs Energiesparen daheim



Maximilian Gege (Hrsg.)

Energiesparen leicht gemacht

Von Heizen bis Stromsparen: Über 100 überraschende Alltagstipps

96 Seiten, Softcover mit farbigen Abbildungen, 12 Euro
ISBN 978-3-96238-407-4
Auch als E-Book erhältlich

Ob Einsteigerin oder Fortgeschrittener, Hausbauer oder Mieterin, WG oder Single-Haushalt, die zahlreichen Tipps und Tricks reduzieren den Energieverbrauch zuhause nachweislich und sorgen für eine direkte finanzielle Erleichterung: eine Win-Win Situation für das Klima und den eigenen Geldbeutel.

oekom.de DIE GUTEN SEITEN DER ZUKUNFT oekom

Klima Gutscheine

Wie Sie klimafreundlich, regional und fair einkaufen können, zeigen Ihnen die Einzelhändler, Initiativen und Geschäfte in diesem Klimasparbuch. Machen Sie mit und nutzen Sie die attraktiven Angebote unserer Partner!









ÜBERSICHT

Gesünder essen und genießen

Lingen Unverpackt 91
Kramerladen 91
Krämerei Meppen 91
Naturkostladen am Mühlenberg – Angela Westermann..... 93
Deine Hofkiste 93
Biohof Bockholter Beete 93
Dinkelhof Klus 95
Kossehof 95
Holunderhof Fibbe 95
Hof Krone-Raue 97
A + W Bildungszentrum 97
Kräuterhof Rosen 97
Brümmers Hofladen 99
Heuerhof Elbergen 99
Gasthof Niemann 99
Taurus Weidefleisch 101
Bäckerei und Konditorei Johannes Wind 101
Biobote Emsland 101
Edelkorn-Brennerei Jos. Rosche 103
Imkerei Rensen 103
Natürlich mit Getz – Imkerei & Kraut dabei 103
Reformhaus Ebken 105
Team Apfelfest 105
Uschi`s Biobrot 105

Bewusster leben und konsumieren

Neue Osnabrücker Zeitung 107
Nottbeck Bürobedarf 107
Föhnen und mehr 107
Queen *and* Princess 109
Couture Marléne 109
Alpakazucht Büter im Emsland.....109
SoKa – Soziales Kaufhaus Meppen 111
Das Soziale Kaufhaus in Papenburg, Aschendorf und Werlte..111
»Das Lädchen« der Tafel Nordhorn 111
Historisch-Ökologische Bildungsstätte
Emsland in Papenburg 113
Volkshochschule Grafschaft Bentheim 113
Volkshochschule Papenburg 113
Volkshochschule Meppen 115
Volkshochschule Lingen 115
Arche Naturhof Buschwiesen 115
Weltläden im Emsland und der Grafschaft Bentheim 117
BIO Magazin 117

ÜBERSICHT

Nachhaltig unterwegs sein

Tierpark Nordhorn 117
VVV-Stadt- und Citymarketing Nordhorn 119
Natur- und Geopark TERRA.vita 119
Klimahaus Bremerhaven 119
Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren 121
Walderlebnis Emsland 121
Emsland Moormuseum 121
Hasetal Touristik 123
Emsland Tourismus 125
Grafschaft Bentheim Tourismus 125
Emsland RADexpress und Fietsenbus 125
Lauffreunde Emsland 127
Mfit Meppen 127
Der Fahrradladen Janknecht Meppen 127
Bike Park Koopmann 129
Felix & Sohn 129
Fahrzeug Meyer 129
Alwin Otten 131
Stadtteilauto OS 131

Umweltfreundlich wohnen und bauen

Naturschutzstiftung des Landkreises Emsland 131
Naturschutzstiftung Grafschaft Bentheim 133
Blumen Garmann – »Die grüne Werkstatt« 133

Pflanze und Co. – Renate Brinkers 133
Gartencenter Lüske 135
BUND-Kreisgruppe Emsland 135
NABU Emsland/Grafschaft Bentheim 135
Tischlerei Stevens 137
Abfallwirtschaftsbetrieb Landkreis Emsland 137
Abfallwirtschaftsbetriebe Landkreis Grafschaft Bentheim 137
EURONICS XXL Mösker 139
Hirnstein GmbH – Küchen und Hausgeräte 139
EDZ Bauen-Wohnen-Freizeit 139
REHOLAND 141
Klimacenter Werlte 141
Verband Privater Bauherren
(VPB) e. V. – Regionalbüro Emsland 141
Energieeffizienzagentur Landkreis Emsland 143
2e Architekten 143
Schwarte Haustechnik 143
IBE-Nöst (Ing.-Büro & Energieberatung) 145
Andreas Niemann, Gebäudeenergieberater 145
Felix Energie 145
BauXpert Knipper 147
Mallasch & Uhlen 147
MEDITEC 149
Elektro Kossen 149
Elektro Heizung Sanitär Altendeitering 149

SO FUNKTIONIERT'S!

- Die Gutscheinangebote gelten nur, solange der Vorrat reicht.
- Jeder im Klimasparbuch enthaltene Gutschein darf nur einmal pro Person eingelöst werden.
- Bei online einzulösenden Gutscheinen ist auf Verlangen der Originalgutschein einzusenden.
- Wenn nicht anders auf dem Gutschein vermerkt, kann der Gutschein mit dem Klimasparbuch oder mit dem E-Paper auf dem Smartphone eingelöst werden.
- Eine Barauszahlung erfolgt nicht.
- Wir übernehmen keine Haftung, wenn ein Gutschein von Gutscheinanbieter*innen nicht eingelöst wird oder nicht eingelöst werden kann. Dies gilt insbesondere bei Besitzerwechsel, Geschäftsauflösung, Insolvenz usw.
- Für die Inhalte der Gutscheine sowie der im Klimasparbuch aufgeführten Websites und deren Links sind ausschließlich die jeweiligen Betreiberinnen und Betreiber verantwortlich.

Und wenn das Gutscheinangebot mal etwas weiter weg liegt, verbinden Sie das Einlösen doch mit einer kleinen Fahrradtour oder einem Ausflug mit Bus und Bahn.

Viel Vergnügen beim ökofairen Ausprobieren!

GUTSCHEIN

LINGEN
UNVERPACKT

10 % Rabatt
auf Deinen Einkauf

GUTSCHEIN

Handel mit Herz
Der Kramerladen & Das Lädchen

10 % Rabatt
auf Ihren Einkauf von Bioland-Produkten

GUTSCHEIN

KRÄMEREi

Gratis
Probierkaffee

Gültig bis 30.11.2025

Dein Zero Waste Laden im Emsland

Mit dem ersten Unverpackt Laden des Emslandes wollen wir gemeinsam mit Euch verantwortungsvoller handeln und weniger Müll produzieren. Wir möchten zeigen, dass es möglich ist, nachhaltiger einzukaufen.

Lingen Unverpackt eG
Kirchstr. 2, 49808 Lingen (Ems), 0591 12076582
Di 14–18 Uhr, Mi & Sa 9-14 Uhr, Fr 10–18 Uhr
info@lingen-unverpackt.de, lingen-unverpackt.de

Gültig bis 30.11.2025

Handeln mit Herz – Der Kramerladen

Der Ausbildungsladen des Christophorus-Werkes Lingen e. V.: Wir legen Wert auf regionale, Bio- und Fairtrade-Produkte. Gemüse und Obst kommen direkt vom Bioland-Hof Vaal. Dekoartikel und Spielzeug aus Werkstätten für Menschen mit Behinderungen.

Kramerladen
Hohenfeldstr. 22, 49809 Lingen (Ems), 0591 9142596
Mo–Do 9–16.30 Uhr, Fr 9–14 Uhr
kramerladen@christophorus-werk.de, handel-mit-herz.de

Gültig bis 30.11.2025

Krämerei Meppen

Eure Adresse für nachhaltiges Einkaufen in Meppen und Umgebung: In der Krämerei bekommt Ihr unverpackte, regionale und fair gehandelte Produkte sowie handgemachte Artikel aus der Vitus-Werkstatt. Lebensmittel, Haushaltswaren, Geschenke und vieles mehr. Shopping mit Sinn – in der Krämerei Meppen.

Krämerei Meppen
Nicolas-Augustin-Str. 9, 49716 Meppen
05931 5991287, kraemerei@vitus.info
krämerei.de

Naturkostladen am Mühlenberg

Pro 10 Euro Einkaufswert gibt es Ware im Wert von 10 % dazu

GUTSCHEIN



10 % Rabatt
auf Ihren Einkauf

GUTSCHEIN

BIOHOF
BOCKHOLTER
BEETE

10 % Rabatt
ab einem Einkauf von 20 Euro

GUTSCHEIN

Gültig bis 30.11.2025

Vorwiegend Demeter- und Biolanderzeugnisse

Bei uns erhalten Sie Naturkost (frisches Gemüse, Kühl- sowie Trockenprodukte) und Naturwaren (Kosmetikartikel, Wasch- und Reinigungsmittel). Selbstverständlich wird der Strom von einem Ökostrom-Anbieter bezogen.

Naturkostladen am Mühlenberg – Angela Westermann
Mühlenberg 7, 26897 Esterwegen, 05955 1748, 0152 34139649
nach Absprache

Gültig bis 30.11.2025

Deine Hofkiste

Regional, nachhaltig und mit ganz viel Herz!

Deine Hofkiste
Hauptkanal Rechts 90, 26871 Papenburg, 0173 8369350
Di–Fr 7–13 u. 15–18 Uhr, Sa 7–13 Uhr
instagram.com/deinehofkiste

Gültig bis 30.11.2025

Frisches Gemüse und mehr:

Wir betreiben auf ca. 10 ha Fläche ökologischen Gemüse- und Ackerbau. Zum Hof gehören außerdem unsere Schafe und Hühner. Unsere Produkte vermarkten wir über unseren Hofladen. Frische Eier, unsere eigenen Nudeln, Kartoffeln uvm. gibt es in Selbstbedienung an unserem Automaten direkt vor dem Hofladen.

Biohof Bockholter Beete
Bockholt 2, 49733 Haren (Ems), 0160 94689763
Anfang Mai–Ende Oktober: Mi 14.30–18 Uhr, Sa 10–16 Uhr
info@bockholter-beete
emsland.com/urlaub/sehenswertes/details/biohof-bockholter-beete

GUTSCHEIN



Dinkelhof Klus

15 % Rabatt
auf eine Backmischung

GUTSCHEIN

Kossehof
einfach einladend

5 % Rabatt
auf Ihren Einkauf
(ab einem Warenwert von 5 Euro)

GUTSCHEIN

FIBBE
HOLUNDER

Eine Flasche Holunderblütensirup gratis
(ab einem Einkauf von 20 Euro)

Gültig bis 30.11.2025

Dinkel – vielseitig, belebend und lecker!

Eigener Anbau seit 20 Jahren, direkte Vermarktung ab Hof. Unser Angebot: Dinkel – vielseitig, beliebt und lecker; Emmer, Roggen, Weizen und Buchweizen als Korn und Mehl, Saaten, Backmischungen, frische eigene Eier, Kartoffeln, Marmelade, Honig, Dinkelnudeln und Körnerkissen.

Dinkelhof Klus
Bremer Str. 23, 49811 Lingen/Clusorth-Bramhar, 05963 1646
Selbstbedienung: immer, Beratung: Sa 9–12 Uhr
info@dinkelhof-klus.de, dinkelhof-klus.de

Gültig bis 30.11.2025

Kossehof – einfach einladend

Im Bioland-Hofladen des Kossehofs werden eigene Erzeugnisse (Gemüse, Kartoffeln, Eier) unverpackt zum Verkauf angeboten. Zudem bietet der Kossehof Veranstaltungen für vor allem Schulen und Kitas im Bereich Umwelt, Nachhaltigkeit, Landwirtschaft sowie Ernährung.

Kossehof
Vogelpohlstr. 3, 49716 Meppen, 05931 29029
Mo–Do 9–16 Uhr, Fr 9–17 Uhr
info@kossehof.de, kossehof.de

Gültig bis 30.11.2025

Fibbe-Holunder: Der natürlich intensive Genuss

Seit 2004 bietet der Holunderhof Fibbe als einer von wenigen Produzenten europaweit Holunderprodukte an. Überzeugen Sie sich vom aromatischen Geschmack und der positiven Auswirkung auf Ihre Gesundheit.

Holunderhof Fibbe
Feldhoek 6, 49832 Freren, 05902 1323
Mo–Fr 8–18 Uhr
fibbe-holunder.de

GUTSCHEIN

Hof Krone-Raue

5 % Rabatt
auf Ihren Einkauf

GUTSCHEIN

A+W Bildungszentrum
Mach' aus dir, was in dir steckt!

20 % Rabatt
auf Bioland-Produkte der Saison
(ab einem Warenwert von 10 Euro)

GUTSCHEIN

Kreatives & Kulinarisches
KRÄUTERHOF
in der Natur genießen

Zum halben Preis
eine Tasse Kaffee oder Tee und ein Stück Kuchen
(nicht gültig an Sonntagen)

Gültig bis 30.11.2025

Apfelsaft aus der Region

Wir bieten: Apfelsaft in 5 Liter Bag in Box naturtrüb, Apfelsaft naturtrüb in 0,7 VDF Liter Flasche, Neu: 0,75 Liter Apfelsaft in Weinflasche. Und weitere regionale Produkte im Hofladen: Emslandkorb, Geschenkkörbe aus der Region, Obstannahme/Obstankauf, mobile Kelterei ab Sept.– Ende Oktober

Hof Krone-Raue
Bramharstr. 12, 49811 Lingen (Ems), 05963 1232
Di & Sa 10–15 Uhr
hof-krone-raue.de

Gültig bis 30.11.2025

A + W Bildungszentrum

Im A + W Bildungszentrum werden eigene Erzeugnisse der Saison nach Bioland-Richtlinien angebaut und zum Verkauf angeboten.

A + W Bildungszentrum
Püttkesberge 13, 49751 Sögel, 05952 939310
Mo–Fr 10–12 Uhr
m.hinrichs@aw2000.de, aw2000.de

Gültig bis 30.11.2025

Kräuterhof Rosen – Natur erleben!

Der Kräuterhof Rosen ist eine Gelegenheit, sich wieder stärker mit der Natur zu verbinden. Besucher erleben auf dem harmonischen Hof aromatische Düfte, liebevolle Dekorationen und selbstgemachte kulinarische Köstlichkeiten.

Kräuterhof Rosen
Zum Wald 12, 49744 Geeste, 05963 981060
März–Dez: Di–Sa 14–18 Uhr, So 10–13 Uhr (Frühstück auf Anmeldung) u. 14–18 Uhr
kraeuterhof-rosen.de

GUTSCHEIN

Brummel's Hofladen

10 Stück Freilandeier Kl. L

GUTSCHEIN

demeter HEUERHOF ELBERGEN

20 % Zugabe auf Euren Einkauf

hofeigener Bio-Erzeugnisse (Natural-Rabatt:
z. B. 1 kg Emmer-Korn + 200 g gratis). *

GUTSCHEIN

Gasthof Niemann Sportlereck

www.Gasthof-Niemann.de

10 % Rabatt

auf unser Gericht »Tipp aus der Küche«

Gültig bis 30.11.2025

Brümmers Hofladen

Bei uns finden Sie regionale Spezialitäten und Gemüse sowie Spargel, Erdbeeren, Rhabarber und Kartoffeln aus eigenem Anbau. Des Weiteren bieten wir Eier aus Freilandhaltung und frisches Geflügelfleisch an. Frische … ist doch klar: Regional ist 1. Wahl!

Brümmers Hofladen
Altmeppener Hof 3, 49716 Meppen, 05931 29992
Mo: Ruhetag (außer Mai & Juni), Di–Do 8.30–13 Uhr u. 14.30–18 Uhr,
Fr 8.30–18 Uhr, Sa 8–13 Uhr

Gültig bis 30.11.2025

Heuerhof Elbergen

»Ökologischer Landbau, artgerechte Tierhaltung und regionale Wertschöpfungsketten. Wir laden Dich dazu ein, unser Abenteuer mitzuerleben!« Wir sind DEMETER-zertifiziert seit 2020.

*Alternativ dürft Ihr einmal einen Vormittag in die Arbeit unserer Solidarischen Landwirtschaft schnuppern, natürlich inklusive Ernteanteil (Gemüsekiste).

Heuerhof Elbergen
Zu den Fischerhütten 40, 48488 Emsbüren, 0151 55055087
Fr 10–18 Uhr
alex@heuerhof-elbergen.de, heuerhof-elbergen.de

Gültig bis 30.11.2025

Gasthof Niemann

Gasthof in ländlicher Idylle mit hausgemachten Spezialitäten aus regionalen Produkten.

Gasthof Niemann
Bramharstr. 3, 49811 Lingen, 05963 222
Mo–Fr 14 Uhr–Open End, Sa, So 9.30 Uhr–Open End, Mi Ruhetag
gasthof-niemann.de

GUTSCHEIN

TAURUS
Weidefleisch

Vakuumverpackung im Wert von 7,50 bzw. 15 Euro gratis zuzüglich 3 Bratwürste Ihrer Wahl
beim Kauf eines »Taurus Weidefleisch« Genießerpaketes (12,5 bzw. 25 kg)

GUTSCHEIN

Bäckerei und Konditorei Johannes Wind

20 % Rabatt
auf ein Brot oder auf Brötchen

GUTSCHEIN

BIOBOTE

15 % Rabatt
auf Ihre Bestellung

Gültig bis 30.11.2025

Rindfleisch von der Weide

Aus Überzeugung und Verantwortung für Tier und Natur halten und vermarkten wir Highland- und Galloway-Rinder im Emsland. Vom Erzeuger direkt zum Verbraucher.

Taurus Weidefleisch
Wahbruch 1, 49844 Bawinkel, 0171 4779310, 05963 506
nach Absprache
info@taurus-weidefleisch.de, taurus-weidefleisch.de

Gültig bis 30.11.2025

Bäckerei und Konditorei Johannes Wind

Steinofenbäckerei seit 1925. Unveränderte naturbelassene Rezepturen, alles Handarbeit.

Bäckerei und Konditorei Johannes Wind
Lange Str. 15, 49716 Meppen, 05931 6583
Mo–Sa 6–13 & 14.30–18 Uhr

Gültig bis 30.11.2025

Vom Bio-Acker in Deine Küche

Der Biobote liefert frische Bio-Lebensmittel aus regionalem Bio-Anbau und vieles mehr direkt zu Dir nach Hause! Bestelle individuell oder lasse dich Woche für Woche von uns überraschen. Unsere Biokisten ergänzen wir mit passenden Rezeptideen zum Nachkochen. Ganz easy und unkompliziert.

