

BEWUSST IM (STUDIEN-)ALLTAG

Infos & Tipps

für einen nachhaltigeren und sparsameren Lebensstil



**MIT
ENERGIESPAR-
TIPPS**

Nachhaltigkeit-Entwicklung-Bildung

Mit dem Brundtland-Bericht im Jahr 1987 fand der Begriff Nachhaltigkeit über die Endlichkeit der Ressourcen und die Entwicklungschancen auf dem Planeten Eingang in den öffentlichen Diskurs. Vor 30 Jahren, im Rahmen der UN-Konferenz über Umwelt und Entwicklung in Rio de Janeiro 1992 gelangte das Thema Nachhaltigkeit endgültig auf die globale Agenda.

Im Jahr 2015 verabschiedeten die 193 Mitgliedsstaaten der Vereinten Nationen die Agenda 2030, deren Kern die 17 Sustainable Development Goals (SDGs) darstellen. Die Weltgemeinschaft hat sich verpflichtet, aktuelle Probleme wie Klimawandel, Welternährung und Verteilungskonflikte gemeinsam anzugehen und zu bewältigen.

Der Beitrag Deutschlands zur Erreichung der SDGs ist unter anderem der Aktionsplan Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE). Er zielt darauf ab, das Thema Nachhaltigkeit an Bildungseinrichtungen, vom Kindergarten bis zur Universität als Querschnittsthema zu verankern. Kinder, Jugendliche und Erwachsene sollen Wissen, Fähigkeiten und Kompetenzen erwerben, um nachhaltig handeln und leben zu können.

Unsere Universität als Ort der Forschung, des Lehrens und Lernens spielt dabei eine wichtige Rolle, da dort Führungskräfte und Persönlichkeiten für Schlüsselpositionen in Gesellschaft und Wirtschaft (aus-)gebildet werden. Wir finden es wichtig, Dich als Studentin oder Student für das Thema Nachhaltigkeit zu sensibilisieren, so dass auch Du Deinen Beitrag zur gesellschaftlichen Transformation leisten kannst.

Die Bedeutung von nachhaltiger Entwicklung wächst auch in der Forschung - mittlerweile gibt es an der Universität viele spannende Forschungsprojekte zu diesen Themen. Und natürlich spielt auch der Umgang mit Ressourcen wie Wasser und Wärme an der Uni eine Rolle. Die orangen Boxen zeigen Dir, wie effizient an der Universität Passau mit Ressourcen umgegangen wird. Dies ist gerade jetzt wichtiger wie nie zuvor.

8. Auflage, September 2022

Impressum:

Hochschulgruppe Nachhaltigkeit und Nachhaltigkeitsbüro der Universität Passau

www.uni-passau.de/nachhaltigkeit



Unsere Hörsäle sind mit Ventilatoren ausgestattet, die nicht mehr durchgehend arbeiten, sondern die CO₂-Konzentration in der Raumluft automatisch nach aktuellem Bedarf regeln.

Nachhaltig - was geht mich das an?

Obwohl die globalen Ressourcen endlich sind, leben wir in Deutschland und der westlichen Welt so, als ob wir viele Planeten Erde zur Verfügung hätten. Ein gutes Modell zur Veranschaulichung ist der „ökologische Fußabdruck“ mit dem Earth Overshoot Day. Der ökologische Fußabdruck zeigt, wie viele Ressourcen eine Person mit ihrer Lebensweise verbraucht. Der Earth Overshoot Day ist der Tag, an dem wir auf der Erde so viele natürliche Ressourcen und Ökosystemleistungen verbraucht haben, wie die Erde uns pro Jahr zur Verfügung stellt. 2021 fiel der „Earth Overshoot Day“ auf den 29. Juli, 3 Wochen früher noch als im Vorjahr. Für die restlichen 5 Monate des Jahres leben wir auf der Erde auf ökologischem „Pump“. Würden alle Menschen auf so „großem Fuß“ leben wie wir in Deutschland, dann würde der Earth Overshoot Day 2022 sogar auf den 4. Mai fallen.

Daher ist es wichtig, dass wir uns mit unseren alltäglichen Gewohnheiten und Ansprüchen auseinandersetzen und diese hinterfragen. Gerade wenn Du ein Studium und einen neuen Lebensabschnitt beginnst, kannst Du die eine oder andere Gewohnheit überdenken und anders gestalten. Dieses Heft bietet Dir konkrete Tipps, Quellen und Denkanstöße für einen Beitrag zu einer zukunftsfähigen Gesellschaft und einem gesunden Planeten. Vieles davon erhöht die Lebensqualität, ist gesund und spart Geld.

Wie viele Erden bräuchten wir, wenn alle so leben würden wie die Bewohner der USA?



