

Vortrag Buchmesse

Alltagstipps zur nachhaltigen Mediennutzung und Medienbildung

Praktische Tipps zur nachhaltigen Mediennutzung

Wussten Sie, dass es mit Blick auf den CO₂-Verbrauch auch eine Rolle spielt, über welches Netz Sie Ihre Lieblingsserie streamen? Kennen Sie alternative Suchmaschinen, die auf ökologische Stromerzeugung setzen?

Im Vortrag präsentieren wir praktische Tipps zur nachhaltigen Mediennutzung, die sich im privaten und beruflichen Kontext einfach umsetzen lassen. Hier erfahren Sie, wie Sie Ihren digitalen Alltag umweltfreundlicher gestalten können.

Sieben Fragen, einige Antworten:

REDUCE, REUSE, RECYCLE

Was ist im Umgang mit bestehender Technik zu beachten?

- Nutzen Sie Ihre technischen Geräte möglichst lange, bevor sie sie ersetzen.
- Schaffen Sie eher gebrauchte, kabelgebundene Geräte an.
- Leihen Sie Geräte oder kaufen Sie gebraucht.
→ Plattformen für gebrauchte Technik
<https://www.circulee.com/>
<https://www.backmarket.de/de-de>
<https://www.refurbed.de>
<https://wirkaufens.de/>
<https://www.rebuy.de/>
www.ebay.de
<https://www.apple.com/de/shop/refurbished>
- Passen Sie Ihre Bildschirmgröße an den tatsächlichen Bedarf an.
→ je größer der Bildschirm, desto stärker wird die Umwelt belastet.
- Reparieren Sie defekte Geräte, wenn möglich! Evtl. gibt es Reparaturcafés in der Nähe, die Ihnen weiterhelfen können? <https://www.repaircafe.org/de/>
- Lassen Sie alte Geräte nicht in der Ecke liegen!

Was ist beim Kauf neuer Technik zu beachten?

- Achten Sie beim Kauf von Technik auf Langlebigkeit, Energieeffizienz und Reparierbarkeit.
- Schaffen Sie „grüne“, energieeffiziente Hardware an.
- Unterstützen Sie Unternehmen und Hersteller, die sich für umweltfreundliche Produktionsprozesse und nachhaltige Materialien einsetzen. Bei Smartphones z.B. Fairphone oder Shiftphone.

Was tun mit alten Geräten?

- Trennen Sie sich von alten elektronischen Geräten durch Recycling oder sachgemäße Entsorgung, um Elektroschrott zu reduzieren.
- E-Schrott kannst man ganz einfach kostenlos im Supermarkt, im Bau- oder Elektromarkt abgeben. Oder auch auf dem Wertstoffhof. Das schont die Umwelt und ermöglicht Wiederverwertung. <https://e-schrott-entsorgen.org/>

Idee: Sammeln Sie gemeinsam im Team oder Projekt alte Technik. Die seltenen Rohstoffe in Altgeräten können nämlich wiedergewonnen werden! E-Schrott enthält zum Beispiel Kupfer, Aluminium, Gold oder Neodym. Diese können bei der Produktion neuer Geräte wieder eingesetzt werden.

Welche technischen Hacks führen zum Energiesparen und Co.

- Einschalten des Dark Mode auf Endgeräten.
- Regelmäßig das Postfach aufräumen und Emails löschen, die nicht gebraucht werden. Auch andere Dateien, die man in der Cloud oder online gespeichert hat, kann man auf eine Festplatte umziehen oder löschen, falls sie nicht mehr benötigt werden.
- Bildauflösung runterdrosseln. Denn: Bei höchster Auflösung werden 23-mal so viele Daten pro Stunde verbraucht wie bei niedriger.
- Einmal einen Song downzuloaden ist besser, als das gleiche Lied immer und immer wieder zu streamen.
- Ad-Blocker einschalten!
- Alternative Suchmaschinen nutzen zum Beispiel Ecosia oder DuckDuckGo.
- Reduzieren Sie die Anzahl der Apps und Programme, die im Hintergrund laufen, um Energie zu sparen.
- Löschen Sie alle Newsletter Abos, die Sie nicht lesen.
- Schließen Sie nicht benötigte Tabs auf eurem Desktop.
- Genau überlegen, ob ein Sprachmodell wie ChatGPT befragt werden soll oder die Suchmaschine. Der Dialog mit einer KI kostet etwa das Zehnfache im Vergleich zu einer Standardsuche.
- Benutzen Sie Smartphone, Laptop oder Fernseher sparsam. Konzentrieren Sie sich auf ein Gerät und lassen Sie andere nicht parallel laufen.

Was kann man gegen Stromfresser tun?

- Verwenden Sie Energiesparmodi und Standby-Einstellungen, wenn sie nicht aktiv genutzt werden.
- Länger abwesend? Dann lieber Geräte ausschalten, auch nicht im Standby laufen lassen
- Achten Sie auf versteckte Stromfresser - Apps und Anwendungen im Hintergrund, Stromfresser/Standby Geräte zu Hause und im Büro.
- Wenn man einen Raum länger als drei Minuten verlässt, Licht ausschalten.

Was kann man sonst noch tun?

- Wechsel zu einem Ökostromanbieter.
- Eigene Webseite auf „grüne“ Server umziehen, z.B. Windcloud-Server <https://www.windcloud.de/>
- Nutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel oder Fahrräder, um zu Meetings oder Veranstaltungen zu gelangen, um den CO2-Fußabdruck zu reduzieren.

- Gestalten Sie Ihre Veranstaltung nachhaltig! Es gibt zahlreiche Leitfäden, wie man vom Catering, über Materialien bis zur Anreise das eigene Event nachhaltig gestalten kann.

Leitfaden für die nachhaltige Veranstaltungsorganisation vom BMUV:

https://www.bmu.de/fileadmin/Daten_BMU/Download_PDF/Nachhaltige_Entwicklung/checklisten_interaktiv_nachhaltige_organisation.pdf

Berliner Clubs: <https://www.zukunft-feiern.de/>

- Support your local hero! Bestellen Sie nicht im Internet, sondern unterstützen den lokalen Einzelhandel.
- Wenn Sie online bestellen müssen/wollen: besser nicht bei den großen Anbietern.
- Kann man sich auch online von großen datensammelnden Konzernen loslösen?
- Vermeiden Sie den Kauf von Einweg-Batterien und bevorzugen wiederaufladbare Batterien für elektronische Geräte.

Weitere Link-Tipps:

Die AWO SPI hat für Ihre Mitarbeitenden eine Internetseite erstellt, auf der einfache Tipps für den Arbeitsalltag zusammengetragen wurden:

<https://awo-spi.de/transformer-challenge/>

Errechnen Sie sich Ihren eigenen digitalen Fußabdruck und erfahren Sie, wo Sie sparen können.

<https://www.digitalcarbonfootprint.eu/>

Vielen Dank für Ihr Interesse!

Erstellt im März 2024 von der Koordinierungsstelle Medienbildung Sachsen.