Biobote Emsland
Zeissstr. 18, 49733 Haren (Ems), 05932 9949020
info@biobote-emsland.de, biobote-emsland.de
Aktionscode: **Klimasparbuch15**

GUTSCHEIN

1792 Rosche®
Edle Spirituosen aus Haselünne

Stipendium für eine Person
in der »Ur-Haselünner Korn-Akademie«
(bei Anmeldung einer Gruppe ab 15 Personen, eine Person kostenfrei)

GUTSCHEIN

Imkerei Rensen

Eine Hautschutzpflegecreme
mit Bienenwachsduft gratis
beim Kauf von 3 Gläsern Honig

GUTSCHEIN

Natürlich mit Getz

10 % Rabatt
auf den Einkauf

Gültig bis 30.11.2025

Edelkorn-Brennerei Jos. Rosche

Seit 1792 – Haselünnes älteste Kornbrennerei. Edelkorn, Fruchtige und Liköre der Extra-Klasse werden nur aus selbstangebautem Weizen und selbst erzeugtem Destillat hergestellt. Eine nachhaltige und energieeffiziente Produktion sind dabei von großer Bedeutung.

Edelkorn-Brennerei Jos. Rosche
Neustadtstr. 35–38, 49740 Haselünne, 05961 94550
Besuch der »Korn-Akademie« nach Terminvereinbarung
rosche.de

Gültig bis 30.11.2025

Honig aus dem Emsland

Idyllisch gelegen im Nordwesten des Emslandes betreiben wir eine Familien-Imkerei. In unserem Sortiment finden Sie eine Vielzahl von Bienenprodukten (Honig, Pollen, Propolis, Gelee royal, Kerzen uvm.).

Imkerei Rensen
Am Markt 11, 26892 Heede, 04963 4406
Mo–Do & Sa in Heede (nach telefonischer Vereinbarung)
Fr 7.30–13 Uhr Wochenmarkt in Papenburg
imkerei-rensen.de

Gültig bis 30.11.2025

Imkerei Getz

Alles rund ums Bienengold und verschiedene Bienenprodukte sowie heimische Kräuter zum besseren Allgemeinbefinden für Ihre Gesundheit und Vitalität.

Natürlich mit Getz – Imkerei & Kraut dabei
Ringstr. 18a, 49716 Meppen-Schwefingen, 05931 1588772
nach Absprache geöffnet

GUTSCHEIN

...es ist so **einfach**
Reformhaus **Ebken**
...natürlich gesund leben!
www.ebken.de

10 % Rabatt
auf einen Einkauf von drei Artikeln Ihrer Wahl

GUTSCHEIN

Apfelfest
... in Clusorth-Bramhar

50 Cent Rabatt
auf ein Stück vom wahrscheinlich längsten Apfelstrudel im Emsland

GUTSCHEIN

Uschi's Bio-Brot

10 % Rabatt
auf Deinen Einkauf

Gültig bis 30.11.2025

Es ist so einfach … natürlich gesund leben

Seit über 50 Jahren setzt sich das Reformhaus Ebken für eine gesunde und natürliche Ernährung und Körperpflege ein. Lernen Sie jetzt unser Sortiment und die fachliche Beratung besonders günstig kennen.

Reformhaus Ebken
Filiale Meppen: Am Markt 12, 49716 Meppen, 05931 16244
Filiale Lingen: Marienstr. 8, 49808 Lingen, 0591 54555
Mo–Fr 9–18 Uhr, Sa 9–14 Uhr
ebken.de

Gültig bis 30.11.2025

Apfelfest in Clusorth-Bramhar

Besucher erleben die Vielfalt des Apfelfestes mit alter Handwerkskunst, Kultur sowie kulinarischen Köstlichkeiten. Eine Veranstaltung mit Wertschätzung für Natur und Umwelt

Team Apfelfest GbR
Bramharstr. 3, 49811 Lingen (Ems), 05963 222
apfelfest.net

Gültig bis 30.11.2025

Umweltbewusst – Vollwertig – Natürlich lecker

Wir bieten eine himmlische Vielfalt an Bio-Backwaren. In unserem rollenden Bio-Laden findet Ihr über 1000 köstliche Naturprodukte. Alles »bio«, möglichst regional und verstärkt im Mehrwegsystem. Unser Anliegen ist, die Erde zu schonen! Kommt vorbei, wir beraten Euch gern!

Uschi`s Biobrot
Dorfbauerschaft 3, 48366 Laer, 0177 8236026
Auf dem Wochenmarkt in Nordhorn: Mi, Sa 7.15–13 Uhr
Auf dem Wochenmarkt in Bad Bentheim Fr 14–18 Uhr
kontakt@uschisbiobrot.de, uschisbiobrot.de

GUTSCHEIN

4 Wochen kostenloses Lesevergnügen
mit der digitalen Tageszeitung Ihrer Region

GUTSCHEIN

Büromaschinen · Büromöbel · Kundendienst-Service
nottbeck
nottbeck.net
BÜROBEDARF

Umweltpaket im Wert von 6,50 Euro gratis
bei einem Einkauf ab 20 Euro

GUTSCHEIN

Föhnen
& mehr

Conditioner in Handtaschengröße gratis (Wert 4,95 €)
beim Kauf einer Flasche Shampoo (Marke: Glynt)
(danach beim Nachfüllen jeweils 1 € sparen)

Gültig bis 30.11.2025

Lingener Tagespost – Meppener Tagespost – Ems-Zeitung

Entdecken Sie jetzt vier Wochen lang kostenlos und unverbindlich alle Inhalte Ihrer Tageszeitung in digitaler Form. Neben dem E-Paper und der 1:1-Ausgabe der Tageszeitung, erhalten Sie Zugriff auf alle Inhalte auf noz.de sowie auf die App noz News. Tragen Sie einfach Ihre Angaben unter noz.de/klima-digital ein. Die Leseprobe endet nach den vier Wochen automatisch.

Neue Osnabrücker Zeitung
Große Str. 17-19, 49074 Osnabrück, 0541 310320
noz.de/klima-digital

Gültig bis 30.11.2025

Nottbeck Bürobedarf in Lingen

Wir sind IHR Fachhändler in Lingen, im Emsland und natürlich auch für die Grafschaft Bentheim. Bei uns finden Sie alles für Ihr Büro, den heimischen Schreibtisch, für die Schule oder für Ihr individuelles Geschenk! Gerne übernehmen wir für Sie auch die Planung und Einrichtung Ihrer Arbeitsplätze mit Büromöbeln und Büromaschinen!

Nottbeck Bürobedarf
Burgstr. 17–19, 49808 Lingen (Ems), 0591 912320
Mo–Fr 9–18 Uhr, Sa 10–14 Uhr
info@nottbeck.net, nottbeck.net

Gültig bis 30.11.2025

Herzlich willkommen bei Föhnen und mehr

Bei der Auswahl unserer Produkte im Salon haben wir der Nachhaltigkeit ein besonderes Augenmerk gewidmet. Mit nur einer einzigen Nachfüllung wird 50 % Verpackungsmaterial eingespart, der Umwelt zuliebe. Und Du sparst beim Nachfüllen der Shampoo-Flasche und des Conditioners jedes Mal 1 €.

Föhnen und mehr
Salon in Thuine: Klosterstr. 7, 49832 Thuine
05902 9982611, Mi–Do 8.30–12.30 Uhr 14–18 Uhr, Fr 8.30–18 Uhr, Sa 8–13 Uhr
Salon in Lingen (Ems): Schillerstr. 1, 49811 Lingen (Ems)
0591 9669560, Di–Fr 9–18 Uhr, Sa 8–13 Uhr, foehnen-mehr.de

GUTSCHEIN

Queen *and* Princess
by Jessica Reyes Rodriguez

Gratis Fashion Tea Time
für 2 Gäste bei Ihnen zu Hause
(Tea Time ab 10 Personen, 15 Euro pro Person)

GUTSCHEIN

Couture Marléne
Second Hand für Frauenmode

5 % Rabatt
beim Einkauf ab 50 Euro

GUTSCHEIN

Alpakazucht Büter
im Emsland

5 % Rabatt
beim Einkauf bis 50 Euro
10 % Rabatt
ab einem Einkauf von 50 Euro

Gültig bis 30.11.2025

Queen *and* Princess

Queen *and* Princess ist ein Eco Fashion Label, unter der kreativen Führung von Modedesignerin Jessica Reyes Rodriguez. Im Atelier gibt es die aktuelle Kollektion, Maßanfertigungen und Stylingtipps vom Profi, Vorträge & Modeevents sind jederzeit buchbar.



Queen *and* Princess – Bio-Mode, Vorträge und Events
Lerschweg 12, 48282 Emsdetten, 02572 9589584
Di–Fr 10–12 Uhr & 13–18 Uhr, Sa 10–13 Uhr und nach Absprache
queenandprincess.de

Gültig bis 30.11.2025

Design & Markenware zu kostbar für die Tonne

Ausgewählte, hochwertige Marken & Designqualität sowie Taschen und Accessoires. Ziel: Der Wegwerfgesellschaft ökologisch und nachhaltig entgegenzutreten. Bei Warenlieferung wird 50 % vom Verkaufserlös angeboten.



Couture Marléne
Kivelingstr. 7a, 49808 Lingen (Ems), 0591 53290
Mo–Fr 10–13 u. 14–18 Uhr, Sa 10–14 Uhr

Gültig bis 30.11.2025

Das goldene Vlies aus dem Emsland

In unserem Hofladen finden Sie hochwertige Produkte aus Alpakawolle.