Quelle: National Footprint and Biocapacity Accounts 2022
Resultate für andere Länder verfügbar unter overshootday.org/how-many-earths

Berechne Deinen persönlichen
Fußabdruck:
footprintcalculator.org

Save the date:

Public Climate School: 07.-11. November 2022 | www.Publicclimateschool.de

Nachhaltiger Donnerstag: am 27. Oktober, 24. November, 15. Dezember und 26. Januar finden in diesem Wintersemester Veranstaltungen mit Nachhaltigkeitsbezugs des Nachhaltigkeitshubs statt. Näheres unter: uni-passau.de/nachhaltigkeit/aktuelles/

Was kann ich tun?

Du kannst, teilweise schon durch kleine Veränderungen im Alltag, Deinen Lebensstil nachhaltiger gestalten. Auf den nächsten Seiten findest Du einige Tipps und Tricks zu umweltfreundlichem und nachhaltigem Handeln.

In der Uni

Bring Deine **eigene Wasserflasche** mit und befülle sie mit Leitungswasser. Das Passauer Leitungswasser kann bedenkenlos getrunken werden und ist sogar geschmacklich gut!

Seit Januar 2020 gibt es in den Cafeterien nur noch Porzellantassen für Deinen Kaffee/Tee. Wenn Du Dir das Zurückbringen sparen willst, kannst Du auch Deinen eigenen Becher mitbringen.

Es soll doch ein Fertiggetränk sein? Dann entscheide Dich für eine **Pfandmehrweg-** statt Einwegflasche oder Dose.

Wähle in der Mensa öfter mal ein vegetarisches oder veganes Mittagessen und greife zu bio.

Wusstest Du, dass es in der Wiwi-Cafete besonderen Kaffee gibt? Slokoffje Bohnen sind aus Bioanbau, Fairtrade und werden mit den **Segelschiff klimaneutral** nach Europa gebracht. Noch dazu schmeckt der Kaffee fantastisch!

Drucke Skripte und Texte doppelseitig mit mehreren Seiten pro Blatt - oder besser gar nicht, das schont auch den Geldbeutel.

Druckerkartusche sparst Du auch im **Eco-Modus**, oder wenn Du grau druckst statt schwarz.

Muss Deine Hausarbeit wirklich in einem Plastikbinder abgegeben werden? Kläre das mit Deinen Dozierenden - es gibt auch Hefter aus Karton. Gleiches gilt für Heftmappen und Aktenordner. Falls es Plastik sein muss: schau mal nach im **Büroartikeltauschregal im Nikolakloster**.

Nutze den Bus, Dein Fahrrad oder geh zu Fuß!

Musst Du wirklich mit 2 oder 3 Geräten gleichzeitig online sein? Gerätebetrieb und Streamen kosten viel Energie.

Du hast Bücher oder Büroartikel übrig? Bringe diese zum Tauschregal im NK.



100 Watt Wärmeenergie produziert ein Mensch pro Stunde. In einem vollen Hörsaal, in dem womöglich auch noch ein Beamer läuft, kommt genug Wärme zusammen, sodass gar nicht viel dazugeheizt werden muss.

Ernährung

Kaufe möglichst regional, saisonal und biologisch ein. Bei utopia.de findest Du einen Saisonkalender für Obst und Gemüse. Erdbeeren und Paprika im Januar - das muss doch nicht wirklich sein.

Regionale und saisonale Produkte sind oft auch günstiger!

Regionales, Biologisches und Unverpacktes gibt es auf dem Wochenmarkt oder im Unverpackt Laden in der Grabengasse.

Kaffee, Tee und Schokolade sind Luxusgüter, die fair produziert sicherlich noch besser schmecken!

Kaufe weniger Fleisch- und Milchprodukte. Die Fleischindustrie verbraucht 77 Prozent des globalen Agrarlandes. Soja wird in der konventionellen Fleisch- und Milchindustrie als Futtermittel verwendet. Angebaut wird das Soja größtenteils in Südamerika, weshalb dort Wälder gerodet, Einheimische vertrieben werden und Artenvielfalt zerstört wird. Seit Bolsonaro in Brasilien das Präsidentenamt inne hat, ist die Abholzungsrate im Amazonas drastisch gestiegen, um Platz für Großfarmen zu schaffen.

Warum Bio besser ist



Beim Anbau von Obst und Gemüse aus biologischer Landwirtschaft werden keine Pestizide oder chemischen Dünger verwendet. Das schont Böden, Gewässer, Wildpflanzen und Tiere, z.B. Bienen und Insekten. Tiere werden artgerechter gehalten und bekommen kein Sojafutter aus Südamerika. Weitere Informationen:

<https://www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag/essen-trinken/biolebensmittel>

Diese Siegel stehen für ökologische Landwirtschaft, die Vergabe ist an unterschiedliche Kriterien geknüpft.



Überlegungen zum Einkauf. Hier: Qual der Knollenwahl

	Lokal	Regional	Bio	Ohne Bewässerung
Bio-Kartoffeln vom Wochenmarkt	✓	✓	✓	✓
Kartoffeln vom Supermarkt aus Bayern		✓		✓
Bio-Kartoffeln aus Ägypten			✓	





Digitales & Konsum

Digitalisierung ist nicht mehr wegzudenken. Aber Digitalisierung und Nachhaltigkeit stehen oft in einem Spannungsfeld. