

Regionaler Konsumkodex

Bei Klick auf die jeweiligen Kategorien, erhältst du Information wie z. B.:

- Kriterien und Tipps zum ökologischen, sozialen und gerechten Konsum bzw. Einkauf
- Adressen und Links zu Produzenten und Händler

Alle Konsumentinnen und Konsumenten bitten wir um Mithilfe, indem sie uns Informationen dazu zur Verfügung stellen. Informationen, Anregungen, Korrekturvorschläge werden erbeten an: [info\(at\)consolnow.org](mailto:info(at)consolnow.org). Der Regionale Konsumkodex wird dann monatlich aktualisiert.

Vielen Dank für deine Mithilfe!

01000 Lebensmittel

01001 Getreide

Kriterien:

- Biogetreide
- Regional produziert

Produzenten und Händler:

- Biodinkelmehl: Martinshof in Buch www.martins-hof.at
- Biodinkelmehl: Sutterlüty-Märkte www.sutterluety.at
- Weizengrieß: z` Petermartes - Familie Sonja u. Martin Konzet, Mühleplatz 9, 6719 Bludesch, Tel. 0664/8968125 oder [zpetermartes\(at\)gmail.com](mailto:zpetermartes(at)gmail.com)
Geöffnet ist unser Kühlschrank immer von 06.30 bis ca. 21.00 Uhr, also fast rund um die Uhr!

01002 Backwaren

Bio-Backwaren

Kriterien:

- Biogetreide
- Produziert in heimischen Backstuben
- Zutaten aus der Region
- Natursauerteig

Produzenten und Händler:

- BACK KULTUR Rupert Lorenz, Göfis, www.back-kultur.at
 - Bäckerei Lampert, Götzis, www.laendlefirma.at/bckerei-lampert.html
 - Bäckerei Walter, St. Anton im Montafon, www.walters-brotlaedele.at
 - Bäckerei Stadelmann, Dornbirn, www.stadelmann.biz
 - Bäckerei Gunz, Hörbranz, www.baeckerei-gunz.at
-

Backwaren

Kriterien:

- Produziert in heimischen Backstuben
- Zutaten aus der Region
- Ohne chemische Backmittel
- Keine fertigen Backmischungen
- Lange Teigführung
- Natursauerteig
- Natursole

Produzenten und Händler:

- Rheinberger, Innerlaterns, www.rheinberger.at
- Bäck Breuß, Rankweil, www.baeckbreuss.co.at
- Bäckerei Waltner, Klaus, www.baeckerei-waltner.at
- Bäckerei Kleber, Bezau, 05514 2384-2

01003 Gemüse

Kriterien:

- Biogemüse
- aus der Region

Produzenten und Händler:

- www.bio-austria.at
- Ehrne Bioladen, Sebastianstraße 25, Feldkirch-Gisingen, 05522 75320, www.ehrne-bioladen.at
- Lisile's Hof Meiningen 05522 31107, www.lisilis.at
- www.laendle.gemuesekiste.at
- www.vetterhof.at
- www.kristahof.com
- Elmar Ströhle, Götzis, 05523 53434
- Vögel Brigitte, Im Buch 39, 6840 Götzis, 05523 64689
- s'Mühle Lädile, Fr. Vanessa Bitschnau, St. Peterstraße 18, Bludenz, 0680 3053052, www.muehlelaedile.at
- Hof „Bio Berg Vielfalt“, Dorothea und Armin Rauch, Bassig 1, Dünserberg, 05524 2352 oder 0664 905 3335, Öffnungszeiten: nach tel. Vereinbarung, Alles Bio -Gemüse und Beerenpflanzen, Eier, Gemüse nach Saison, Edelbrände, Obst nach Saison, Most, Eingelegtes und Marmeladen. uvm..., Hofführungen und Permakulturkurse.
- Helga's Lädile, Fam. Helga und Hubert Tschabrun, Kirchplatz 7, Frastanz, 0664 3911698, Öffnungszeiten: Di, Do, Sa 9:00 bis 11.00 Uhr, Gemüse nach Saison, Kartoffel, Käse, Milch, Schnäpse....
- Elfenkräutergarten, Martina Tiefenthaler, Rungeletsch 53, Frastanz, 0676 9191 582 oder Tamara Mayer, Im Winkel 12, Nenzing, 0664 2564 617, elfenkraeutergarten.weebly.com
- Wegwarte, Fam. Keckeis/Grabher, Kiesweg 7, 6842 Koblach, 05523/54816, [bio\(at\)wegwarte.at](mailto:bio(at)wegwarte.at), www.wegwarte.at, Gemüseanbau von Artischocken bis Zucchini, Obst, Kräuter, Walnüsse, Sage Pesto, Naturkostladen, Zustellung von Biokisten, Biogemüse, Bioobst im Rheintal
Öffnungszeiten: Di 09.00 - 12.00 Uhr und 15.00 - 19.00 Uhr,
Fr 09.00 - 19.00 Uhr und Sa 09.00 - 12.00 Uhr
- PGM Böckle, Kommingerstraße 84, 6840 Götzis, [bio.boeckle\(at\)gmx.net](mailto:bio.boeckle(at)gmx.net), 0664/9249005 oder 05523/51571

- Josef Stark, Biohof Feldkirch, Kohlgasse 3, 05522 38924
- Biohof Breuß, Im Gängle 4, 6832 Röthis, 0650 231 2012, www.biohof-breuss.at

Tipp:

Eigenes Gemüse anbauen – Möglichkeit der Mitarbeit bei einem der Vorarlberger Gemeinschaftsgärten, mehr Informationen dazu unter www.wandeltreppe.net

01004 Milch und Milchprodukte

Kriterien:

- produziert ohne Futtermittel, die Soja bzw. Sojaschrot aus Südamerika enthalten
- produziert ohne Kunstdünger
- gentechnikfrei
- aus reiner Gras- und Heufütterung

Produzenten und Händler:

- www.bio-austria.at
- Käsehof in Daliebis, Batschuns, Daliebis 11. 6835 Zwischenwasser. Tel. 05522 48144, www.daliebis.at
- Vögel Brigitte, Im Buch 39, 6840 Götzis, Tel. 05523 64689, Käse aus der Region
- Buralädele, Caritas Werkstätte Ludesch, Schulweg 10, Ludesch, 05552 2002300, www.caritas-vorarlberg.at, Öffnungszeiten: Mo – Fr: 8 bis 15:30 Uhr, Handgefertigte Produkte von Menschen mit Behinderung, regionale und FAIRtrade-Produkte von Landwirten der Region und aus aller Welt (Käse, Butter, Joghurt, Marmeladen, Honig, Eier, Obst + Gemüse, uvm..., Di + Fr Bio-Brot aus der Bäckerei Rupert Lorenz aus Göfis
- Bantel GmbH, Rucksteig 66, 6900 Möggers, 05573 82233, www.camembert.at
- Sennerei Die Sieben-Bauernmilch, Ziegelbachstraße 45, 6912 Hörbranz, T 05573 84503, www.vorarlbergkaese.at
- Sennerei Huban reg GenmbH, Huban 139 6933, Doren, 0+43 5516 2001, www.sennerei-huban.at
- Maruler Biosennerei, 6741 Marul 56, Tel.: 05553/355, www.marulerbiosennerei.com, [kontakt\(at\)marulerbiosennerei.com](mailto:kontakt(at)marulerbiosennerei.com), Bio-Bergkäse in drei verschiedenen Reifestufen, Bio-Reibkäse, Bio-Butter Süßrahm, Bio-Butterschmalz, ...
- z` Petermartes - Familie Sonja u. Martin Konzet, Mühleplatz 9, 6719 Bludesch, Tel. 0664/8968125 oder [zpetermartes\(at\)gmail.com](mailto:zpetermartes(at)gmail.com)
frische Rohmilch in der 0,5 l Glasflasche, mittwochs und samstags selbstgemachtes Joghurt in verschiedenen Geschmacksrichtungen
Geöffnet ist unser Kühlschrank immer von 06.30 bis ca. 21.00 Uhr, also fast rund um die Uhr!

01005 Eier und Nudeln

Kriterien Eier:

- aus Freilandhaltung (außer Freilandhaltung ist aufgrund der hohen Lage der Landwirtschaft nicht möglich)
- produziert ohne Futtermittel, die Soja bzw. Sojaschrot aus Südamerika enthalten
- gentechnikfrei

Produzenten und Händler:

- Martinshof, Buch, (auch Nudeln)! (erhältlich auch b. Sutterlüty) www.martins-hof.at
- Käsehof in Daliebis, Batschuns, Daliebis 11. 6835 Zwischenwasser. Tel. 05522 48144, www.daliebis.at

- Scherer Gritt und Richard, Bartells 10, Beschling, 0664 169 0559, Durch den neu aufgestellten Kühlschrank im Freien können Sie sich rund um die Uhr selber bedienen: Eier, Bergkäse von der Alpe Gamp, Sirup, Marmeladen...
- Burghoflädile, Fam. Gaßner Martha und Andrea, Schwarzenhornstraße 24, 6822 Satteins, [burghof24\(at\)aon.at](mailto:burghof24@aon.at), 05524/2923, täglich frische Milch und Freilandeiер
- Pirmin Bickel, Biogeflügel, 6723 Blons 11, [info\(at\)kikiriki.at](mailto:info@kikiriki.at), www.kikiriki.at, 05553/800 29 bzw. 0664/3525855, Bio-Freilandeiер (handgehoben aus dem Dinkelbett), Alpkäse, Alpbutter
- Battisti-Jochum Karin, "Die kleine Farm", Langen am Arlberg 26, 6754 Klösterle, Tel. 05582/270, e-mail [karin.battisti-jochum\(at\)utanet.at](mailto:karin.battisti-jochum@utanet.at), www.haus-jochum.at, Eier, Wachteleiер, Wachteleiernudeln (Bodenhaltung aufgrund der Seehöhe erforderlich)
- z` Petermartes - Familie Sonja u. Martin Konzet, Mühleplatz 9, 6719 Bludesch, Tel. 0664/8968125 oder [zpetermartes\(at\)gmail.com](mailto:zpetermartes@gmail.com)
Eier von unseren Freilandhennen aus dem Hühnermobil, hausgemachte Nudeln aus unseren Freilandeiern
Geöffnet ist unser Kühlschrank immer von 06.30 bis ca. 21.00 Uhr, also fast rund um die Uhr!

01006 Fleisch

Kriterien:

- aus artgerechter Tierhaltung
- produziert ohne Futtermittel, die Soja bzw. Sojaschrot aus Südamerika enthalten
- produziert ohne Kunstdünger
- gentechnikfrei
- aus reiner Gras- und Heufütterung

Konsumverhalten:

- pro Woche max. 450 Gramm Fleisch

Produzenten und Händler:

- Martinshof Buch (erhältlich auch bei Sutterlüty) www.martins-hof.at
- Käsehof in Daliebis, Batschuns, Daliebis 11. 6835 Zwischenwasser. Tel. 05522 48144, www.daliebis.at
- Gstach Brederis www.gstach.cc
- Walser Metzgerei www.walser-metzgerei.at, in Meiningen, Sulz, Tosters, Nenzing
- Mennels Bio-Metzgerei Mennel Erwin, Buchans 51, 6900 Möggers, 05573 83985, www.biometzg-mennel.com
- Hofmetzg Manfred Jenny, Bludescherstraße 186, 6822 Schnifis, [manfred.jenny\(at\)gmx.at](mailto:manfred.jenny@gmx.at), Tel. 0664/3542423 – Bitte vorher um telefonische Rücksprache; Jungrinderfleisch aus echter Mutterkuhhaltung, Speck und Schinkenprodukte, verschiedene Wurstsorten, alles aus eigener Produktion
- Pirmin Bickel, Biogeflügel, 6723 Blons 11, [info\(at\)kikiriki.at](mailto:info@kikiriki.at), www.kikiriki.at, 05553/800 29 bzw. 0664/3525855, Masthühner, Putenfleisch und Putenwürste, Fleischkäse, Rollschinken, Alpschwein
- Fleischprodukte der Familie Neßler, Hubertusweg 9, 6712 Thüringen, 0660/7612700, [georg.nessler\(at\)gmx.at](mailto:georg.nessler@gmx.at), Bauchspeck, Karreespeck, Whisky Karreespeck, Jausewurst und Hauswurst, selbst gemachtes Verhacktes, dry aged Rumpsteak und rib-eye Steak auf Bestellung
- Bergbauernhof Muther, Anja Müller & Johannes Muther, Türtsch 13, 6731 Sonntag, 0676/9366143, www.bergbauernhof-muther.at, [info\(at\)bergbauernhof-muther.at](mailto:info@bergbauernhof-muther.at), Mischpakete vom Rind, vom Schwein und vom Ziegenkitz, verschiedene Wurstwaren (Landjäger, Kaminwürzen, ...)

- Battisti-Jochum Karin, "Die kleine Farm", Langen am Arlberg 26, 6754 Klösterle, Tel. 05582/270, e-mail [karin.battisti-jochum\(at\)utanet.at](mailto:karin.battisti-jochum(at)utanet.at), www.haus-jochum.at, Wachteln und Wachtelfleisch
- Scherer Gritt und Richard, Bartells 10, Beschling, 0664 169 0559, Fleischpakete vom Milchkalb und Rind auf Anfrage, sowie Wurstwaren (Landjäger, Mostbröckle, Kaminwurzeln etc.)
- Hummelhof Bürserberg, Tanja Moser, Ausserberg 33, 6707 Bürserberg, Tel. 0650 2174000; Zweimal im Jahr gibt es Fleischpakete vom Bio-Kalb oder Jungrind. Gelegentlich auch Ziegenleberkäse und Hartwurstprodukte.
- z` Petermartes - Familie Sonja u. Martin Konzet, Mühleplatz 9, 6719 Bludesch, 0664/8968125 oder [zpetermartes\(at\)gmail.com](mailto:zpetermartes(at)gmail.com)
saisonal Selch- und/oder Wurstwaren aus eigener Schlachtung
Geöffnet ist unser Kühlschrank immer von 06.30 bis ca. 21.00 Uhr, also fast rund um die Uhr!

01007 Fisch

Konsumverhalten:

- Beim Einkauf auf zertifizierte Bio-Fische und Fische achten, die das MSC-Zertifikat tragen. Mit dem blauen Siegel des MSC werden nur Fisch- und Meeresfruchtprodukte ausgezeichnet, welche aus einer verantwortlich geführten Fischerei stammen und nicht zur Überfischung beitragen.
- Nur Fischarten kaufen, die nicht durch Überfischung bedroht sind! Lachs, Scholle, Dorsch, Thunfisch und Schwertfisch sind massiv bedrohte Arten. Eine nachhaltige Alternative sind zum Beispiel Bio-Karpfen und Bio-Forellen aus Österreich.
- Weiters auf der sicheren Seite ist man mit Bio-Forellen aus Europa, MSC-Garnelen (NO- und NW-Atlantik), Bio-Garnelen, Bio-Shrimps, Bio-Goldbrasse (Mittelmeer), MSC-Heilbutt, MSC-Hering, MSC-Kabeljau, Karpfen (Österreich), Bio-Lachs (Irland, Schottland, Norwegen) und MSC-Lachs (Alaska).

Quelle der Information: www.bewusstkaufen.at

Details bitte nachschauen unter: www.greenpeace.org/austria/fisch-ratgeber/ oder www.msc.org/de

01008 Obst

Kriterien:

- saisonal
- aus der Region
- Bioobst

Konsumverhalten:

- saisonales Obst

Produzenten und Händler:

- www.bio-austria.at
- www.kristahof.com
- Vögel Brigitte, Im Buch 39, 6840 Götzis, Tel. 05523/64689
- Vorarlberger Obstbörse – hier werden Menschen, die zu viel Obst haben, zu Menschen vermittelt, die gerne dieses Obst haben möchten. Infos und Links zu den Teilnehmern an der Obstbörse unter <http://www.ogv.at/>

Konsumverhalten:

- mit dem Gütesiegel „FAIRTRADE“

01010 Kaffee und Tee

Kaffee

Konsumverhalten:

- mit dem Gütesiegel „FAIRTRADE“

Händler:

- Weltläden www.weltladen.at
- Lebensmittelhandel
- ZOE Kaffeekultur, Christian Birk, Gewerbestraße 14a, 6822 Satteins, 05524 22601, www.zoe-kaffeekultur.com
- Kaffeerösterei Arlberg Artisan, www.arlberg-artisan.at

Tee

Händler:

- Kräuternest, Mag. Iris Lins, In der Schaufel 61, 6830 Rankweil, 0650/71 79 000, www.kraeuternest.at

01011 Fruchtsäfte

Kriterien:

- mit dem Gütesiegel „FAIRTRADE“
- regional produzierte Fruchtsäfte

Produzenten und Händler:

- Sunnahof Tufers, www.sunnahof.or.at
- Weltläden, Sortiment auch mit anderen hochwertigen Gütesiegeln, www.weltladen.at
- Mosterei Schnetzer, Fam. Simone + Edmund Schnetzer, Schulgasse 11, Bludesch, 0664 4159059, Öffnungszeiten: nach tel. Vereinbarung, Produkte aus eigener Erzeugung : Apfelsaft, Gärmost, Apfel- und Birnenperlmust, Glühmost, Apfelessig, Dörrobst und Edelbrände....
- Most for da People, Peter Speckle, Rheinstraße 25, 6800 Feldkirch, Tel. 0676 7852235, prämierte Most-Produkte

01012 Bier

Produzenten und Händler:

- Frastanzer Bier – Bio-Bier aus Vorarlberg, www.frastanzer.at

01013 Schnäpse

Produzenten und Händler:

- Schallert Rudolf, Gartenstraße 29, Nenzing, 0664 9464184, Nach telefonischer Vereinbarung Mo bis Sa vormittags, Prämierte Schnäpse und Liköre, Walnüsse...
- Vollmund, Familie Egger, Grav 14, Nenzing, 0664 75081983, www.vollmund.at, www.facebook.com/vollmund.nenzing, Marmeladen, Gelees, Liköre, Kräutersalze, Kräuterzucker, Heilpflanzen, Tees, Salben, Tinkturen, Öle, Verhackertes (auf Märkten und auf Vorbestellung), Saisonale Produkte, Geschenkspackungen etc. Weitere Verkaufsstellen: Anneliese Boutique - Landstraße 4, My Deco - Ramschwagplatz 10, In den Sommermonaten auch im Käslädele Alpe Gamperdona im Nenzinger Himmel.
- Burghoflädile Fam. Gaßner Roland und Martha, Schwarzenhornstraße 24, 6822 Satteins, [burghof24\(at\)aon.at](mailto:burghof24(at)aon.at), 05524/2923, diverse Schnäpse und Liköre aus der hofeigenen Brennerei
- Hof „Bio Berg Vielfalt“, Dorothea und Armin Rauch, Bassig 1, Dünserberg, 05524/2352 oder 0664/9053335
- Müller Herbert, Sieberweg 1, 6800 Feldkirch-Gisingen, 05522/72575

01014 Schokolade

Kriterien:

- mit dem Gütesiegel „FAIRTRADE“
- regional produzierte Schokolade

Produzenten und Händler:

- www.zotter.at
- Weltläden – auch Bio-Faire- Schokofiguren zu den Festen wie Adventkalender, Nikolaus, Weihnachten u. Ostern, www.weltladen.at

01015 Honig

Produzenten und Händler:

- Meier Gerhard, Johanniterstraße 19, Nenzing, 05525 64271, Honig, Propolis
- Gassner Friedrich, Hauptmann-Nenn-Straße 5, Nenzing, 05525 64224, Honig von verschiedensten Blüten
- PGM Böckle, Kommingerstraße 84, 6840 Götzis, [bio.boeckle\(at\)gmx.net](mailto:bio.boeckle(at)gmx.net), 0664/9249005 oder 05523/51571
- Joike Manfred, Steinteilweg 45, 6800 Feldkirch-Nofels, 05522 31046

01016 Öle

Produzenten und Händler:

- Ölmühle Sailer, Aberlochstraße 3, 6911 Lochau
Tel. 0664 1237004
www.oelmuehle-sailer.at
- Ölmühle Götzis, Major-Ellensohnstraße 57, 6840 Götzis
Tel. 05523 51641
www.oelmuehle-goetzis.at
- Goldmühle, Hofnerstraße 42, 6811 Göfis
Tel. 05522 820644
www.goldmuehle.at
- Claudia Bergen, Rheinstraße 22a, 6800 Feldkirch, Tel. 0676 4400463,
e-mail: [cc.bergen\(at\)hotmail.com](mailto:cc.bergen(at)hotmail.com)
wöchentlich frisch gepresstes Leinöl, nur unter Voranmeldung erhältlich

02001 Strombezug

Kriterien für Strombezug:

- aus Solarkraftwerken
- aus Windkraftwerken
- aus kleinen Wasserkraftwerken
- aus Biogaskraftwerk
- Ökostrom

Beratung:

- Energieinstitut Vorarlberg www.energieinstitut.at
- Erneuerbare Energie Vorarlberg www.aeev.at

Produzenten und Händler:

- VKW-Ökostrom, www.vkw.at/inhalt/at/Oekostrom.htm
- Stadtwerke Feldkirch, www.feldkirch.at/stadt/energieportal/stadtwerke
- Ökostrombörse Vorarlberg, www.oekostromboerse.at/vorarlberg/
- Ökostrom AG www.oekostrom.at
- AAE Naturstrom www.aae.at

02002 Stromverbrauch

Kriterien:

- Absolute Priorität: Stromverbrauch senken
- Geräteneuanschaffung – notwendig? (Leitmotiv: „Handarbeit statt Elektrogerät“)
- Geräte mit geringem Energieverbrauch
- Gerätenutzung (Geräte ausschalten, wenn sie nicht genutzt werden; kein Standbybetrieb - eventuell mit Hilfe von schaltbaren Steckerleisten)
- Stiegengehen statt Lift benützen (Das ergibt gleichzeitig einen großen gesundheitlichen Gewinn.)

02003 Eigene Stromproduktion

Kriterien:

- Stromverbrauch reduzieren
- Photovoltaikmodule aus regionaler (europäischer) Produktion
- Errichtung und Installation durch regionale Handwerksbetriebe
- Garantie und Servicesicherheit vor Ort

Realisierungsmöglichkeiten:

- Private Photovoltaikanlage errichten (lassen)
- Beteiligung an gemeinschaftlicher Bürgeranlage

Produzenten und Anbieter:

- www.stromaufwaerts.at

- www.sst-solar.com
- Hansesun Austria mit Sitz in Röhthis: www.hansesun.at
- Erneuerbare Energie Vorarlberg www.aeev.at

Förderungen:

- Für Gemeindeförderungen siehe www.energieinstitut.at/buerger/foerderungen/gemeindefoerderungen/

02004 Warmwasserproduktion

Kriterien:

- Warmwasserverbrauch reduzieren
- Warmwasserkollektoren aus regionaler (europäischer) Produktion
- Errichtung und Installation durch regionale Handwerksbetriebe
- Garantie und Servicesicherheit vor Ort

Förderungen:

- Für Gemeindeförderungen siehe www.energieinstitut.at/buerger/foerderungen/gemeindefoerderungen/

03000 Verkehr / Mobilität

03001 Auto

Konsumverhalten:

- Motto: „Mein Auto steht, so oft es geht!“ (= also möglichst zu Fuß, Fahrrad oder Öffis)
- maximale Anzahl km pro Jahr
- maximaler Verbrauch Benzin / Diesel pro 100 km
- maximaler Verbrauch von Benzin / Diesel pro Jahr
- Plattform für Fahrgemeinschaften
- Carsharing carusocarsharing.com

Autofahrtipps:

- defensiver Fahrstil, rechtzeitig in den nächsten Gang schalten, gemäßigt abbremesen, Stopp and Go vermeiden, Motor nicht ungenutzt laufen lassen oder gar warmlaufen lassen, angemessene Geschwindigkeit wählen, Reifendruck regelmäßig kontrollieren, Zusatzgeräte wie Klimaanlage, Navigationsgeräte, Heckscheibenheizung, Licht oder Radio ausschalten, wenn diese nicht benötigt werden, ungenutzte Dachträger und unnötigen Ballast im Kofferraum vermeiden. (Quelle Arbeitsgruppe Bewahrung der Schöpfung, Nenzing)

03002 Fahrrad

Konsumverhalten:

- möglichst Fahrrad nutzen
- Kauf von Gebrauchtfahrrädern, sowie Reparaturen, z. B. bei Reinis Bikeshop www.reinisbikeshop.at
- Viele Gemeinden fördern die Anschaffung eines Fahrradanhängers, indem sie Zuschüsse gewähren. Unter dem

Link <https://www.energieinstitut.at/buerger/foerderungen/gemeindefoerderungen/>
kann festgestellt werden, ob es in der eigenen Gemeinde eine Förderung gibt und welche Bedingungen hierfür erfüllt werden müssen.

- Lastenanhänger verwenden, z. B. von Kairos www.kairos.or.at

03003 Zu Fuß

Konsumverhalten:

- möglichst zu Fuß gehen (min. 10.000 Schritte pro Tag werden von Sportwissenschaftlern empfohlen = ca. 7 km)

03004 Öffentliche Verkehrsmittel

Konsumverhalten:

- möglichst Öffentliche Verkehrsmittel nutzen
- Info: www.vmobil.at (Verkehrsverbindungen sind einfach abfragbar.)
- ab jetzt gibt es das für das ganze Jahr in Vorarlberg gültige Maximo-Ticket um derzeit EUR 370,- zu kaufen – Details siehe www.vmobil.at

03005 Einkaufen

Konsumverhalten:

- möglichst regional
- kurze Einkaufswege
- eigene Tasche mitnehmen
- Beteiligung an der Einkaufskooperative z. B.: Foodcoop „KOST.bar“ – Partizipative Selbstorganisation von möglichst nachhaltigen, regionalen & fair produzierten Produkten in Großmengen aus kleinteiliger, biologischer Landwirtschaft für eine nachhaltige Gesellschaft mit Kooperation & Enkeltauglichkeit. Monatliche Treffen mit Marktplatz & Plenum. Kontakt: [einkaufskooperative.vorarlberg\(at\)gmx.at](mailto:einkaufskooperative.vorarlberg(at)gmx.at); Vereinssitz Frastanz

03006 Freizeit

Konsumverhalten:

- möglichst mit dem Fahrrad
- möglichst mit Öffentlichen Verkehrsmitteln
- möglichst wenig Autowege

03007 Wege zum Arbeitsplatz

Konsumverhalten:

- möglichst mit dem Fahrrad
- möglichst mit Öffentlichen Verkehrsmitteln
- möglichst in Fahrgemeinschaften

03008 Carsharing

- Caruso Carsharing Dornbirn, www.carusocarsharing.com

04000 Kleidung

04001 Hose, Rock, Hemd, Bluse und ...

Kriterien:

- aus Biobaumwolle, Leinen, Wolle, Jute, Hanf, Brennessel
- gerecht produziert (Rohstoffpreise)
- sozial produziert (Sozialstandards der ArbeiterInnen)
- umweltfreundlich produziert und vertrieben
- Gütesiegel, wie Fairtrade, Naturtextil Best, EZA, GOTS
- Eine neue Masche besteht darin, dass viele Firmen auf dem Kleidungsstück nicht mehr angeben, wo es produziert wurde, sondern wo es entworfen wurde. Auf dem Kleidungsstück steht dann: Designed in z.B. France, Germany,... Hier stellt sich die Frage, ob diese Firmen was zu verbergen haben.

Information:

- www.cleanclothes.at (siehe Firmencheck),
- www.wearfair.at
- www.eza.cc
- www.naturtextil.de

Konsumverhalten:

- Kauf bei kleinen Firmen und kleinen Einzelhandelsgeschäften in der Region
- Reparieren (z.B. Schuhe reparieren, neuer Kragen an altes Hemd flicken)
- Recyceln (z.B. aus alt mach neu – siehe soerecycling)

Produzenten und Händler:

- söerecycling, Isolde Adamek, in Nüziders, <http://soerecycling.blogspot.co.at/>
- himmelschlüssel – natur gesund leben, Mag. Stefan Dilsky, Hohenweiler, 05573 84355
- Weltläden (unter anderem auch viele fair gehandelte Filzprodukte)
- Duelli Hemden, Satteins, www.laendlefirma.at/duelli.html
- Extrigs (Gestricktes), Feldkirch, www.extrigs.at
- Kleidergrün, Feldkirch, www.kleidergruen.at, 0650 4690606
- URBAN FOXXES, Kasandra Hipp, Feldkirch, www.urbanfoxxes.com
- Fairtrade-Mode der Weltläden www.weltladen.at
- Amann Hemden: <http://www.amann-hemden.com/>

Socken:

- Bolter Sockenmanufaktur, Egatha 21, 6842 Koblach, 0678 1215850, e-mail: [a.bolter\(at\)bolter-socken.at](mailto:a.bolter@bolter-socken.at), www.bolter-socken.at

Schafwolle:

- HOLZMANN Franz, Stadel 176, 6863 Egg, 0664 5980749

Ziegen und Schafwolle:

- Tanja Moser, Bürserberg, Ausserberg 33, 0650 2174000

Filzprodukte:

- Petra Loacker, Brandweg 2, Nenzing, 05525 62396 oder 0681 10363652, z.B. Filzpantoffel, Taschen, Schal, Sitzauflagen, Kappen, Hüte
- Weltläden

Schneider:

- Lothar Bechtold, www.lothardanielbechtold.com
- Bio-Jeans nach Maß, www.naturfaser-foelser.at
- Änderungsschneiderei, Ali Tekkilic, Ramschwagplatz 10, Nenzing, 0676 655 3221, Öffnungszeiten: Mo bis Do 9:00 bis 12.00 Uhr, 13:00 bis 18:00, Fr 12:00 bis 19:00 Uhr, Sa 9 bis 14 Uhr Änderungen aller Art: Anzüge, Hosen, Leder, Vorhänge, Bettwäsche; Reparaturen, Reißverschlüsse, uvm....

Stoffe:

- www.vieboeck.at (Leinen)

Natur Gesundes für das Baby:

- himmelschlüssel, Mag. Stefan Dilsky, Hohenweiler, 05573 84355, Strickwindel-Wickelsystem, Bio-Wegwerfwindeln, Baby-Unterwäsche u. Oberbekleidung, Babydecken
- Windlkind: <http://www.windlkind.at/>

Secondhandshops:

- Papagei in Wolfurt, www.papagei-wolfurt.at, 0699 10033013
- carla second hand shops der Caritas: www.carla-vorarlberg.at/einkaufen/carla-shops/
- Piepmatz - Second Hand für Kinder, Feldkirch, 05522 38924, www.piepmatz.cc

04002 Schuhe

Kriterien:

- fair produziert
- umweltfreundlich produziert

Produzenten und Händler:

- Waldviertler-Schuhe www.w4tler.at, www.gea.at
- walchbewegt 6700 Bludenz, Bahnhofstr. 29, 05552 62031, www.walchbewegt.at
- GEA Rankweil, Dr. Griss-Straße 1, Rankweil, 0680 5526929, www.gea-rankweil.at
- Klückar, 6850 Dornbirn, Schulgasse 1, 05572 28494
- Extrigs – Hausschuhe aus Filz, Feldkirch, www.extrigs.at
- Schuhe auch bei www.kleidergruen.at
- Schuhservice TIEFENBACHER THOMAS, Bregenz, Inselstr.3, 05574 45144
- Kapakli Schuh, Hauptstraße 1 a, 6840 Götzis, 05523 54093, Schuhreparaturen, Bezug von ökologischen Schuhmarken, Kauf von Waldviertler-Schuhen etc.
- Schuhmacher Alessandro Santella, Neustadt 45, 6800 Feldkirch, 0676 7840803, <http://www.derschuhmacher-bludenz.at/> Reparaturannahme Mo, Mi, Fr 8.30 – 11 und 12- 17.30 Sa 9 – 14.00 Uhr, Er übernimmt jegliche Reparaturen von Schuhen aller Art Kletterschuhen, Wanderschuhen, Tanz-, Trachtenschuhen, Reißverschlüssen, Klettverschlüssen, Handtaschen, Gürteln, Näharbeiten an Lederwaren.

- Schuhhaus Haag, Nenzing, Bahnhofstr. 8, 05525 62311
- Loacker Petra, Brandweg 2, Nenzing, 05525 62396 oder 0681 1036 3652, Filzprodukte, z.B.: Filzpantoffel, Taschen, Schal, Sitzauflagen, Kappen und Hüte...
- Latzer Hannelore, Im Winkel 37, Nenzing, 05525 621 06, Filz und Wollprodukte, z.B.: Filzpantoffel, Socken und Hüte in Handarbeit
- Filzhausschuhe, Finken bei Herta Mangeng, Rankweil, www.filzerei.at

04003 Taschen

Produzenten und Händler:

- www.kleidergruen.at
- www.extrigs.at
- Edi Muther in Röns
- In den Weltläden gibt es eine große Auswahl an Taschen www.weltladen.at
- Brana-Taschnerei, Brigitte Ranacher-Payer, Am Gatter 6, 6811 Göfis, 0664 / 1446889 [info\(at\)brana-taschnerei.at](mailto:info(at)brana-taschnerei.at), Homepage: www.brana-taschnerei.at. Bietet alltagstaugliche Begleiter aus gebrauchten sowie neuen Feuerwehrschräuchen. Außerdem finden Autogurte vom Abbruch Verwendung. Es werden auch Werbeplänen, Bauzäune und Lkw-Plänen zu Taschen verarbeitet. Sie können sich Ihre persönliche Tasche machen lassen z.B. mit Monogramm, Sternzeichen, Logo o.Ä. versehen...

04004 Sportkleidung / funktionale Kleidung

Kriterien:

- gerecht produziert
- sozial produziert
- umweltfreundlich produziert

Produzenten und Händler:

- walchbewegt – laden und werkstatt fürs leben draußen, Bahnhofstr. 29, Bludenz, 05552 62031, www.walchbewegt.at, Öffnungszeiten: Di – Fr: 8.30 bis 12 Uhr und 14.30 bis 18 Uhr, Sa 9 bis 13 Uhr, alles für's Wandern, Reisen, Skitouren, Schneeschuhlaufen, Rodeln und Walchlible, Waldviertler Schuhe und Taschen uvm...
- www.cleanclothes.at siehe auf cleanclothes.at – Firmencheck mit Firmenbewertung

05000 Finanzen

05001 Aktien, Anleihen, Fonds

Kriterien:

- Ethikfonds
(Hier ist ratsam, die Inhalte der Fonds genau unter die Lupe zu nehmen. Der Name Ethikfond garantiert nicht einen ethischen Inhalt)
- Keine Aktien oder Anleihen von Unternehmen, die
 - Militärwaffen herstellen oder vertreiben (Information zu Landminen unter www.landmine.de/archiv/datenbanken/Minendatenbank.html)
- – Atomkraftwerke besitzen oder vertreiben
 - Pflanzen oder Saatgut gentechnisch verändern
 - Kinderarbeit zulassen etc.

Information:

- www.ethische-geld-anlage.de
- Ethikbank
- GLS-Bank
- Umweltbank
- Ordensbank
- Steyler Bank www.steyler-bank.de
- gepa
- Oikocredit www.oikocredit.at
- www.oeko-invest.de
- Bank für Gemeinwohl (ist in Österreich in Gründung begriffen). Jetzt GenossenschaftlerIn werden und mitgründen! Infos: www.mitgruenden.at

05002 Staatsanleihen

Kriterien:

- keine Staatsanleihen von Ländern, die Menschenrechte verletzen

05003 Mikrokredite

Kriterien:

- Geld anlegen bei Oikocredit (oikocredit.org)

05004 Regionalwährungen

Tipp:

Regionalwährungen verwenden (z.B. V-Taler <http://www.allmenda.com/content/vtaler>)

- V-Taler <http://www.allmenda.com/content/vtaler>
- Tauschkreis Talente: www.talente.cc

06000 Kosmetik / Reinigungsmittel

06001 Allgemeine Kriterien

Kriterien:

- rein pflanzliche Tenside
- vollständig biologisch abbaubar
- besonders hautfreundlich
- gentechnikfrei
- frei von synthetischen Duft- und Farbstoffen
- ohne Konservierungsmittel
- frei von petrochemischem Alkohol
- Verpackung 100% PVC-frei
- möglichst wenig Verpackungsmaterial/ Nachfüllpackungen
- möglichst in Vorarlberg/Österreich produziert

Konsumverhalten – Anwendung:

- möglichst niedrige Dosierungen

- möglichst niedrige Temperaturen
- auf Weichspüler verzichten
- auf Vorwäsche und Trockner verzichten
- volle Maschinenfüllung
- Microfasertücher ohne Reinigungsmittel verwenden

06002 Putzmittel

Produzenten und Händler:

- Uni Sapon, www.uni-sapon.com, Produkte: Allzweckreiniger, Kalklöser, Fettlöser, Scheuerpaste, Holzbalsam, Lederalsam, Handwaschpaste, erhältlich: z.B. Sutterlüty, Natur & Kost Feldkirch, Riedmann Altach, Online-shop; Uni Sapon bietet außerdem eine Nachfüllstation, gibt Vorträge und Workshops
- Sonal, www.laendlefirma.at/sonal-waschmittel-kg.html, Produkte: Allzweckreiniger, Glasreiniger, Schmierseife, WC-Reiniger, Handwaschpaste, erhältlich: z.B. Spar, Baywa, Adeg, Sutterlüty, Geschäft in Dornbirn
- Planetpure www.planetpure.com, Produkte: Allzweckreiniger, Kalkreiniger, Glasreiniger, Fettlöser, Fleckenentferner, Scheuermittel, Handwaschpaste, Teppichreiniger, erhältlich: Online-shop, tlw. Spar
- Feeling www.feeling.at, Produkte: Allzweckreiniger, Fruchtsäuremix, Scheuerpaste, Fettlöser, Holzbalsam, erhältlich: Online-shop, Geschäft in Schlins
- www.plastikfreier.com, Plastikfreier.com, Amann Corinna, Wiesleweg 18, 6822 Satteins, Tel. 0676/6060280, [email\(at\)plastikfreier.com](mailto:email(at)plastikfreier.com)
Öffnungszeiten: Freitag 09.00-12.00 Uhr, sowie 14.30-18.00 Uhr, sowie nach tel. Vereinbarung,
Uni Sapon Nachfüllstation, Vorträge & Workshops

Hausmittel:

- Entkalken mit verdünntem Apfel-/Hesperiden-essig oder Zitronensäurepulver
- Glasreinigung mit Mischung aus $\frac{3}{4}$ Wasser + $\frac{1}{4}$ Essig + Spitzer Geschirrspülmittel

06003 Waschmittel

Produzenten und Händler:

- Natur gesunde Waschmittel, himmelschlüssel, Mag. Stefan Dilsky, Hohenweiler, 05573 84355, Waschmittel, Geschirrspülmittel, Kraftreiniger, Klarspüler, Fleckensalz
- Uni Sapon, www.uni-sapon.com, Waschkonzentrat, Sauerstoffbleiche; Uni Sapon bietet außerdem eine Nachfüllstation, gibt Vorträge und Workshops
- Sonal, www.laendlefirma.at/sonal-waschmittel-kg.html, Seifenwaschpulver, Wollwaschmittel, Waschpaste, Enthärter, Fleckensalz, Kernseife
- Planetpure www.planetpure.com, div. Waschmittel für Wolle, bunte, weiße Wäsche, Babywäsche (Bio Splendid, Ayuclean), Wäsche Fresh
- www.plastikfreier.com, Amann Corinna, Wiesleweg 18, 6822 Satteins, Tel. 0676/6060280, [email\(at\)plastikfreier.com](mailto:email(at)plastikfreier.com)
Öffnungszeiten: Freitag 09.00-12.00 Uhr, sowie 14.30-18.00 Uhr, sowie nach tel. Vereinbarung,
Uni Sapon Nachfüllstation, Vorträge & Workshops

06004 Geschirrspülmittel

Produzenten und Händler:

- Uni Sapon, www.uni-sapon.com, Handgeschirrspülmittel; Uni Sapon bietet außerdem eine Nachfüllstation, gibt Vorträge und Workshops
- Sonal www.laendlefirma.at/sonal-waschmittel-kg.html, Geschirrspülmittel für Maschine und Handwäsche, Regeneriersalz
- Plastikfreier.com Amann Corinna, Wiesleweg 18, 6822 Satteins, Tel. 0676/6060280, [email\(at\)plastikfreier.com](mailto:email(at)plastikfreier.com)
Öffnungszeiten: Freitag 09.00-12.00 Uhr, sowie 14.30-18.00 Uhr, sowie nach tel. Vereinbarung,
Uni Sapon Nachfüllstation

Hausmittel

- Klarspüler für Geschirrspüler durch Mischung aus 1l Wasser + 3 EL Zitronensäurepulver ersetzen

06005 Tücher

Produzenten und Händler:

- Enjo, www.enjo.com
- Rezi, www.rezi.at
- Uni Sapon, www.uni-sapon.com
- Planetpure, www.planetpure.com
- Feeling, www.feeling.at

Sollten die Produktpalette der hier genannten Vorarlberger Unternehmen nicht ausreichen bzw. für Sie erhältlich sein, so können Sie z.B. auf folgende Unternehmen ausweichen:

- Multikraft, OÖ, www.multikraft.com, bietet z.B. Teppichreiniger an)
- Claro, S, www.claro.at, bietet z.B. Öko-Geschirrspültabs, Salz und Klarspüler an
- Sonett, D, www.sonett.eu, bietet z.B. Öko-Spülschwämme an
- Frosch/Erdal/Rorax/, D, www.frosch.de, bietet z.B. WC-Reiniger und Bioabflussreiniger an

06006 Kosmetikartikel – Haarpflege

Kriterien:

- naturbelassene Pflege und Färbung
- pflanzliche Farben
- ohne Tierversuche
- keine Paraffine
- ohne Farbe/oder Duftstoffe, Silikone, chemische Desinfektionsmittel, Paraffinderivate

Händler - Pflegemittel und Pflanzenhaarfarben

- OLIEBE – Alexander Bitschmann, www.oliebe.com
- METZLER Käse-Molke www.molkeprodukte.com
- Colencheline – fair trade produkte www.colencheline.ch/index.php?show=14

06007 Kosmetikartikel – Körperpflege – Hygieneartikel

Kriterien:

- keine Tierversuche
- kein Erdölprodukt

- natürliche Wirkstoffe

Händler:

- Natur gesunde Hygieneprodukte: bei himmelschlüssel, Mag. Stefan Dilsky in Hohenweiler, 05573 84355, Monatshygiene für Frauen, Haarwäsche, Zähneputzen
- Erdenleben, Hebamme und Naturheilpraxis, Birgitt Kohler, Mellau und Rankweil, www.erdenleben.at

Produzenten:

- Metzler Molkeprodukte in Egg
- Naturprodukte Kellenberger GmbH, Walzenhausen Schweiz, www.naturprodukte.ch
- Weltläden: z.B. Colonche line und Biosfair Kosmetiklinie, EZA
- Selbstgemachte Ziegenmilchseifen bei Hummelhof Bürserberg, Tanja Moser, Ausserberg 33, 6706 Bürserberg, Tel. 0650 2174000

Nachhaltige Frauenhygiene:

- www.erdbeerwoche.com

06008 Windeln

Produzenten und Händler:

- WINDLKIND – Wickeln als Zeitgeschenk für Eltern & Kind, www.windlkind.at, Evi Kettner & Isolde Adamek, [evi.kettner\(at\)aon.at](mailto:evi.kettner@aon.at) & [isolde.adamek\(at\)gmx.at](mailto:isolde.adamek(at)gmx.at), sörecycling, Sturnengasse 7, Bludenz, Öffnungszeiten: Fr 14:30 bis 18:00 Uhr, Sa 9 bis 12 Uhr + nach Vereinbarung, Stoffwindeln, Windelvlies, Windelhosen, Snappers, Windelkübel, Waschmittel von uni-sapon, Wickelberatung

07000 Wohnen

07001 Passivhaus

Kriterien:

- Heizwärmebedarf (HWB) ≤ 10 kWh/m²a
- kompakte Bauformen
- Mehrfamilienhaus oder Reihenhaus (statt Einfamilienhaus)
- mehrgeschossig (statt eingeschossig)
- gute Wärmedämmung der Außenhülle (ca. 30cm)
- Fenster mit Dreischeibenverglasung
- kontrollierte Be- und Entlüftung mit Wärmerückgewinnung
- Solaranlage für Warmwasser und Heizung (unterstützend)
- Photovoltaikanlage
- luftdichte Gebäudehülle
- Vermeidung der sommerlichen Überhitzung durch Sonnenschutz
- Vermeidung von Wärmebrücken
- Raumtemperatur im Winter soll 21 Grad Celsius nicht übersteigen
- Ökologieberatung: DI Siegfried Lerchbaumer www.bau-oekologie.at

07002 Althausanierung

Kriterien:

- Heizwärmebedarf (HWB) ≤ 30 kWh/m²a)
- mit Sanierungskonzept, Energie- und Gebäudeausweis

förderungswürdige Sanierungsmaßnahmen:

- Außenwand
- Fenster
- Sonnenschutz
- Dach
- Decke des Obergeschosses
- unterste Geschoßdecke
- Heizung
- kontrollierte Be- und Entlüftungsanlage mit Wärmerückgewinnung
- Solaranlage
- Nachträglicher Lifteinbau im Mehrwohnungsbau (Barrierefreiheit)

07003 Klimarelevante Heizung**Kriterien:**

- erneuerbare Energieträger (Pellets, Stückholz, Hackschnitzel, Biomasse)
- Wärmepumpen mit Jahresarbeitszahl von zumindest 4 aus Erdwärme oder Grundwasser. Bei einer Heizung mit Wärmepumpe ist es wichtig, dass großflächige Heizkörper (Fußboden- oder Wandheizung) vorhanden sind
- Fernwärme

07004 Baumaterialien**Kriterien:**

- ökologisch
- nachhaltig
- möglichst wenig Kunststoffe
- HFKW-frei
- PVC-frei
- weichmacherfrei
- polyurethanfreie Wärmedämmstoffe
- natürliche Materialien wie Holz aus heimischen Wäldern mit kurzen Transportwegen
- lösungsmittel- und biozidfreie Farbanstriche
- geringer Energieaufwand (Primärenergiebedarf) beim Herstellen, Verarbeiten, Entsorgen z.B.: Lehm, Holz, Kork, Schilf, Kokosfaser, Stroh, etc.
- geringes Treibhauspotential
- geringes Versauerungspotential

07005 Schlafen**Matratzen****Kriterien:**

- produziert aus Naturkautschuk möglichst BIO zertifiziert

- Eco-Control oder QUL (Qualitätsverband umweltverträgliche Latexmatratzen).
- Bezugstoffe BIO-Baumwolle kbA, waschbar bis 60 Grad (Baumwollbezüge sollten waschbar sein, denn sie haben keine Selbstreinigungskraft wie etwa Wolle!)

Produzenten und Händler:

- www.wolena.at
- Natur Gesundes Schlafen: bei himmelschlüssel, Mag. Stefan Dilsky, Hohenweiler, 05573 84355
- Leberte - Johannes Falch www.leberte.com

Bettrahmen

Kriterien:

- unbehandelte Hölzer wie Fichte, Weisstanne, Kernesche, Bergahorn, Zirbe. Diese reduzieren aufgrund ihrer urreigensten Energie (Information) die Erdung eines jeden Menschen
- metallfrei (Metalle lösen eine Verwirbelung des natürlichen Erdmagnetfeldes aus = massive Störwirkung im Schlaf)
- keine Lacke (enthalten Formaldehyd)
- keine Kleber oder Leime
- schonender Umgang bezügl. Eisanschnitt, Trocknung, Lagerung
- pro Schlafstelle sollen 0.25 ccm Holz verarbeitet werden, damit sich die Eigenschaften der Hölzer entsprechend entfalten können.

Produzenten und Händler:

- Natur Gesundes Schlafen: bei himmelschlüssel, Mag. Stefan Dilsky, Hohenweiler, 05573 84355
- FREYA Bett, Au (Schweiz)
- Leberte - Johannes Falch www.leberte.com

Lamellenroste

Kriterien:

- Kopf-/Schulterbereich, Lende- und Beckenbereich, Beinvenen- und Fußbereich benötigen unterschiedliche Härten bzw. Absenkungs- und Stützmechanismen.
- Lamellenroste sollen Rücksicht auf Körpergröße, Körperform und Körpergewicht nehmen können. Individuelle Anpassung!
- unbehandelte Holzlamellen, keine lackierten Lamellen, keine Metallteile, keine aus Kunststoff gelagerten Teile
- auf Naturkautschuk gelagerte Lamellen
- frei von Leimen (Formaldehyd)
- regional produziert
- fair produziert

Produzenten und Händler:

- www.wolena.at
- Natur Gesundes Schlafen: bei himmelschlüssel, Mag. Stefan Dilsky, Hohenweiler, 05573 84355
- Leberte - Johannes Falch www.leberte.com

Bettwäsche

Kriterien:

- naturbelassene Baumwollstoffe
- kba Baumwolle
- IVN Best zertifiziert (wegen direktem Hautkontakt)
- evtl. Steinnussknöpfe anstatt Kunststoff
- Inländische, regionale Produktion

Produzenten und Händler:

- Natur Gesundes Schlafen: bei himmelschlüssel, Mag. Stefan Dilsky, Hohenweiler, 05573 84355
- Leberte - Johannes Falch www.leberte.com

07006 Keramik

Produzenten und Händler:

- Keramik Michael Hummer, Bazulstraße 36A, Nenzing, 0664 4162560
 - Kacheln und Platten aus Keramik für Kachelöfen und keramische Verkleidungen
 - Keramische Sonderanfertigungen
 - Getöpftes: Schalen, Vasen, Krüge
 - Brennen von selbstgemachten Töpferarbeiten
 - Tonverkauf

07007 Werkzeug

Produzenten und Händler:

- Latzer Bernhard, Beschlingerstraße 51, Nenzing, 05525 64316, handgefertigte Holzstiele aller Art

08000 Papier

08001 Druck- und Schreibpapier

- 100% Recyclingpapier
- www.direktrecycling.net, CD/DVD-Hüllen, Büroumschläge, hergestellt aus alten Landkarten – A4 Papier- A4 Landkartenschreibbögen- A4 Briefkopf, gedruckt auf Landkartenpapier, Design-Kuverts mit Seidenfutter, Notizblöcke, Gesprächsnotizen, Kurzmitteilung, Papiertragetaschen, Geschenkboxen, Geschenkpapier, Fresh Bags

08002 Klopapier

- 100% Recyclingpapier
- Erhältlich in Bioläden, sowie bei Suterlütty

08003 Kosmetikpapier

- 100% Recyclingpapier
-

08004 Taschentücher

- 100% Recyclingpapier
- Wiederverwendbare (waschbare) Putzlappen anstatt Küchenpapier

08005 Papierwerbung

- Annahme von Massensendungen verweigern, Pickerl auf dem Briefkasten siehe: de.wikipedia.org/wiki/Werbeverzicht
- Pickerl Flugblattverzichter anfordern – entweder beim Postamt oder unter der Adresse „Die Werbemittelverteiler“
Postfach 500
1230 Wien
Kennwort „Bitte keine unadressierte Werbung“
Tel: 01 / 908 308
- • Link zum Download des Pickerls „Flugblattverzichter. Hier kann der aktuelle Kleber ausgedruckt werden: <https://www.wko.at/>

08006 Zeitungen und Zeitschriften

- Annahme von Massensendungen verweigern, Pickerl auf dem Briefkasten siehe: de.wikipedia.org/wiki/Werbeverzicht
- Pickerl Flugblattverzichter anfordern – entweder beim Postamt oder unter der Adresse „Die Werbemittelverteiler“
Postfach 500
1230 Wien
Kennwort „Bitte keine unadressierte Werbung“
Tel: 01 / 908 308
- • Link zum Download des Pickerls „Flugblattverzichter. Hier kann der aktuelle Kleber ausgedruckt werden: https://www.wko.at

08007 Bücher

- In örtlichen Buchläden einkaufen!
- Bücher in den örtlichen Büchereien entleihen

08008 Kuverts / Verpackung

- aus 100% Recyclingpapier
- siehe auch: www.direktrecycling.net

09000 Elektronik – Elektrogeräte

09001 Allgemeines

Kriterien und Konsumverhalten:

- Bevorzugung von Produkten mit hoher Energieeffizienz bei guter Leistung
- Nur Produkte mit EU-Energielabel – Energieklasse A+++ (je nach Gerätetyp)
- Verringerter Energieverbrauch von Produkten im Stand-By-Betrieb

- Lange Lebensdauer
- Gute Reparierbarkeit
- Langfristige Verfügbarkeit von Ersatzteilen
- Herstellung aus möglichst 100% erneuerbarer Energie
- Rohstoffe aus Recyclingmaterial bzw. aus kontrolliertem Bergbau (Zinn, Tantal, Gold etc.) – durch Nachfragen kann ein Bewusstsein dafür geschaffen werden.
- Projekte wie Fairphone unterstützen (www.fairphone.com)
- Reparieren anstatt wegschmeißen (siehe Punkt „Reparaturen“)
- Produktion in Österreich
- Produkte sollten möglichst keine schädlichen Chemikalien enthalten
- Beim Kauf sich bereits über deren Entsorgung erkundigen. Kann Produkt zur richtigen Entsorgung im Geschäft zurückgegeben werden? (Wird Produkt recycelt?)
- Entsorgung von Altgeräten bei den dafür vorgesehenen Sammelstellen (z.B. Werkstoffhof der Gemeinde/Stadt)
- Transparenzschaffung durch Meldung von Geräten, bei denen ein Verdacht auf einen geplanten Verschleiß (Obsoleszenz) besteht, z.B. durch Meldung auf der Internetseite www.murks-nein-danke.de
- Keine Geräte kaufen, die nur für eine bestimmte Betreibermarke offen sind (z.B. Handys, die nur mit einer Simkarte eines bestimmten Netzbetreibers funktionieren)
- Geräte gemeinsam nutzen (Ausleihen/Teilen anstatt kaufen)

Energiespartipps Elektronik

(Quelle sowie weitere Energiespartipps unter:

<http://www.energiesparverband.at/privathaushalte/energiespartipps.html>):

- Steckerleiste verwenden, bei der die Stromzufuhr unterbrochen werden kann oder den Stecker ziehen, um Standby-Energie zu vermeiden
- Fernseher: kein Dauerbetrieb im Hintergrund
- den Monitor des PC's ab 10 Minuten Pause abschalten
- keinen Bildschirmschoner verwenden
- Energiesparfunktion des PC's aktivieren
- bei Neukauf Notebooks und Flachbildschirme bevorzugen, diese sind wesentlich sparsamer als PC's und Röhrenmonitore
- Geräte mit Kabel verbrauchen weniger Strom als Geräte mit Funk (z.B. Funktastatur, Funkmaus)
- Waschmaschine, Geschirrspüler nur vollständig befüllt betreiben
- auf Wäschetrockner möglichst verzichten, Trocknen auf Wäscheleine bevorzugen
- mit möglichst niedriger Waschtemperatur waschen, bei wenig verschmutzter Wäsche auf Vorwäsche verzichten
- Waschmaschine abschalten, wenn Programm zu Ende ist, Zeitvorwahl bei programmierbaren Waschmaschinen verursacht oft lange Stand-by-Phasen
- Kühl- und Gefriergeräte an einem möglichst kühlen und trockenen Ort aufstellen und bei Einbaugeräten Lüftungsgitter freihalten
- sobald sich Eisschichten bilden, abtauen
- Gefriergut im Kühlschrank auftauen
- beim Kochen Strom sparen, indem man einen Deckel auf den Kochtopf gibt, nicht mit Töpfen kochen, die kleiner als die Herdplatte sind, Herdplatte bereits vor der Entnahme des Kochtopfes ausschalten, um Restwärme zu nützen
- passende Kochtöpfe verwenden
- Restwärme der Herdplatten ausnützen
- Mikrowelle ist nur bei kleinen Mengen und beim Erwärmen sparsamer als der E-Herd
- Bei Verwendung eines Geschirrspülers nicht vorher heiß abspülen und Energiesparprogramme verwenden
- Geräte regelmäßig entkalken

- Licht, wenn nicht benötigt, ausschalten
- Energiesparlampen anstatt Glühlampen verwenden
- Bewegungsmelder, Zeitschaltuhren, Dämmerungsschalter, Dimmer für wenig bzw. sehr unterschiedlich benutzte Räume oder die Außenbeleuchtung einsetzen
- Beleuchtungskörper regelmäßig reinigen
- Weihnachtsbeleuchtung sparsam einsetzen (Zeitschaltuhren), LED Lichterketten sind am sparsamsten
- Auf Klimaanlage weitestgehend verzichten (gute Beschattung ist oft ausreichend)
- Wasserkocher einsetzen
- Batteriebetriebene Geräte meiden, handbetriebene Geräte bzw. Geräte mit Netzkabel bevorzugen, bei Batterien handelt es sich um giftige Problemstoffe
- Beim Kauf von Geräten auf austauschbare Akkus achten

Reparaturen:

- siehe dazu den eigenen Punkt "12000 Reparieren" im Konsumkodex

09002 Led-Lampen

- ÖKO-LED, Fam. Marcel Siller, Stein 19a, Göfis, 05522 21633, www.oekoled.at,
Öffnungszeiten: Mo-Mi 14-17, Do+Fr 15-19 Uhr, über 180 verschiedene LED-Lampen für Haushalt und Gewerbe

09003 Leere Tintenpatronen / Tonerkartuschen / Colorlaserkartuschen

- www.leergut.com
- www.recycling4smile.at

09004 Handys und Smartphones, sowie Akkutipps, Nachkauf von Akkus

- Rückgabe von alten Handys an diverse Initiativen wie die Umwelthilfe, Global 2000
- Gebrauchte, aber noch funktionstüchtige Handys weitergeben an bedürftige Menschen, Freunde, Bekannte
- Handy nachts ausschalten, um Strom zu sparen
- Display manuell dimmen und Timeout-Zeit kurzhalten
- Hintergrundaktualisierungen von Apps beschränken oder deaktivieren
- Navi-Apps, die im Hintergrund weiterlaufen, komplett schließen
- Automatisches Laden von Bildern in e-mails unterbinden
- Häufigkeit der Informationsabfrage von Apps reduzieren
- Vibrieren abschalten
- Handy zwischendurch abschalten
- Nicht benötigte Apps schließen (z.B. mobiles Internet, WLAN, GPS etc. verbrauchen mehr Strom)
- Reicht bei Neuanschaffung eventuell ein gebrauchtes Handy oder muss ein Neues gekauft werden?
- Handy nach Möglichkeit und bei Funktionstüchtigkeit mindestens 3 – 4 Jahre nützen
- Auf austauschbaren Akku achten
- Direkte Sonneneinstrahlung auf das Handy meiden

- Nicht in engen Hosentaschen tragen, um Bruchgefahr zu vermeiden
- Nicht in offenen Brust- oder weiten Hosentaschen tragen, das Handy kann dort leicht herausfallen
- Vor Nässe und Schweiß schützen – Schutzhülle (Stoff, Leder – z.B. vom Weltladen) verwenden
- Gegen durch Temperaturschwankungen auftretendes Kondenswasser helfen wasserdichte Hüllen, sowie das Tragen am Körper und 30minütiges Akklimatisieren des Handys in der Wärme vor Entnahme aus der Schutzhülle

Akkutipps:

- Bei 90% Ladestand abstecken, völlige Entladung vermeiden (nicht unter 10% Akkustand), Nachladen zwischendurch verkürzt die Lebensdauer nicht, nicht über Nacht am Ladegerät hängen lassen, bei längerer Nichtbenutzung Akku aus Gerät nehmen und halb geladen lagern)
- Auf die Werte der elektromagnetischen Strahlung achten (SAR-Werte)
- Vor dem Kauf eines Gerätes sich überlegen, was man tatsächlich alles braucht. Braucht man ein Smartphone mit Internetzugang oder nutzt man es eh nur zum Telefonieren, wofür ein einfacheres Handy mehr als ausreichend ist? Auf Umweltsiegel blauer Engel achten (z.B. Olympia)
- Bei Neukauf eines Smartphones dem Fairphone gegenüber anderen Modellen den Vorzug geben, da hier auf faire Herstellungsbedingungen und Transparenz, gute Reparierbarkeit, wenig Ressourcenverschwendung und soziale Mindeststandards geachtet wird; Infos unter www.fairphone.com
- Produkte von Firmen meiden, bei denen es unter anderem zu massiver Ausbeutung und groben Arbeitsrechtverletzungen kommt. Hilfreiche Informationen dazu unter <http://www.clean-it.at/>
- Alte Handys sammeln und dem Recycling zuführen über <http://oe3.orf.at/wundertuete>; <http://www.janegoodall.at/projekte/handyrecycling/> und <http://www.partner/handysammlung/>

Nachkauf von Akkus aller Art:

- Akkubatteriecenter, Feldkirch, <http://www.aku.co.at/>
- Jubatec, <https://www.jubatec.net/> (unter anderem gibt es dort auch ein Akku für das Fairphone1!)

09005 Internet und Informatiklösungen

Internet:

- Suchmaschinen, die etwas für die Umwelt tun, verwenden; z.B.: <http://www.ecosia.org/> oder <http://www.befind.at/>

Informatiklösungen aus der Region:

- Allmenda: www.allmenda.com
- Asanger Bernd: www.seitenmann.at

09006 Tipps für die Neuanschaffung von Elektronikgeräten

(entnommen von www.topprodukte.at):

Grundsätzlich ist hier hervorzuheben, dass sich Neuanschaffungen gut überlegt werden sollen, da die Produktion all dieser Geräte extrem viele Ressourcen verbraucht; die nachfolgenden Tipps sind nur unter dem Aspekt der „Energieeffizienz“ bewertet, allerdings sind Punkte wie die Produktionsbedingungen und Fairness hier nicht berücksichtigt!

Kühlschrank/Gefrierschrank/Gefriertruhe:

- in unterkellerten Häusern ist Kombination aus Gefriertruhe oder Gefrierschrank im Keller ohne Gefrierfach im Wohnraum zu bevorzugen, sofern ein größeres Volumen überhaupt benötigt wird
- auf geeignete Größe zur Vermeidung von Überkapazität achten
- bei Einbaugeräten auf ausreichend große Entlüftungsschlitze achten, damit es zu keinem Hitzestau kommt
- bei Kühl- und Gefrierkombinationen auf getrennte Türen zum Öffnen achten
- Anzahl der Sterne gibt Auskunft über Temperaturniveau und Stromverbrauch
- *- und **-Fächer ermöglichen Temperaturen bis – 12 Grad und sind für die kurzfristige Aufbewahrung von Gefriergut geeignet. ***- und ****-Sterne-Fächer erreichen – 18 Grad und sind für eine langfristige Aufbewahrung von Gefriergut geeignet. In ****-Sterne-Fächern kann Gefriergut eingefroren werden, ohne dass bereits gelagertes Gefriergut dabei auftaut. Falls sowieso bereits ein Gefriergerät im Haushalt besteht, auf den Gefrierschrank beim Kühlschrank verzichten. Ein ***-Sterne Gefrierfach verbraucht 20-30% mehr Strom als ein Kühlschrank ohne Gefrierfach.
- Für einen Singlehaushalt reicht ein Kühlschrank mit 120 l Nutzinhalt. Bei Mehrpersonenhaushalten sind ca. 30 – 40 l pro Person zu addieren.
- nicht mehr verzehrbare Ware aus dem Kühlschrank nehmen, um Platz zu schaffen.
- Gerät mit Energieeffizienzklasse A+++ bevorzugen
- Kühlschrank möglichst an einem kühlen Ort aufstellen, nicht neben Herd, direkte Sonneneinstrahlung vermeiden. Dadurch kann Strom gespart werden.
- Durch die Absenkung der Umgebungstemperatur um 1 Grad im Jahresdurchschnitt, kann der Stromverbrauch um 5% gesenkt werden.
- Gefriergeräte möglichst in den Keller
- mindestens 5 cm Abstand zur Wand einhalten
- Kühlschrankinnentemperatur – meistens genügt 6 – 7 Grad, beim Einfrieren genügt – 18 Grad
- keine heißen Speisen in den Kühlschrank stellen und Kühlschranktür nur kurz offenhalten.
- Geräte ohne Abtauautomatik müssen regelmäßig enteist werden.
- bei No-Frost-Geräten ist kein Abtauen erforderlich, sie verbrauchen jedoch mehr Strom
- rasches Vereisen kann durch schlechte Türdichtungen bedingt sind – diese regelmäßig kontrollieren

Geschirrspüler:

- Geschirr spülen mit Maschine ist heute effizienter als das Spülen von Hand
- Kompaktgeräte für Singlehaushalt verbrauchen im Vergleich, bezogen auf die Beladungsmenge, mehr Energie.
- Energiesparprogramme nutzen: Reinigung dauert länger, dafür ist die Reinigung mit niedrigerer Temperatur möglich und verbraucht weniger Energie.
- Möglichst nur bei voller Beladung waschen
- Ein A+++-Gerät verbraucht bis zu 30% weniger Strom als ein A-Gerät.
- Ein Warmwasseranschluss ist dann vorteilhaft, wenn das Warmwasser mit niedrigen Betriebskosten bereitete wird und die Leitungswege kurz sind
- beim Einkauf darauf achten, dass man keine ineffizienten Auslaufmodelle ersteht
- Geschirr nicht unter fließendem Wasser vorspülen, sondern nur grobe Speisereste entfernen
- von Zeit zu Zeit Sprüharme und Düsen reinigen

Waschmaschine:

- Ein vorzeitiger Ersatz einer Maschine durch ein sehr effizientes Neugerät ist dann empfehlenswert, wenn das Bestandsgerät die Effizienzklasse B oder C hat und ein

Reparaturbedarf besteht.

- XXL-Geräte sollten nur bei wirklichem Bedarf angeschafft werden, Gerätegröße nach dem tatsächlichen Bedarf wählen
- Wäsche nach Weiß-, Bunt- und Feinwäsche vorsortieren.
- Bei Baumwollwäsche sollte noch eine Hand in der Trommel Platz haben, dann ist sie richtig beladen, bei Woll- und Feinwäsche, sowie Seide gilt: Mehr Platz lassen, damit die einzelnen Teile nicht zu stark aneinander reiben.
- Je nach Wäscheart das entsprechende Waschmittel wählen. Meist reicht viel weniger Waschmittel, als vermutet würde. Konzentrierte Waschmittel in Nachfüllpackungen (z.B. Uni Sapon) sind zu bevorzugen.
- Ein Warmwasseranschluss ist dann vorteilhaft, wenn das Warmwasser mit niedrigen Betriebskosten bereitet wird und die Leitungswege kurz sind
- Sparprogramm verwenden. Ausnahme z.B. bei Pflege kranker Personen im Haushalt. Hier sind oft höhere Waschttemperaturen notwendig, um Keime abzutöten.
- Möglichst mit niedrigen Temperaturen waschen (höchstens 60 Grad, Kochwäsche 90 Grad eher vermeiden). Oft reichen 30 – 40 Grad bereits aus. Tipp: Schritt für Schritt herunterschalten, wenn die Wäsche auch bei niedriger Temperatur sauber wird, dabei bleiben.

Kochen und Backen:

- bei Elektroherd bietet die Induktionskochplatte die beste Energieausnutzung, verbraucht bei kleineren Mengen bis zu 30% weniger Strom.
- Topf sollte der Herdplattengröße entsprechen
- mit Deckel kochen
- nur so viel Wasser nehmen, wie tatsächlich benötigt wird
- heißes Wasser für Tee und Kaffee wird am Sparsamsten mit einem Wasserkocher gekocht.
- Zum Ankochen die höchste Kochstufe verwenden, danach aber zum Weitergaren beizeiten zurückschalten.
- Restwärme nutzen, indem bereits einige Minuten vor Ende der Garzeit die Kochplatte abgeschaltet wird.
- Teigwaren nach einigen Minuten Kochzeit bei geschlossenem Deckel weiter ziehen lassen.
- Kochzeiten für Reis und Hülsenfrüchte verringern sich deutlich, wenn man diese vorquellen lässt.
- Beim Backen auf das Vorheizen verzichten, auch wenn dies im Rezept so angegeben ist (Ausnahme: empfindliche Teige)
- Umluftfunktion verwenden und eine um etwa 20% geringere Temperatur wählen, als im Rezept angegeben.
- Wenn möglich Herd gegenüber dem Backofen bevorzugen, da Backofen bis zu 4x mehr Energie benötigt als der Herd.
- Strom wird vergeudet, wenn im Backofen nur einige Weckerl Brot aufgebackt werden oder wenige Stücke gegrillt werden. Hier sind Toaster bzw. Kontaktgriller besser geeignet.

TV-Geräte:

- Trend zu immer größeren Bildschirmen, bei Programmen, die nur in Standardauflösung übertragen werden, ist aufgrund des relativ unscharfen Bildes bei zunehmender Bildschirmgröße, ein größerer Abstand zum Schirm erforderlich, was wiederum einen entsprechend großen Wohnraum erfordert.
- Preisniveau ist gesunken, allerdings ist besonders bei Lockangeboten von wenigen EUR 100,- darauf zu achten, dass mitunter Plasma-TV's älterer Generation zu Dumping-Preisen angeboten werden. Energieverbrauch und Betriebskosten sind hier entsprechend hoch.

- LCD-Geräte mit LED-Technologie bevorzugen!
- Auf Label mindestens A+ achten!
- Energiesparfunktionen nutzen
- Ein eingebauter Hard-Switch erlaubt die komplette Trennung des TV-Geräts von der Stromzufuhr. Beim Ausschalten über einen sogenannten Soft-Switch wird das Gerät dagegen nicht vom Netz getrennt. Alternativ kann eine Steckerleiste eingesetzt werden, um Standby-Energie zu vermeiden.
- Bei vielen Geräten können kontinuierliche Netzwerkfunktionen im Standby-Betrieb abgeschaltet werden.
- Verschiedene Produkte bieten eine automatische Helligkeitsanpassung, abhängig von der Helligkeit der Umgebung an. Damit kann vor allem bei typisch reduzierter Abendbeleuchtung Strom gespart werden.
- Verwendung von Anwesenheits- bzw. Bewegungssensoren (manche Geräte bieten eine stufenweise Abschaltung von Bild, Ton und Gerät insgesamt, wenn sich längere Zeit kein Zuseher vor dem Gerät befindet oder der Zuseher eventuell einschläft).

PC-Monitore:

- Bei der Wahl eines neuen PC-Monitors ist zunächst der hauptsächliche Verwendungszweck zu berücksichtigen. Wichtig sind die geeignete Bildschirmgröße, die Bildqualität und je nach Anwendung die ausreichende Helligkeit des Schirms.
- Größere Schirme erlauben eine entsprechend übersichtliche Darstellung bzw. auch eine Paralleldarstellung von Dokumenten. Für die normale Anwendung im Haushalt sind 20 – 22 Zoll meist ausreichend.
- Es gibt Monitore, die die Helligkeit automatisch an die Umgebungshelligkeit anpassen. Dadurch kann Energie gespart werden.
- Bezüglich Energieverbrauch gilt als Richtwert, dass effiziente Geräte weniger als 20 Watt und ein sehr effizientes Gerät weniger als 15 Watt benötigt. Die Energiedaten müssen den Produktinformationen der Hersteller entnommen werden.
- Neben dem Stromverbrauch im Betrieb ist auch auf den Strombereich im Standby-Modus und im Off-Betrieb zu achten.
- Relevante Informationen zu Energie- und Umweltaspekten bieten unter anderem die Programme Energy Star, Blauer Engel und EPEAT. (Energy Star ist ein Label, welches Produkte beurteilt, die gewisse Energieeffizienzkriterien erfüllen. Im Standby und Off-Modus dürfen diese Schirme maximal 0,5 Watt beanspruchen – siehe auch www.energystar.ch; Blauer Engel – neben dem Energieverbrauch definiert der Blaue Engel auch Kriterien für die Produktherstellung und das Recycling. Beispielsweise wird vorgeschrieben, dass mindestens 3 Jahre nach Auslaufen der Produktion noch Ersatzteile für das Gerät verfügbar sein müssen. Auch Ergonomiekriterien werden berücksichtigt – siehe www.blauer-engel.de; EPEAT – die Bewertungskriterien umfassen im Wesentlichen Herstellung, Lebensdauer, Recyclingmöglichkeiten und Verpackung des Gerätes – siehe www.epeat.net)
- Ist die Helligkeit zu hoch eingestellt, braucht das nicht nur mehr Energie, es wird auch das Auge stärker belastet und man ermüdet rascher.
- Verschiedene Monitore verfügen über einen so genannten Hardswitch, das heißt einen Schalter, der eine Komplettabschaltung erlaubt. Das Gerät wird damit komplett vom Netz getrennt und es wird dementsprechend kein Strom verbraucht. Für Geräte, die diese Möglichkeit zur Komplettabschaltung nicht bieten, kann alternativ eine schaltbare Steckerleiste eingesetzt werden.
- Eine weitere Möglichkeit zur Minimierung des Energieverbrauches bieten Powermanagementoptionen, die über den PC eingestellt werden können. Damit kann festgelegt werden, nach wie vielen Minuten im Standby-Betrieb der Monitor abgeschaltet wird. Empfehlenswert sind hier Einstellungen zwischen 5 und 15 Minuten.
- Bildschirmschoner sind bei LCD-Bildschirmen nicht mehr notwendig!
- Zusatzfunktionen wie Lautsprecher oder Webcam können den Strombedarf weiter erhöhen und sollten daher nach Möglichkeit bei Nichtverwendung abgeschaltet werden.

PC's und Labtops:

- Wenn keine besonderen Ansprüche an die Erweiterbarkeit und Leistung des PC's bestehen, erfüllt für die meisten Anwendungen (Textverarbeitung, Mailversand, Internet) im Haushaltsbereich auch ein sehr energiesparender Mini-PC oder ein Notebook alle Anforderungen. Notebooks benötigen weniger Energie als Desktop-PC's, da die Komponenten auf einen möglichst langen Akkubetrieb ausgerichtet sind.
- Bei der Geräteauswahl sollte die „Performance/Leistung“ möglichst an den Bedarf angepasst werden.
- Zum Netzteil ist zu sagen, dass diese oft überdimensioniert, das heißt, auf eine zu hohe Maximalleistung ausgelegt sind. Bei üblichen Office-Anwendungen sind diese dann zu gering belastet und arbeiten dadurch ineffizient. Effiziente Netzteile sind am „Energy-Star-Logo“ zu erkennen.
- PC's oder Notebookmodelle werden zumeist in verschiedenen Ausführungen und unterschiedlich leistungsfähigen Prozessoren angeboten. Hohe maximale Rechenleistung bedeutet auch immer hohen Energieverbrauch und ist für die meisten Anwendungen im Haushaltsbereich (Internet, Mail, Textverarbeitung) unnötig. Für die meisten Anwendungen kann man daher ohne Komfortverlust auf Produkte mit energiesparenden Prozessoren und langsameren Festplatten setzen und hat bei Notebooks gleichzeitig den Vorteil einer längeren Akkulaufzeit.
- Alle PC's und Notebooks verfügen über sogenannte „Powermanagement“-Funktionen, mit denen der Stromverbrauch bedarfsspezifisch angepasst werden kann bzw. die Geräte in einen betriebssparenden Modus versetzt werden können. Über solche Funktionen sollte man sich beim Einkauf informieren.
- Bei der Geräteauswahl sollten die Kriterien und Labels von Energy Star (siehe <http://www.energystar.ch/>) und EPEAT (siehe www.epeat.net) berücksichtigt werden
- Verfügt ein PC oder Notebook über keinen Netzschalter, der eine Trennung vom Netz erlaubt, sollte eine schaltbare Steckerleiste verwendet werden.
- Wenn der PC oder das Notebook für eine gewisse Zeit nicht aktiv genutzt wird, sollten die Geräte in einen energiesparenden Modus übergehen. Dafür sind entsprechende Einstellungen für die Abschaltung des Bildschirms und die Aktivierung des Ruhemodus vorzunehmen. Eine Abschaltung des Bildschirms ist bereits nach 5 Minuten empfehlenswert, der Übergang in den Ruhemodus nach 15 – 20 Minuten ohne Aktivität. Die Reaktivierung benötigt normalerweise nur mehrere Sekunden.
- Es sollte geprüft werden, ob Netzwerkverbindungen die Nutzung der Energiesparfunktionen gegebenenfalls behindern.

Drucker:

- Bei der Wahl des passenden Druckers sollte man zuerst die erwartete Verwendungshäufigkeit bzw. das Druckvolumen und die notwendigen Funktionen definieren. Wichtige Auswahlkriterien sind die Kompatibilität mit den Geräten, die die Druckaufträge geben, die Entscheidung zwischen Schwarz/Weiß und Farbdruckern, sowie die Frage, ob das Gerät auch eine Kopier- bzw. Scanfunktion haben soll. Ganz allgemein sollte man bei Farbdruckern zu Tintenstrahldruckern gehen. Bei Schwarz/Weiß-Druckern sind zumeist Laserdrucker geeigneter.
- Möchte man gelegentlich Bilder einscannen oder kopieren, ist ein Multifunktionsdrucker die beste Wahl. Dieser ist gegenüber zwei einzelnen Geräten nicht nur praktischer, sondern verbraucht auch weniger Energie.
- Drucker mit Duplexdruck können beidseitig bedrucken, ohne manuelles Wenden des Druckpapiers. Bei Laserdruckern ist dies heutzutage Standard und sollte beim Kauf als Musskriterium gelten, da einseitiger Druck zu einem unnötigen hohen Papierverbrauch führt.
- Ein wichtiger Punkt, den man bei der Kaufentscheidung beachten soll, ist das Verbrauchsmaterial. Insbesondere Tintenstrahldrucker werden oft sehr günstig angeboten. Hohe Kosten, die bald die Beschaffungskosten des Druckers übertreffen, fallen dann beim regelmäßigen Nachkaufen der Druckerpatronen bzw. dem Toner an. Hersteller von Drucker raten zwar davon ab, andere Patronen als die vorgeschriebenen zu verwenden, Tests haben aber gezeigt, dass Konsumenten bei vielen Billigpatronen bzw. Toner für Laserdrucker von Drittanbietern nur geringe Abstriche in der Qualität akzeptieren müssen und diese daher durchaus empfehlenswert sind.

- Hinsichtlich Druckerpapier: Wann immer möglich sollte umweltfreundliches Recyclingpapier eingesetzt werden, welches in der Herstellung nur 1/3 der Energie von Frischfaserpapier benötigt.
- Bei Laserdruckern sollte man unbedingt auf den gemäß Energy Star deklarierten TEC-Wert achten. Der TEC-Wert gibt den typischen Stromverbrauch pro Woche für ein standardisiertes Nutzungsprofil an. Ein Blick auf den Stromverbrauch lohnt sich bei Laserdruckern auf jeden Fall!
- Geräte mit Faxfunktion sind grundsätzlich Stromfresser, da sie ständig aktiv und auf Aufträge aus dem Telefonnetz warten müssen. Da diese Technologie immer mehr durch andere Funktionen (zB e-mail) ersetzt wird, ist von dieser Funktion abzuraten.
- Für einen Vergleich der Geräte kann die Internetseite www.topprodukte.at genutzt werden.
- Auf Energy-Star-Label achten. Als weiteres Label bei Druckern gibt es den „Blauen Engel“. Neben dem Energieverbrauch berücksichtigt der Blaue Engel auch Kriterien, wie Partikelemissionen, umweltschonende Produktion, Verwendung von schadstoffarmen Materialien, Reparatursicherheit und Recyclingmöglichkeiten.
- Vor allem bei Laserdruckern ist eine Schaltsteckdose sehr empfehlenswert, um den Drucker gänzlich vom Stromnetz trennen zu können, wenn er nicht benötigt wird.
- Es kann eingestellt werden, nach wie viel Minuten ohne Auftrag das Gerät in den Standby-Modus wechseln soll. Optimaler Weise sollten hier maximal 5 Minuten eingestellt sein.

10000 Verpackung

10001 Getränkeverpackungen

- keine Plastikflaschen, außer PET-Mehrwegflaschen
- möglichst keine Tetraverpackungen
- nur Glasflaschen mit Pfandsystem
- Nespresso-Kapseln vermeiden (falls nicht möglich: getrennt sammeln und bei den Sammelstellen der Gemeinde abgeben). Es gibt inzwischen auch wiederbefüllbare Metallkapseln für Nespressomaschinen zu kaufen - siehe www.konsument.at + Suche nach Nespressokapseln
- Dosen vermeiden
- Gezielt nach Pfandflaschen fragen und die Hersteller auffordern, Mehrweg-Pfandflaschen einzusetzen

10002 Einkaufstaschen

- keine Plastiksäcke (falls doch, dann so lange wie möglich wiederverwenden)
- möglichst keine Papiertaschen (falls doch, dann so lange wie möglich wiederverwenden)
- besser Korb, Rucksack, Stofftasche oder Ähnliches verwenden

10003 Produktverpackungen

- Unverpackt einkaufen in Hohenems: www.frida-bio.at
- eigene Behältnisse mitbringen
- möglichst wenig Verpackung
- möglichst wenig Plastikverpackungen
- Papierverpackungen aus Recyclingpapier
- Plastikfrei-Tipps von Corinna Amann, zu finden unter www.plastikfreier.com
Amann Corinna, Wiesleweg 18, 6822 Sattens, Tel. 0676/6060280,

[email\(at\)plastikfreier.com](mailto:email(at)plastikfreier.com)

Öffnungszeiten: Freitag 09.00-12.00 Uhr, sowie 14.30-18.00 Uhr, sowie nach tel.

Vereinbarung,

Selbstgemachte Bienenwachstücher (als Jausenverpackung oder zum Lagern von Käse,

Wurst, Speck im Kühlschrank ideal), allerlei plastikfreie Produkte, Uni Sapon

Nachfüllstation, Vorträge & Workshops

11000 Gasthäuser / Reisen / Tourismus

11001 Gasthäuser / Restaurants

- Susi's Zauberei – Küchenzauber & viel mehr – Bregenz www.susis-zauberei.at
- Freihof Sulz www.freihofsulz.at
- Maria Grün Frastanz www.mariagruen.at
- Kaffee in Hohenems www.frida-bio.at
- Bildungshaus St. Arbogast: www.arbogast.at
- Biohotel Schwanen in Bizau www.biohotel-schwanen.com
- Café April in Feldkirch www.aprilcafe.at
- Elfenküche Suppenmanufaktur e.U. in Dornbirn www.elfenkueche.at/

11002 Verkehrsmittel

- maximale Anzahl von Flugkilometern pro 5 Jahre ... km
- maximale Anzahl von Autokilometern pro Jahr ... km
- möglichst mit dem Zug
- möglichst mit Öffentlichen Verkehrsmitteln
- Flugreisen vermeiden oder minimieren
- Flugkilometer kompensieren über www.atmosfair.de

11003 Unterkunft

Webseiten zu nachhaltigem Reisen:

- Wir sind anderswo: <https://www.wirsindanderswo.de/home/>
- Utopia - Nachhaltig Reisen: <https://utopia.de/ratgeber/nachhaltig-reisen-oeko-reiseportale/>
- Lebensart Reisen: <https://www.lebensart-reisen.at/nachhaltige-veranstalter-reisebueros-und-gastgeber>
- Ökoreisen und sanfter Tourismus: <http://oekoreisen.com/>

11004 Reiseziele und Menschenrechte

Wertvolle Gedanken zum Reisen, herausgegeben vom Studienkreis für Tourismus und Entwicklung e.V.

zu finden unter:

https://www.sympathiemagazin.de/tl_files/sympathiemagazine/content/informationen/Mehrv_mit-sechs-Sternen.pdf

Der Studienkreis für Tourismus und Entwicklung beschäftigt sich mit entwicklungsbezogener Informations- und Bildungsarbeit im Tourismus. In diesem Zusammenhang gibt er die "SympathieMagazine" und andere Publikationen heraus.

Tourismustipps (Quelle Greenpeace)

1. Unterwegs:

- Anreise per Zug oder Bus bevorzugen
- Auch am Urlaubsort öffentliche Verkehrsmittel bevorzugen
- Vor Ort ein Fahrrad ausleihen

2. Aufenthalt:

- Bevorzugen Sie regionale Anbieter:
Ob Hotel, Restaurant oder Reiseanbieter vor Ort: Versuchen Sie, lokale Angebote zu wählen. Der Tourismus ist für viele Länder ein wichtiger Wirtschaftszweig, der den Menschen vor Ort Arbeit bietet und ihre Existenz sichert.
- Genießen Sie regionale Lebensmittel:
Der Genuss regionaler Lebensmittel fördert nicht nur die lokale Wirtschaft, sondern erlaubt auch ein Eintauchen in die heimische Kultur.
- Vermeiden Sie unnötigen Müll:
Gerade im Urlaub ist es oft schwer, den nächsten Mistkübel zu finden. Nehmen Sie sich deshalb einfach ein Säckchen mit, das Ihnen unterwegs als Aufbewahrung dient.
- Schalten Sie die Klimaanlage aus:
Helfen Sie mit, den Energieverbrauch im Urlaubsland zu reduzieren. Ohne Klimaanlage gewöhnt sich der Körper zudem viel schneller an die örtliche Temperatur.
- Gehen Sie sorgsam mit Wasser um:
In vielen Ländern ist die Ressource Wasser knapp, gehen Sie deshalb sorgsam mit dieser wichtigen Ressource um: Bevorzugen Sie Hotels, die keine riesigen Flächen künstlich bewässern, duschen Sie nur so lange wie wirklich nötig und verzichten Sie auf das tägliche frische Handtuch.
- Nutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel:
Im Urlaub wie daheim: Der öffentliche Verkehr ist am ökologischsten. Manchmal ist der Ausflug mit einem ausgeliehenen Fahrrad sowieso die beste Möglichkeit, um die Stadt oder die Natur zu erkunden.
- Seien Sie vorsichtig mit dem Souvenirkauf:
Erkunden Sie sich vor ihrer Reise über gefährdete Arten und kaufen Sie niemals Produkte, die aus gefährdeten Tier- oder Pflanzenarten stammen.
- Wählen Sie zertifizierte Strände:
Sonnen sie sich unter „Blauen Flaggen“. Diese werden von der Umweltstiftung „Foundation for Environmental Education“ vergeben und sind ein Indikator für saubere Gewässer und Strände.