Alpakazucht Büter im Emsland
Große Str. 3, 49733 Haren-Fehndorf, 05934 215
Do, Fr 15–18 Uhr, Sa 10–14 Uhr
emsland-alpakas.de

SoKa
Das soziale Kaufhaus

10 % Rabatt
ab einem Einkaufswert von 20 Euro
(unbefristet 30 % Rabatt für Empfänger von Sozialleistungen)

GUTSCHEIN

SOZIALES KAUFHAUS
... für jedermann

20 % Rabatt
auf Ihren Einkauf

GUTSCHEIN

Das Lädchen
Alles weg - für den guten Zweck
NACHHALTIG - SOZIAL

20 % Rabatt
auf Einkäufe in unseren Sozialkaufhäusern in
Nordhorn und Wietmarschen

GUTSCHEIN

Gültig bis 30.11.2025

SoKa – Soziales Kaufhaus Meppen

Kostengünstiger Erwerb des täglichen Bedarfs an Bekleidung, Haushaltswaren und Medien. Wir nehmen Ihre Warenspende entgegen, auf Wunsch ist auch eine Abholung Ihrer Warenspende möglich.



SoKa – Soziales Kaufhaus Meppen
Obergerichtsstr. 3, 49716 Meppen, 05931 8836323
Mo–Fr 9–13 Uhr & 14–18 Uhr, Sa 9–13 Uhr
soziales-kaufhaus-meppen.de
nur mit Originalgutschein einlösbar

Gültig bis 30.11.2025

Das Soziale Kaufhaus

Im Sozialen Kaufhaus findet jedermann preiswerte & spannende Produkte (Kleidung, Spielsachen, Hausrat, etc.). Viele Angebote sind Sachspenden und neu bzw. neuwertig. Gute und wertvolle Ware gelangt so in einen Kreislauf der Nutzung – ein wichtiger Beitrag für das soziale Miteinander und für´s Klima.



Das Soziale Kaufhaus für jedermann in Papenburg, Aschendorf und Werlte
Grader Weg 60,26871 Papenburg, 04961 66078160
skfm-papenburg.de/soziales-kaufhaus
nur mit Originalgutschein einlösbar

Gültig bis 30.11.2025

»Das Lädchen« – Alles weg für den guten Zweck

Verkauf an Jedermann von Gegenständen des täglichen Bedarfs, wie Kleidung, Spielwaren und Haushaltsgegenständen zugunsten der Tafel Nordhorn e. V.



Förderverein der Tafel Nordhorn e. V.
Gildehauser Weg 82, 48529 Nordhorn
Mo, Mi, Fr 13–17 Uhr
Lingener Straße 32, 49835 Wietmarschen
Di, Fr 14–17 Uhr
0173 2543926, nordhorner-tafel.de
nur mit Originalgutschein einlösbar

GUTSCHEIN

HÖB

20 % Ermäßigung
auf Veranstaltungen zu Themen der Nachhaltigkeit
(z. B. Klima, Energie, Mobilität)

GUTSCHEIN

die grafschaft
Volkshochschule Grafschaft Bentheim

vhs

20 % Rabatt
im Bereich Politik-Gesellschaft-Umwelt
20 % Rabatt
im Bereich Garten und Natur
10 % Rabatt
im Bereich Ernährung

GUTSCHEIN

vhs
Volkshochschule
Papenburg

1 Euro Rabatt
bei der Buchung einer Veranstaltung aus dem Bereich Umwelt

Gültig bis 30.11.2025

Lernen erleben – Leben lernen

Die HÖB bietet Seminare für Jugendliche und Erwachsene zu Themen wie Umweltbildung, Ökologische Debatte, historisch-politische Bildung, Schlüsselkompetenzen, Gesundheitsbildung und Theaterpädagogik an.



Historisch-ökologische Bildungsstätte Emsland in Papenburg e. V.
Spillmannsweg 30, 26871 Papenburg, 04961 97880
Seminarzeiten: siehe Veranstaltungsprogramm
info@hoeb.de, hoeb.de

Gültig bis 30.11.2025

Weiterbildung für alle!

Mit unserer Volkshochschule sind wir die größte Bildungseinrichtung in der Grafschaft Bentheim und durch unser modern ausgestattetes VHS-Haus ein Zentrum für Bildung, Begegnung und Kultur. Wir stärken Kompetenzen für eine gesunde und nachhaltige Lebensweise und fördern die individuelle Lebensqualität.



Volkshochschule Grafschaft Bentheim
Bernhard-Niehues-Str. 49 1, 48529 Nordhorn, 05921 83650
Öffnungszeiten unter vhs-nordhorn.de

Gültig bis 30.11.2025

Volkshochschule Papenburg

Offen für Chancen



Volkshochschule Papenburg gGmbH
Hauptkanal rechts 72, 26871 Papenburg, 04961 92230
Mo–Do 8–17 Uhr, Fr 8–13 Uhr
info@vhs-papenburg.de, vhs-papenburg.de

Volkshochschule Meppen

20 % Rabatt

für Kurse aus den Bereichen »Ökologie & Umwelt«, »Haus & Garten« und »Ernährung & Kochen« (inklusive dazugehöriger Onlinekurse)

GUTSCHEIN

vhs Volkshochschule Lingen

Mehr vom Leben.

10 % Rabatt

auf Kurse aus dem Bereich Umwelt und Nachhaltigkeit

GUTSCHEIN

WWW.NATURHOF-BUSCHWIESEN.DE

Arche Naturhof Buschwiesen



5 Euro Rabatt

für das Geburtstagskind bei Feier auf dem Naturhof

GUTSCHEIN

Gültig bis 30.11.2025

VHS Meppen – bringt mich weiter!

Ob persönliche und berufliche Weiterbildung, das Entdecken verborgener Talente und neuer Hobbys oder der intensive Ausbau von Kenntnissen und Fähigkeiten – das vielseitige Programm der Volkshochschule Meppen bietet zahlreiche Möglichkeiten, Neues zu erlernen oder Wissen zu vertiefen.



Volkshochschule Meppen (VHS) gGmbH
Freiherr-vom-Stein-Str. 1, 49716 Meppen, 05931 93730
Mo–Do 8–17 Uhr, Fr 8–13 Uhr
info@vhs-meppen.de, vhs-meppen.de

Gültig bis 30.11.2025

Volkshochschule Lingen

Zukunft leben – Bildung für Nachhaltigkeit



Volkshochschule Lingen gGmbH
Elsterstr. 1, 49808 Lingen, 0591 912020
Mo–Do 9–17 Uhr, Fr 9–13 Uhr (in den Sommer- und Herbstferien:
Mo–Do 9–16 Uhr, Fr 9–13 Uhr)
info@vhs-lingen.de , vhs-lingen.de

Gültig bis 30.11.2025

Der Bauernhof und zwei Vereine

Bei uns dreht sich alles um alte Nutztierrassen, wild lebende Tiere, Insekten, historisches Handwerk, Regionalität, Saisonalität,und Kulturerbe.



Arche Naturhof Buschwiesen
Hoogsteder Str. 1, 49849 Wilsum, 0162 4008765
Mo–Fr 10–18 Uhr
info@naturhof-buschwiesen.de, naturhof-buschwiesen.de

GUTSCHEIN

Weltläden im Emsland und in der Grafschaft Bentheim

Ein Schokoriegel gratis
(ab einem Einkaufswert von 10 Euro,
teilnehmende Weltläden auf der Rückseite)

GUTSCHEIN

50 % Rabatt
auf ein BIO Probeabo

GUTSCHEIN

10 % Rabatt
auf den Tageseintritt für eine Person
(gilt nicht in Verbindung mit Jahreskarten oder anderen Vergünstigungen,
Gutschein nicht online einlösbar)

Gültig bis 30.11.2025

Weltläden im Emsland und in der Grafschaft Bentheim

Weltladen Sögel e. V.
Sigiltrastr. 13
49751 Sögel

Weltladen Lingen e. V.
Große Str. 4
49808 Lingen

Meppener Weltladen
Domhof 12
49716 Meppen

Eine-Welt-Laden Brögbern
Duisenburger Str.
49811 Lingen-Brögbern

Faire Welt – Samtgemeinde Lathen
Erna-de-Vries-Platz 7
49762 Lathen

Eine-Welt-Laden Nordhorn e. V.
Bahnhofstr. 33
48529 Nordhorn

Gültig bis 30.11.2025

BIO – Natürlich gesund leben

BIO ist das Magazin für alle, die ihr Leben gesund und nachhaltig gestalten wollen – mit einem Themenmix rund um Gesundheitsbewusstsein, Lebensfreude und Verantwortung für Umwelt und Gesellschaft.

BIO Magazin
089 - 544 184 - 221
biomagazin@biomagazin.de

Zum Einlösen des Gutscheins einfach das BIO-Probeabo in den Warenkorb auf biomagazin.de legen, den Code **EMSVECHTE50** eingeben und sparen!

Gültig bis 30.11.2025

Einen Tag Glück erleben im Tierpark Nordhorn

Der Familienzoo im Grünen ist nicht nur eines der beliebtesten Ausflugsziele in der Grafschaft Bentheim. Der Zoo engagiert sich besonders stark im regionalen Natur- und Artenschutz und kümmert sich um mehr als 170 Hektar Naturschutzfläche.

Tierpark Nordhorn gGmbH
Heseper Weg 140, 48531 Nordhorn, 05921 712000
tierpark-nordhorn.de
nur mit Originalgutschein einlösbar

GUTSCHEIN

VVV Nordhorn

Erlebe die Wasserstadt

2 für 1

einstündige Bootsrundfahrt, Sie erhalten das 2. wertgleiche oder günstigere Ticket für eine öffentliche Rundfahrt gratis

GUTSCHEIN

TERRA. vita

NATUR- UND GEOPARK
NÖRDLICHER TEUTOBURGER WALD,
WIEHENGEBIRGE, OSNABRÜCKER LAND E.V.

25 % Rabatt

auf eine Führung durch den »Stollen im Silbersee«
(75 Euro statt regulär 100 Euro für eine max. 10-köpfige Gruppe)

GUTSCHEIN

KLIMAHAUS®
BREMERHAVEN

10 % Rabatt

auf ein Erwachsenen-, Ermäßigten- oder Kinderticket
(gegen Abgabe des Coupons,
nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar)

GUTSCHEIN

Gültig bis 30.11.2025

Erlebe Nordhorn aus der Entenperspektive

Jedes Jahr eröffnet der VVV-Stadt- und Citymarketing Nordhorn e.V. im Frühjahr seine Bootssaison mit den beliebten Fahrgastschiffen »Vechtestromer«, »Vechtesonne« und »Vechteschute«. Jedes der Boote fährt komplett elektrisch und somit ökologisch nachhaltig über die Vechte der Wasserstadt Nordhorn.

VVV-Stadt- und Citymarketing Nordhorn e. V.
Firnhaberstraße 17, 48529 Nordhorn, 05921 80390
Öffnungszeiten Touristinformation:
Mo–Fr 10–18 Uhr, Sa 10–13 Uhr
info@vvv-nordhorn.de, vvv-nordhorn.de

Gültig bis 30.11.2025

Der Stollen im Silbersee – seine Vergangenheit

Vor 240 Millionen Jahren war es in unseren Breiten deutlich wärmer als heute – Norddeutschland war von einem flachen Meer bedeckt. Bei einer Tour durch den Silbersee-Steinbruch und -stollen in Hasbergen kann man das versteinerte Wattenmeer besichtigen.

Natur- und Geopark TERRA.vita
Am Schölerberg 1, 49082 Osnabrück, 0541 5014217
geopark-terravita.de
nur mit Originalgutschein einlösbar

Gültig bis 30.11.2025

Eine Reise um die Welt – an nur einem Tag!

Im Klimahaus Bremerhaven reisen die Besucher immer entlang des 8. Längengrades über fünf Kontinente an neun unterschiedliche Orte und erleben die Klimazonen unserer Erde auf spannende Weise hautnah.

Klimahaus Bremerhaven
Am Längengrad 8, 27568 Bremerhaven, 0471 9020300
Unsere aktuellen Öffnungszeiten finden Sie unter klimahaus-bremerhaven.de.
info@klimahaus-bremerhaven.de, nur mit Originalgutschein einlösbar

GUTSCHEIN

Stadtwerke Schüttorf · Emsbüren

2 Freikarten
für Freibad Schüttorf, Vechte Bad Schüttorf oder Ems Bad Emsbüren

GUTSCHEIN

Walderlebnis Emsland
Natur • Nachhaltigkeit • Bildung

10 % Rabatt
auf eine Walderlebnis-Veranstaltung

GUTSCHEIN

emsland moormuseum

30 % Rabatt
auf die Einzelkarte Eintritt ins Emsland Moormuseum

Gültig bis 30.11.2025

Grüne Energie für die Region

Vor beinahe 10 Jahren ging unser erster Windpark in Betrieb und seitdem haben wir in der Region viel bewegt. Wir investieren weiter in regenerative Energie, fördern die E-Mobilität und ersetzen nach und nach fossile Brennstoffe. Begleiten Sie uns in eine klimaneutrale Zukunft.

Stadtwerke Schüttorf • Emsbüren
Quendorfer Str. 34, 48465 Schüttorf, 05923 8030
Servicecenter Schüttorf: Mo–Do 7.30–12 & 13–16.30 Uhr, Fr 7.30–12.30 Uhr
Servicecenter im iPunkt Emsbüren: Mo & Do 10–12.30 & 14–16.30 Uhr
info@swse.de, swse.de

Gültig bis 30.11.2025

Natur – Nachhaltigkeit – Bildung

Cornelia Köster über Walderlebnis Emsland: »Wald ist meine Leidenschaft. Als Waldpädagogin kann ich Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen unsere Umwelt näherbringen. Es ist wichtig, raus zu gehen und in Kontakt mit der Natur zu kommen.«

Walderlebnis Emsland
Kolkstr. 33, 49808 Lingen (Ems), 0591 9154360
info@walderlebnis-emsland.de
walderlebnis-emsland.de

Gültig bis 30.11.2025

Geschichte und Natur erleben

Besucher erleben alle Aspekte des Moores: Fauna und Flora, die Besiedelung, das Arbeiten und Leben, sowie die Kultivierung im Rahmen des Emslandplanes.

Emsland Moormuseum e. V.
Geestmoor 6, 49744 Geeste-Groß Hesepe, 05937 709990
1. März–31. Oktober: Di–So 10–18 Uhr; feiertags geöffnet
moormuseum.de

GUTSCHEIN

HASETAL Touristik GmbH

5 Euro Rabatt
auf den Tagespreis eines Leih-E-Bikes
(regulärer Preis: 25 Euro pro Tag)

GUTSCHEIN

HASETAL Touristik GmbH

2 Euro Rabatt
auf den Tagespreis eines 7 Gänge Touren-Rades
(regulärer Preis: 9 Euro pro Tag)

GUTSCHEIN

HASETAL Touristik GmbH

2 Euro Rabatt
auf eine Draisinenfahrt
(regulärer Preis: Mo–Fr 9 Euro, Sa, So, Feiertage 12 Euro)

Gültig bis 30.11.2025

Willkommen im Fahrradies!

Genießen Sie einen Tag die wundervolle Naturlandschaft des Hasetals mit eingebautem Rückenwind! Unsere E-Bikes geben Ihnen den richtigen »Drive«.



Hasetal Touristik GmbH
Langenstr. 33, 49624 Löningen, 05432 599599
Mo–Fr 8–17 Uhr, Sa 9–13 Uhr
hasetal.de

Gültig bis 30.11.2025

Mit Leihrad durch das Fahrradies!

Für Ihren Tagesausflug leihen Sie sich einfach ein Fahrrad bei unserem Radverleih, in der Bahnhofstraße 33, in Meppen. Dazu erhalten Sie die Hasetal-Radwanderkarte.



Hasetal Touristik GmbH
Langenstr. 33, 49624 Löningen, 05432 599599
Mo–Fr 8–17 Uhr, Sa 9–13 Uhr
hasetal.de

Gültig bis 30.11.2025

Willkommen im Erholungsgebiet Hasetal!

Ein einmaliges Freizeitangebot auf Schienen begeistert Jung und Alt. Unterschiedliche Draisinen sorgen für jede Menge Vergnügen. Jeder darf mit anpacken oder lehnt sich gemütlich zurück.



Hasetal Touristik GmbH
Langenstr. 33, 49624 Löningen, 05432 599599
Mo–Fr 8–17 Uhr, Sa 9–13 Uhr
hasetal.de

GUTSCHEIN

Tourismus

10 % Rabatt
pro Gepäckstück und Gepäcktransfer quer durch
das Emsland mit dem Emsland Koffertaxi

GUTSCHEIN

GRAFSCHAFT
BENTHEIM

20 % Rabatt
auf die Grafschaft Bentheim-Fahrradtasche
aus recyceltem Material

GUTSCHEIN

Emsland RADexpress

Einmalige kostenfreie Fahrradmitnahme
in den Emsland RADexpress-Bussen
und im Fietsenbus »Lingen-Nordhorn«

Gültig bis 30.11.2025

Radfahrspaß im Emsland

3.500 Kilometer Radwegenetz und ein umfangreiches Serviceangebot machen das Radeln an der Ems und Hase zu einem Erlebnis. Die ADFC Radreiseanalyse bestätigt: Das Emsland ist gemeinsam mit dem Osnabrücker Land und der Grafschaft Bentheim beliebteste Radregion in Deutschland.

Emsland Tourismus GmbH
Ordeniederung 1, 49716 Meppen
05931 9250900, Mo–Fr 8.30–17 Uhr
emsland.com

Gültig bis 30.11.2025

Grafschaft Bentheim – Best Zufrieden Urlaub machen

Der Grafschaft Bentheim Tourismus e. V. ist Ihr Ansprechpartner für Urlaubs- und Freizeittipps in der Region.

Grafschaft Bentheim Tourismus e. V.
NINO-Allee 2, 48529 Nordhorn, 05921 961196
Mo–Fr 8.30–12.30 Uhr, Mo–Do 14–16 Uhr
tourismus@grafschaft.de, grafschaft-bentheim-tourimus.de

Gültig bis 30.11.2025

Beteiligte Busunternehmen

Fietsenbus – MIT RAD & BUS DIE GRAFSCHAFT BENTHEIM ERLEBEN!
KALMER Reisen
LeveLINK
VGE Verkehrsgemeinschaft Emsland-Süd
LEDA BUS
THÜNE MANN
MEYERING REISEN

EmslandRADexpress und Fietsenbus
Bahnhofstr. 41, 49716 Meppen, Mobilitätszentrale: 05931 933633
emsland-radexpress.de

GUTSCHEIN

Lauffreunde Emsland e.V.

Halber Vereinsbeitrag
für Neumitglieder im ersten Jahr

GUTSCHEIN

Mfit MEDICAL FITNESS BEIM TV MEPPEN

2 Gratis Trainingseinheiten

GUTSCHEIN

DER FAHRRADLADEN Janknecht

5 Euro Rabatt
auf Fahrrad-Inspektionen

Gültig bis 30.11.2025

Gemeinsam Natur erleben

Die Lauffreunde Emsland bieten vielfältige Möglichkeiten für Freizeit-Läuferinnen und -Läufer mit und ohne Wettkampforientierung.

Lauffreunde Emsland e. V.
Barlachhof 5, 49716 Meppen, 05931 2582
claudia@lauffreunde-emsland.de, lauffreunde-emsland.de

Gültig bis 30.11.2025

Mfit

Bewegung bedeutet Freiheit – und die liegt uns in den Genen.