3. Fischgenuss

- 91% der bekannten Fischbestände im Mittelmeer sind bereits überfischt! Deshalb ist es wichtig, dass wir manchen Fischarten eine Verschnaufpause gönnen.
- Fisch von lokalen FischerInnen:
Erkunden Sie den lokalen Markt und kaufen Sie Ihren Fisch bei lokalen FischerInnen oder HändlerInnen. Fragen Sie nach: Fisch sollte in der Region und in der derzeitigen Jahreszeit/Saison gefischt worden sein.
- Merkmale eines frischen Fisches:
Augen: Schwarz, klare Augen, nicht eingesunken.
Kiemen: helles Rot, keine bräunlichen Kiemen.
Schuppen:
Sollten fest an der Haut sitzen (Ausnahme Sardinen und Sardellen)
- Meeresfrüchte sollten bewegbar sein (Fühler, Beine, Schalen sollten sich öffnen können)

- Geruch:
Frische Meeresluft, nicht nach Ammoniak
- Diese Fische sollten Sie meiden:
Entscheidend ist nicht die Fischart, sondern der Bestand aus dem diese stammt. Die verschiedenen Fischbestände sind unterschiedlich gesund und werden mit unterschiedlichen Methoden gefangen. Je nach Methode kommt es so unter anderem auch zu ungewolltem Beifang – Delphine, Schildkröten und andere Meerestiere, die verenden. Weitere Informationen finden Sie auch im Fischratgeber von WWF (fischratgeber.wwf.at)

12000 Reparieren

12001 Reparaturcafés

Reparaturcafé Nenzing:

Ort: Gaisstraße 5, 6710 Nenzing

Termine erfahren Sie unter www.wiki.imwalgau.at/wiki/Repair_Caf%C3%A9_im_Walgau

Kontakt: Harry Mark, Tel. 0664 6630080, e-mail: [ak-bds\(at\)pfarre-nenzing.at](mailto:ak-bds(at)pfarre-nenzing.at)

Reparaturcafé Feldkirch:

Ort: Polytechnische Schule, Hirschgraben 8, 6800 Feldkirch

Jeden 1. Samstag im Monat von 9:00 bis 12:00, die Termine und weitere Infos finden Sie auf der Homepage www.reparaturcafe-feldkirch.at

Kontakt: Joachim Breuß, Tel. 0699 192 87066, e-mail: [info\(at\)reparaturcafe-feldkirch.at](mailto:info(at)reparaturcafe-feldkirch.at)

Reparaturcafé Rankweil:

Ort: In der Werkstätte der Lebenshilfe, Köhlerstraße 14, 6830 Rankweil

Jeden 1. Freitag im Monat von 14:00 bis 17:00 (Anmeldeschluss 16:30)

Weitere Infos: Bürgerservice der Marktgemeinde Rankweil, Tel. 05522 405 1125, e-mail: [buergerservice\(at\)rankweil.at](mailto:buergerservice(at)rankweil.at)

Reparaturcafé Carla Altach und Lustenau

Ort: Möslestraße 15, 6844 Altach

Termine erfahren Sie unter www.carla-vorarlberg.at/reuse-recycling/reparaturcafe/

Kontakt: Mag. Gerhard Schmid, Tel. 05522 200-1521, e mail: [gerhard.schmid\(at\)caritas.at](mailto:gerhard.schmid(at)caritas.at)

Reparaturcafé Hittisau

Kontakt: Georg Bals, Windern 27/2, 6952 Hittisau, Tel: 0664 515 7631, e-mail: [georg.bals\(at\)vol.at](mailto:georg.bals(at)vol.at)

Reparaturcafé Riefensberg

Ort: Dorf 195, 6943 Riefensberg (im hinteren Teil der Raiffeisenbank Riefensberg)

Termine erfahren Sie unter www.reparier.bar

Kontakt: Bruno Willi, Tel. 0699 8156 2117, e-mail: [reparatur6943\(at\)gmail.com](mailto:reparatur6943(at)gmail.com)

Repair Café Rheindelta

Ort: Dr. Schneiderstr. 40, 6973 Höchst

Jede gerade Kalenderwoche am Freitag von 14:00 bis 18:00 Uhr

Kontakt: Christoph Grabher-Meyer u. Herbert Loretz,

e-mail: [repaircafe.rheindelta\(at\)gmx.at](mailto:repaircafe.rheindelta(at)gmx.at)

Reparaturcafé Koblach

Ort: ehemalige Räume der Säuglingsfürsorge in der Mittelschule, Rütli 11 (Westeingang)

Termin: jeweils am ersten Samstag des Monats von 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Homepage: zkobla-dahoam.at/leistungsangebot/reparatur-cafe/

Kontakt: 0676/836287540, e-mail: [zkobla-dahoam\(at\)koblach.at](mailto:zkobla-dahoam(at)koblach.at)

Reparaturcafé Bregenz

Ort: Vorklostergasse 51 in Bregenz (ehemals Wälterbahnremise) im Haus der Integra

Termin: jeweils am ersten Samstag des Monats von 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Homepage: <https://repairbregenz.wordpress.com/>

Kontakt: Roswitha Steger, 0650/2647446

Reparaturcafé Göfis:

Ort: Work-Schopf, Büttels 6, 6811 Göfis

Termine und Infos: siehe <https://www.facebook.com/events/551516038583888/>

Reparaturcafé Thüringen:

Ort: Agrar – Haus (Werkstr. 32) in der Nähe vom Fußballplatz.
Kontakt und Infos: Norbert Burtscher, Tel. +43 664 3410517

Reparaturcafé Klostertal:

Ort: Bauhof der Gemeinde Innerbraz, Arlbergstraße 100, 6751 Innerbraz
Kontakt: Anna Engstler 0660/857 2012 sowie per Mail [info\(at\)klostertal.org](mailto:info(at)klostertal.org)
Homepage: <http://www.klostertal.org/regio-klostertal/projekte/reparaturcafe.html>

Reparaturcafé Bludenz:

Ort: Carla Store Bludenz, Klarenbrunnenstraße 46, 6700 Bludenz
Termine: jeden letzten Freitag im Monat von 13:00 Uhr bis 16:30 Uhr
Kontakt und Infos: Karl Thaler, Tel. +43 664 806 3621 870.

Weitere Reparaturcafés außerhalb Vorarlbergs:

Reparaturcafé St. Gallen: <https://www.facebook.com/events/551516038583888/>
Reparaturcafé Tirol: <http://www.repaircafe-tirol.at/>

12002 Reparaturbetriebe

Schuler Peter

Rhetikusstraße 15, 6844 Altach, 0699/10 11 98 83, Durchführung von Haushaltsreparaturen aller Art. Herr Schuler ist unterwegs in ganz Vorarlberg und repariert Waschmaschinen, Herde, Geschirrspüler, Kühlgeräte, Haushaltsgeräte. Außerdem behebt er Störungen in der Hauselektrik.

Fernsehtechnik, Schwald & Pertel OG

Am Damm 20, Frastanz, 05522 51729, www.fernseh-technik.at, Öffnungszeiten: Mo – Fr 9:00 bis 12:00 Uhr und 14:00 bis 18:00 Uhr, Reparatur sämtlicher Fernseh-, Video- und Audiogeräte sowie Monitore aller Marken zu fairen Preisen; Achtung: Ab 1. März folgende neue Öffnungszeiten: Mo und Fr 9:00 bis 12:00 Uhr und 14:00 bis 18:00 Uhr, sowie Di., Mi. u. Do. 9:00 bis 12:00 Uhr

Elektro Tschanett

6830 Rankweil, Ringstraße, Tel. 05522 44363 22, www.tschanett.com

Elektro-Geräte Eberharter e.U.

Flurweg 7a, 6706 Bürs, Tel. 05552/62488, [info\(at\)eberharter.eu](mailto:info(at)eberharter.eu), Servicepartner der Marken Miele und Liebherr

Elektrocenter Bertschler

6800 Feldkirch, Rheinstraße 3, Tel. 05522 381810

Stopinski Franek

6830 Rankweil, Lerchenweg 7, Tel. 0650 8560103
Reparatur von Elektrogeräten aller Art

13000 Sonstiges

13001 Blumen

Kriterien:

- Beim Kauf von Schnittblumen auf das „Fairtrade-Siegel“ achten
- heimische Blumen von regionalen Gärtnereien bevorzugen

Produzenten und Händler:

- Stauden Kopf, Bio Staudengärtnerei, Elke und Thomas Kopf, Haltestellenweg 2, 6832 Sulz, 05522/44515, [stauden-kopf\(at\)aon.at](mailto:stauden-kopf(at)aon.at), www.stauden-kopf.at, winterharte Stauden, Gräser, Kräuter, Beeren, Gehölze und Rosen aus kontrolliert biologischem Anbau, Kompostkurse (CMC)

Der Verein FoeBuD empfiehlt:

- Keine Kundenkarten! Sie nützen nur denen, die sie ausgeben. Datensparsamkeit! Daten nur angeben, wenn sie für den Vorgang wirklich nötig sind. „Brauchen sie wirklich mein Geburtsdatum, um mir eine Hose zu verkaufen?“
- Wenn man sicher sein will, dass ein Unternehmen seine persönlichen Daten nicht weitergibt, sollte man bei Bestellungen angeben: „Hiermit widerspreche ich der Nutzung und Übermittlung meiner Daten zu Werbe-, Marktforschungs- und Marketingzwecken.“
- Die Formulierung, die Firmen oft in Vordrucken verwenden, reicht nicht aus. „Wir geben Ihre Daten grundsätzlich nicht an unberechtigte Dritte weiter“, bedeutet, dass es auch „berechtigte Dritte“ gibt, Unternehmen etwa, die die Datensätze gekauft haben.
- Warum es besser ist, möglichst wenig private Daten zu verteilen, steht auf der Seite www.digitalcourage.de.

13003 Sport- und Freizeitgeräte

Fußbälle

- Fußballbälle mit Transfair-Siegel (aus fairem Handel, hergestellt ohne Kinderarbeit und Hungerlöhne):Derbystar www.derbystar.de/Fairtrade, www.derbystar.de/Artikel-1290
- Fair gehandelte Fußballbälle in den Weltläden

Rodel

- Anton Bereuter, Achrain 65, 6861 Alberschwende, 05579 3488, www.handwerkholz.at

13004 Grabsteine

- Die Organisation XertifiX kennzeichnet indische Grabmale, Pflastersteine, Fassaden- und Küchenplatten, die ohne Kinderarbeit hergestellt wurden. www.xertifix.de

13005 Teppiche

- Das Siegel Rugmark kennzeichnet Teppiche ohne Kinderarbeit: www.rugmark.de bzw. www.goodweave.de
Dort stehen auch die Bezugsquellen.

13006 Handwerkliches und "Handgemachts"

- bugo Bücherei Göfis, Büttels 3, 6811 Göfis, 05522 / 72715-400 [bugo\(at\)goefis.at](mailto:bugo(at)goefis.at): www.goefis.at/bugo Öffnungszeiten: MO 9-12 und 14-22; DI bis FR 9-12, 14-18; SO 10 bis 12 Uhr Mehr als eine Bücherei: Lesen, Café und „Handgemachts“ aus Göfis: 12.000 Medien zur Entlehnung, kleiner Café-Betrieb, Getränke und kleine Speisen, Schmökern & Kommunikation. Heimische Produkte aus Göfis, Ursprüngliches, Handwerke, selbstgemachte Unikate und Dienste von Menschen aus Göfis mit viel Geschick und Liebe zum Detail gefertigt werden zum Kauf angeboten.

13007 Gesundheitsprodukte

- Johanniskrautöl und Propolisalben bei Hummelhof Bürserberg, Tanja Moser, Ausserberg 33, 6706 Bürs, Tel. 0650 2174000