Mfit Meppen
Lingener Str. 65, 49716 Meppen
mfit-meppen@gmx.de, mfit-meppen.de

Gültig bis 30.11.2025

Fahrradladen mit Werkstatt

Wir tun, was wir können und wir können, was wir tun! Qualität ist bei uns kein Zufall.

Der Fahrradladen Janknecht Meppen
Burgstr. 3–8, 49716 Meppen, 05931 12261
Mo–Fr 9–13 Uhr & 14.30–18 Uhr, Sa 10–13 Uhr
fahrradladen-meppen.de

GUTSCHEIN

Bike Park KOOPMANN
... die große E-Bike- & Fahrradauswahl im Emsland!

Einen E-Bike-Leihtag gratis
(Bei Buchung eines E-Bikes von Samstag bis Sonntag wird nur der Samstag berechnet)

GUTSCHEIN

Felix & Sohn F&S

5 % Rabatt
auf Fahrradzubehör
(reduzierte Ware ausgeschlossen)

GUTSCHEIN

MEYER
FAHRZEUGHAUS

5 % Rabatt
auf Fahrräder und Zubehör

Gültig bis 30.11.2025

Eine große Fahrrad- und E-Bike-Auswahl

Umwelt - und klimaschonend entspannt mobil sein – mit dem E-Bike bequem die Natur erleben und das Auto stehen lassen! Wir beraten Sie gerne bei Ihrer E-Bike Auswahl.



Bike Park Koopmann
Püttkesberge 1, 49751 Sögel, 05952 200480
Mo–Fr 9–18 Uhr, Sa 9–13 Uhr
bikepark-koopmann.de

Gültig bis 30.11.2025

Fahrrad und Zubehör

Felix & Sohn – Das Fachgeschäft in Ihrer Nähe.



Felix & Sohn
Dorfstr. 16, 48480 Spelle-Venhaus, 05977 251
Mo–Fr 8–12 Uhr & 14–18 Uhr, Sa 9–12.30 Uhr
felix-sohn.de

Gültig bis 30.11.2025

Mit dem Fahrrad klimafreundlich unterwegs

Wir bieten Ihnen ein breites Sortiment vom Kinderrad bis zum E-Bike sowie das passende Zubehör. Beratung und Service sind selbstverständlich.



Fahrzeughaus Meyer
Splitting rechts 48, 26871 Papenburg, 04961 73470
Mo–Fr 9–13 Uhr & 14.30–18 Uhr, Sa 9–13 Uhr
meyer-papenburg.de

GUTSCHEIN

Otten
KÄLTE · KLIMA · ELEKTRO

50 Euro Rabatt
beim Kauf eines Elektrorollers

GUTSCHEIN

Emsland carsharing

grafschafter carsharing

3 Schnuppermonate
im Standard-Tarif

GUTSCHEIN

Naturschutzstiftung Emsland

Gutschein für einen Obstbaum
bei 10 Euro Eigenanteil

Gültig bis 30.11.2025

Firma Otten - Wir installieren Zufriedenheit

1963 als Elektrogeschäft in Meppen gegründet, ist die Alwin Otten GmbH heute ein angesehener Fachbetrieb für Kälte-, Klima- und Elektrotechnik, regenerative Energien und Elektromobilität!

Alwin Otten GmbH
Industriestr. 22, 49716 Meppen, 05931 49595
info@otten.de

Gültig bis 30.11.2025

Stadtteilauto OS

Mit diesem Gutschein können Sie den günstigen Standard-Tarif 3 Monate ganz unverbindlich testen. Sie zahlen lediglich Ihre Fahrtkosten. In allen Preisen sind Tank- und Ladekosten bereits enthalten. 3 Stunden erhalten Sie bereits als Gutschrift und 50 % Rabatt auf die Aufnahmegebühr.

Stadtteilauto OS GmbH
Sandbachstr. 9, 49074 Osnabrück, 0541 6854458
Kundenbüro: Mo–Fr 10–17 Uhr
stadtteilauto.info, grafschafer-carsharing.de

Gültig bis 30.11.2025

Naturschutzstiftung des Landkreises Emsland

Die Naturschutzstiftung des Landkreises Emsland setzt sich für Umwelt- und Klimaschutz in der Region ein. Gutschein einzulösen bei Firma Buten, Gartenstr. 49, 49744 Geeste. Nur während der Pflanzzeit (Nov. bis Dez.).

Naturschutzstiftung des Landkreises Emsland
Ordeniederung 1, 49716 Meppen
05931 442573, 05931 441578
Mo–Do 8.30–12.30 u. 14.30–16 Uhr, Fr. 8.30–13 Uhr
naturschutzstiftung-emsland.de

GUTSCHEIN

die grafschaft
Naturschutzstiftung Grafschaft Bentheim

5 Euro Rabatt
auf Kauf eines Obstbaumes

GUTSCHEIN

Blumen Garmann
Die grüne Werkstatt

10 % Sofort-Rabatt
auf Ihren Einkauf

GUTSCHEIN

Pflanze und Co.
...die etwas andere Gärtnerei

10 % Rabatt
auf Ihren Einkauf per Fahrrad

Gültig bis 30.11.2025

Naturschutzstiftung Grafschaft Bentheim

Die Naturschutzstiftung Grafschaft Bentheim setzt sich für Umwelt- und Klimaschutz in der Region ein. Gutschein einzulösen bei Baumschule Paul Germer, Füchtenfelder Str. 33, 49835 Wietmarschen, Nur während der Pflanzzeit (Nov. bis Dez.).

Naturschutzstiftung Grafschaft Bentheim
Van-Delden-Str. 1–7, 48529 Nordhorn, 05921 961612
Mo–Do 8.30– 12.30 u. 14.30–16 Uhr, Fr. 8.30–13 Uhr
naturschutzstiftung.de

Gültig bis 30.11.2025

Frische und Qualität direkt aus eigenen Gewächshäusern

Nachhaltiger Anbau durch ressourcenschonende Produktion. Unsere Energie wird überwiegend aus nachwachsenden Rohstoffen und Photovoltaik-Strom gewonnen.

Blumen Garmann – »Die grüne Werkstatt«
Gärtnerstr. 5, 49832 Beesten, 05905 91225
Mo–Sa 8–12.30 & Mo-Fr 13.30–18 Uhr
blumen-garmann.de

Gültig bis 30.11.2025

… die etwas andere Gärtnerei

Pflanze und Co. ist ein Familienbetrieb mit umfangreichem Sortiment an Stauden, ausgefallenen Pflanzen und botanischen Raritäten, überwiegend aus eigenem Anbau.

Pflanze und Co. – Renate Brinkers
Wietmarscher Str. 8, 49811 Lingen, 05963 292313
März–Oktober: Di–Do 10–18 Uhr, sowie nach Vereinbarung
pflanze-und-co.de

GUTSCHEIN

LÜSKE
GARTENCENTER

Ein Kaffee gratis im Cafe Toscana
(direkt im Gartencenter)

GUTSCHEIN

BUND
FRIENDS OF THE EARTH GERMANY

20 % Rabatt
auf das Entleihen von Apfelsaftpressen und Cantico-Gartenöfen

GUTSCHEIN

NABU
Emsland / Grafschaft Bentheim

2 Euro Rabatt
beim Kauf eines Nistkastens

Gültig bis 30.11.2025

Gartencenter Lüske – Hier wachsen Ideen!

Wir freuen uns darauf, Sie in unserem Familienbetrieb begrüßen zu dürfen. Gerne stehen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Seite und profitieren Sie von über 50 Jahren Erfahrung und Begeisterung für grün! Schauen Sie gerne vorbei und erleben Sie auf 30.000qm Garten pur!

Gartencenter Lüske GmbH
Auf dem Höwel 16, 49740 Haselünne
05961 200480, Mo–Fr 9–18.30 Uhr, Sa 9–18 Uhr, So 14–17 Uhr
(sonntags eingeschränktes Sortiment)
info@gartencenter-lueske.de, gartencenter-lueske.de
nur mit Originalgutschein einlösbar

Gültig bis 30.11.2025

BUND für Umwelt und Naturschutz Deutschland

Der Cantico-Gartenofen dient der Herstellung von spezieller Holzkohle als Bestandteil von Terra Petra. Diese Holzkohle hält die Feuchtigkeit besonders gut im Boden und ersetzt Torf.

BUND-Kreisgruppe Emsland
05931 5501
nach Absprache
bund.nds@bund.net, bund-emsland.de

Gültig bis 30.11.2025

NABU – für Mensch und Natur in unserer Region!

Wir stehen für den Schutz unserer Tier- und Pflanzenwelt, für Umweltbildung und spannende Exkursionen. Wir beraten Sie gern in Fragen des Naturschutzes und stellen Kontakte zu Gleichgesinnten her.

NABU Emsland/Grafschaft Bentheim
Haselünner Str. 15, 49716 Meppen
05931 4099630
Mo 15–17 Uhr, Di 9–12 Uhr
nabu.el-noh@t-online.de, nabu-emsland.de
nur mit Originalgutschein einlösbar

GUTSCHEIN

Tischlerei STEVENS GmbH

www.tischlerei-stevens.de

10 % Rabatt
auf alle Dienstleistungen

GUTSCHEIN

Emsland
Abfallwirtschaftsbetrieb

20 Liter Kompost
aus emsländischen Bio-Abfällen gratis*

GUTSCHEIN

die grafschaft
Abfallwirtschaftsbetriebe

20 Liter Kompost
von den Grafschafter Gartenabfallsammelplätzen
Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gefäß mit.

Gültig bis 30.11.2025

Wir setzen Ihre Kundenwünsche in die Tat um

Wir stellen Türen, Fenster, Treppen, Theken, Ladenbau und Möbel aller Art her. Unser Augenmerk liegt darin, keine Rohstoffe zu vergeuden bzw. noch verwendbare Materialien wiederzuverwerten. Daraus entstand vor einigen Jahren unser »Upcycling Programm«.

Tischlerei Stevens GmbH
Dieselstraße 2, 26899 Rhede (Ems), 04964 1383
Mo–Fr 8–17 Uhr und nach Absprache
tischlerei-stevens.de

Gültig bis 30.11.2025

Sortieren – Verwerten – Vermeiden

Umfassende Informationen zur Abfallverwertung erhalten Sie beim Abfallwirtschaftsbetrieb. Nutzen Sie gerne das Informationsangebot durch unser Kunden-Center.

*Abholung mit eigenem Transportgefäß von einer unserer vier Zentraldeponien: Venneberg, Wesuwe, Dörpen und Flechum.

Abfallwirtschaftsbetrieb Landkreis Emsland
Kreishaus III, Herzog-Arenberg-Str. 12, 49716 Meppen, 05931 599699
Mo–Do 8.30–12.30 Uhr u.14.30–16 Uhr, Fr 8.30–12.30 Uhr
awb-emsland.de

Gültig bis 30.11.2025

– Der Umwelt zuliebe –

Wir recyceln Ihre Grünabfälle zu wertvollem Kompost. Kompost erhöht die Bodenfruchtbarkeit Ihres Gartens und ersetzt Torfprodukte. Ihr Beitrag zum Moor- und Klimaschutz.

Abfallwirtschaftsbetriebe Landkreis Grafschaft Bentheim
Die Adressen und Öffnungszeiten unserer Grünabfallsammelplätze finden Sie auf unserer Website oder im Abfallplaner.
05921 961666, awb-grafschaft.de
nur mit Originalgutschein einlösbar

GUTSCHEIN

euronics XXL
Mösker
Meppen • Fürstenau • Spelle • Bramsche

10 % Rabatt
beim Kauf eines Gerätes mit einem Energielabel A oder B aus unserem Sortiment (ausgeschlossen sind Artikel aus unserer Werbung)

GUTSCHEIN

Miele Spezialist
HIRNSTEIN
KÜCHEN • HAUSGERÄTE • KUNDENDIENST

Sondernachlass von 50 Euro
auf Miele-Gefrierschränke mit dem Energielabel E und
und Miele-Waschmaschinen mit dem Energielabel A

GUTSCHEIN

EDZ

Ein gratis Heißgetränk
in der Rhederei – dem Restaurant im Ems-Dollart-Zentrum

Gültig bis 30.11.2025

EURONICS XXL Mösker

Beratungsstarker und serviceorientierter Elektrofachmarkt, hauseigene Werkstatt für Reparaturen, Erstellung von Überwachungsanlagen sowie Installations- und Lieferservice.

EURONICS XXL Mösker
Auf der Herrschwiese 5-9, 49716 Meppen, 05931 98010
Mo–Fr 9.30–18.30 Uhr, Sa 9.30–18 Uhr
euronics.de/xxl-meppen-elektronik

Gültig bis 30.11.2025

Wir haben Ihre Wunschküche

Hirnstein Küchen und Hausgeräte, Miele-Spezialist, Beratung, Planung, Verkauf, Montage, eigener Kundendienst und Ersatzteilverkauf.

Hirnstein GmbH – Küchen und Hausgeräte
Fürstenbergstr. 27, 49716 Meppen, 05931 12234
Mo–Fr 9–13 Uhr & 14.30–18 Uhr, Sa 9.30–13 Uhr
hirnstein-kuechen.de
nur mit Originalgutschein einlösbar

Gültig bis 30.11.2025

Kurze Wege im EDZ

Hier finden Sie alle Partner rund ums Bauen & Wohnen unter einem Dach. Das Ems-Dollart-Zentrum ist in seiner Konzeption in Deutschland einzigartig mit über 20 Handwerks- und Dienstleistungsunternehmen.

EDZ Bauen-Wohnen-Freizeit GmbH & Co. KG
Industriestr. 2, 26899 Rhede/Ems, 04964 604220
Mo–Fr 9–18 Uhr, Sa 9–13 Uhr
info@edz-online.de, edz-online.de

GUTSCHEIN

REHO LAND

10 Euro Rabatt
auf einen Stromspar-Check und ein Stromspar-Paket
im Wert von bis zu 70 Euro
(Für Bezieher von ALG II, Sozialhilfe/Wohngeld kostenlos)

GUTSCHEIN

Klima center

Niedersachsen • Netzwerk
Nachwachsende Rohstoffe
3N Dienstleistungen GmbH 3N

50 % Rabatt
auf eine Initialberatung »Sanieren und Bauen«

GUTSCHEIN

VPB
Verband Privater Bauherren e.V.

20 % Rabatt
auf ein VPB-Einstiegspaket Ihrer Wahl

Gültig bis 30.11.2025

REHOLAND

Wir setzen uns ein für die Qualifizierung von benachteiligten Personen für den Arbeitsmarkt, die Beschäftigung in geförderten Maßnahmen sowie das Recyceln und Verwerten von gebrauchten Waren und Materialien.



REHOLAND gGmbH
Lindenstr. 13, 49808 Lingen (Ems), 0591 912480
Mo–Do 7.45–16.30 Uhr, Fr 7.45–12.45 Uhr
reholand.de
nur mit Originalgutschein einlösbar

Gültig bis 30.11.2025

CO_2 und Energie gespart

Das Klimacenter ist ein Modellhaus mit Vorbildcharakter und bietet die Möglichkeit, sich in verschiedenen Ausstellungsbereichen über ökologische Energietechniken sowie neue Materialien zu informieren.



Klimacenter Werlte (betreut durch 3N Dienstleistungen GmbH)
Kompaniestr. 1, 49757 Werlte, 05951 98930, Mo–Do 10–16 Uhr
3-n.info

Gültig bis 30.11.2025

Erst beraten lassen, dann bauen und sanieren

Der VPB berät Bauherren und Hausbesitzer firmen- und produktneutral in allen Fragen der energetischen Sanierung sowie der Optimierung von Alt- und Neubauten.



Verband Privater Bauherren (VPB) e. V. – Regionalbüro Emsland
Dr.-Eberle-Str. 46, 49716 Meppen, 05931 8827882
Besuchszeiten nach telefonischer Vereinbarung, vpb.de/emsland
nur mit Originalgutschein einlösbar

GUTSCHEIN

Emsland
Energieeffizienzagentur
Landkreis Emsland e.V.

20 % Rabatt
auf die Weiterbildung »Klimalotsen«
(ein Teilnehmer pro Gutschein)

GUTSCHEIN

2e Architekten
Energieeffizient Bauen

Eine kostenlose Erstberatung
rund um die Themen Energieeffizient Bauen und Sanieren.
Die Beratung gibt einen ersten Überblick über Handlungsmöglichkeiten.

GUTSCHEIN

SCHWARTE
Wir bringen Leistung

Kostenlose Bestandsaufnahme
und Kurzbericht zur energetischen Heizungssanierung

Gültig bis 30.11.2025

Mehrwert durch Energieeffizienz

Die Energieeffizienzagentur bietet ein vielfältiges Beratungsangebot zur Energieeffizienz und zu Fördermitteln. Sie unterstützt bei der Bildung von Netzwerken und lädt zu Informationsveranstaltungen ein.



Energieeffizienzagentur Landkreis Emsland e. V.
Ordeniederung 1, 49716 Meppen, 05931 441640
Mo–Do 9–16 Uhr, Fr 9–12.30 Uhr
eea-emsland.de

Gültig bis 30.11.2025

Energieeffizient Bauen und Sanieren

Architekt Dipl.-Ing. (FH) Andreas Hülsmann: Ausbildung zum Gebäudeenergieberater (Architektenkammer Niedersachsen), Sachverständiger für »Schäden an und in Gebäuden« und Wertermittlung bebauter und unbebauter Liegenschaften



2e Architekten – Individuell Bauen
Am Sandberg 11, 49716 Meppen, 05931 8812170
Mo–Do 8–17 Uhr, Fr 8–13 Uhr
info@2e-architekten, 2e-architekten.de

Gültig bis 30.11.2025

Schwarte – Wir bringen Leistung

Ob energetische Heizungssanierung oder Badsanierung, bei uns erhalten Sie Ihren individuellen Fahrplan dazu. Unsere Experten freuen sich darauf, Sie und Ihr Projekt kennenzulernen.



Schwarte Haustechnik GmbH
Sögeler Straße 6-8, 49751 Hüven
Mo–Fr 8–12.30 Uhr und 13.30–17 Uhr
info@schwarte-haustechnik.de, schwarte-haustechnik.de
nur mit Originalgutschein einlösbar

GUTSCHEIN

ibe nöst

Energieberatung

10 % Rabatt
auf einen Energieausweis
(Bedarfs- und Verbrauchsausweis für Wohngebäude)

GUTSCHEIN



15 % Rabatt
bei Erstellung von einem Energieausweis
(Bedarfs- oder Verbrauchsausweis)

GUTSCHEIN

FELIX ENERGIE

10 % Rabatt
auf eine Energieberatung

Gültig bis 30.11.2025

Beraten lassen zahlt sich aus

Energieberatung gemäß Gebäudeenergiegesetz (GEG) für Wohn- und Nichtwohngebäude (Neubau und Sanierung), Fördermittelberatung, Verbrauchs- sowie Bedarfsausweiserstellung, Blower-Door-Messungen und Wärmebrückenberechnungen.



IBE-Nöst (Ing.-Büro & Energieberatung)
Carl-Zeiss-Str. 2c, 49824 Emlichheim, 05943 984240
Mo–Do 8–17 Uhr , Fr 8–14 Uhr
ibe-noest.de

Gültig bis 30.11.2025

Energie sparen heißt Kosten sparen.

Die Zukunft aktiv mitgestalten. Der Schornsteinfeger:
Ihr Partner beim Energiesparen.



Andreas Niemann Gebäudeenergieberater
Teglinger Hauptstr. 10, 49716 Meppen, 05931 8817295, 0152 09008041
niemann.teglingen@t-online.de

Gültig bis 30.11.2025

Energie sparen fängt mit uns an

Ingenieurbüro für Energieberatung von Wohn- und Nichtwohngebäuden, Thermografie, Vor-Ort-Beratung, Blower-Door-Test, Fördermittelrecherche und Energieausweise.



Felix Energie
Vitusstr. 16, 48480 Spelle, 05977 769676
nach Terminvereinbarung
felix-energie.de

GUTSCHEIN

bauXpert knipper

10 % Rabatt
beim Kauf eines Elektrokamins oder wassergeführten Pelletofens
(nicht mit anderen Aktionen/Angeboten kombinierbar)

GUTSCHEIN

bauXpert knipper

Kostenlose Montage
im Umkreis von 100 km beim Kauf eines Kaminofens
für Festbrennstoffe (Kohle oder Holz)
(nicht mit anderen Aktionen/Angeboten kombinierbar)

GUTSCHEIN

Mallasch&Uhlen
Kraftstoffe • Schmierstoffe • Heizöl

100 kg Pellets gratis
(bei Kauf von mind. 4 Tonnen Power Pellets,
gilt für die nachfolgende Lieferung)

Gültig bis 30.11.2025

BauXpert Knipper – Ihr Baustoffhandel in Sögel und Werlte.

Entdecken Sie unsere energiesparenden Kaminöfen und besuchen Sie die umfangreiche Ofenausstellung am Standort Sögel.

BauXpert Knipper GmbH & Co. KG
Püttkesberge 4, 49751 Sögel, 05952 2030
Sögeler Straße 12, 49757 Werlte, 05951 995070
knipper24.de

Gültig bis 30.11.2025

BauXpert Knipper – Ihr Baustoffhandel in Sögel und Werlte.

Entdecken Sie unsere energiesparenden Kaminöfen und besuchen Sie die umfangreiche Ofenausstellung am Standort Sögel.

BauXpert Knipper GmbH & Co. KG
Püttkesberge 4, 49751 Sögel, 05952 2030
Sögeler Straße 12, 49757 Werlte, 05951 995070
knipper24.de

Gültig bis 30.11.2025

Seit über 8 Jahren Power Pellets in der Region

Der Vorteil von Holz gegenüber den fossilen Energieträgern:
Es wächst immer wieder nach.

Mallasch & Uhlen GmbH
Schulze-Delitzsch-Str. 1, 49716 Meppen, 05931 98940
Mo–Fr 7.30–17 Uhr, Sa 8–12 Uhr
uhlen-mineraloele.de

GUTSCHEIN

MEDITEC

Elektro • Heizung • Sanitär

150 Euro Rabatt

bei Kauf einer Photovoltaikanlage

GUTSCHEIN

Elektro Kossen

5 % Rabatt

auf Smart-Home und Sicherheitstechnik

GUTSCHEIN



10 % Rabatt

auf wasserführende Kaminöfen oder Pelletkessel von Oranier

Gültig bis 30.11.2025

MEDITEC

Wir sind Partner, wenn es um Elektro, Heizung, Sanitär und Photovoltaikanlagen geht.

MEDITEC GmbH & Co. KG
Zur Lage 1, 26901 Lorup, 05954 925525
Mo–Do 8–12.30 Uhr & 13.30–17 Uhr, Fr 8–13 Uhr
meditec-lorup.de

Gültig bis 30.11.2025

Elektro Kossen – Ihr Partner für Smart-Home und Sicherheit

Die Elektro Kossen GmbH & Co. KG ist in den Bereichen Elektro-, Kommunikations- und Sicherheitstechnik Ihr kompetenter Partner. Lösungen für Smart-Home, altersgerechtes Wohnen, Sicherheitstechnik und Erneuerbare Energien bieten wir Ihnen bedarfsgerecht an.

Elektro Kossen GmbH & Co. KG
Hauptstr. 4, 26909 Neubörger, 04966 390
Mo–Fr 8–13 Uhr und 14–17 Uhr
mail@elektro-kossen.de, elektro-kossen.de
Aktionscode: **KSB-AKTION-EK22**

Gültig bis 30.11.2025

Ökologische Energiespar-Systeme

Regenerative Energie aus der Natur

Elektro Heizung Sanitär Altendeitering
Von-Stauffenberg-Str. 4, 49751 Sögel, 05952 9699050
Mo–Fr 8–13 Uhr
altendeitering.de

Wir publizieren nachhaltig

Ökologie und Nachhaltigkeit sind im oekom verlag nicht nur Wörter auf dem Papier, sondern bilden das Fundament seiner Unternehmensphilosophie. Kooperation, umweltschonende Produktion und Vielfalt – oekom möchte mit seinen Publikationen Alternativen aufzeigen und selbst eine Alternative sein.

Informieren Sie sich über aktuelle Veröffentlichungen und abonnieren Sie unseren Newsletter unter oekom.de/newsletter

Deutscher
NACHHALTIGKEITS
Kodex
Anwender

natürlich oekom!

Mit diesem Buch halten Sie ein echtes Stück Nachhaltigkeit in den Händen:

- 100 % Recyclingpapier
- mineralölfreie Druckfarben
- Verzicht auf Plastikfolie
- Kompensation aller CO_2-Emissionen
- kurze Transportwege – in Deutschland gedruckt

Weitere Informationen unter natürlich-oekom.de
und #natürlichoekom

Impressum

Herausgegeber: Landkreis Emsland in Kooperation mit dem Landkreis Grafschaft Bentheim, oekom e.V. – Verein für ökologische Kommunikation



© 2022 oekom verlag, Gesellschaft für ökologische Kommunikation mbH, München
Waltherstraße 29, 80337 München

Idee und Konzept: oekom e. V.
Projektteam: Walter Pengemann (Landkreis Emsland, Energieeffizienzagentur Landkreis Emsland e.V.), Kai Wittke (Projekt KlikKS, Klimaschutz- und Energieagentur Niedersachsen GmbH), Stephan Griesehop (Landkreis Grafschaft Bentheim), Julia Hermann (oekom verlag)
Gestaltung und Satz: Anita Mertz, Augsburg
Umschlaggestaltung: Ulrike Huber (uhu-design.de)
Druck: Aumüller Druck GmbH & Co. KG, Regensburg

Alle Rechte vorbehalten
Printed in Germany

Die Herausgeber übernehmen keine rechtliche Verantwortung für den Inhalt der aufgeführten Weblinks sowie für die Richtigkeit der CO_2-Angaben. Bei der Berechnung der CO_2-Werte in diesem Buch wurden CO_2-Äquivalente wie Methan oder Lachgas berücksichtigt.

Bildnachweise:
Landkreis Emsland (4, 5, 62), Landkreis Grafschaft Bentheim (4, 5, 6, 33, 49, 51, 52, 53, 55), Dawin Meckel (8), Meinen und Eden Fotografie (10), Grafschaft Bentheim Tourismus (13, 56, 57), Tafel Nordhorn e.V. (18), Maren Schulze, ZEHN (31), Samtgemeinde Laten (36), Naturpark Moor-Veenland (46, 47), Foto Rieke (48), Emsland Tourismus GmbH (50), Swantje & Martin Theben (58, 59), Familie Lis (60), Stephan Griesehop (63)
iStock: Rawpixel (9), nd3000 (23), ArminStautBerlin (38), MesquitaFMS (43), dogayusufdokdok (44)
AdobeStock: vpardi (12), Pixel-Shot (15), nerudol (24), Kitreel (29), Christian Pedant (30), szmuli (32), kite_rin (39), pikselstock (54), C. Schüßler (61), Skórzewiak (64), Satjawat (65), mavoimages (66), Benjamin [,O°] Zweig (71), rh2010 (72), globetrotter1 (74), Sevda Ercan (75), petrrgoskov (76), lavizzara (77), ppa5 (81), Miss Mafalda (82)
unsplash: cayla1-150730 (16,17), jakub-kapusnak (27), shanna-camilleri (34,35), charisse kenion (37)
fotolia: mythja (22), ffphoto (25), Jenny Sturm (69), Dmitry Koksharov (70)
photocase: suze (78, 79)
pixelio: Dr. Klaus-Uwe Gerhardt (80)



Informationen zur nachhaltigen Geldanlage finden Sie auf Seite 39.

Mehr Grün steht auch Ihren Geldanlagen gut.

Jetzt beraten lassen, wie Sie Ihr Geld sinnvoll anlegen und gleichzeitig Nachhaltigkeitsaspekte berücksichtigen können.

Mehr auf sparkasse.de/mehralsgeld

Weil's um mehr als Geld geht.

Lassen Sie sich nachhaltig inspirieren!

Es ist wieder soweit! Die fünfte Auflage des beliebten Ratgeber- und Gutscheinbuches lockt bis ins Jahr 2025 mit 90 Gratis- und Rabattangeboten. Dank zahlreicher neuer Klimatipps und interessanter Beratungsangebote können Sie Ihre CO_2-Emissionen mühelos reduzieren – und ganz nebenbei Ihren Geldbeutel schonen! Damit gewinnen alle: das Klima und Sie!

Erfahren Sie mehr unter
klimasparbuch.de
klimaschutz-emsland.de
klimaschutz.grafschaft-bentheim.de

oekom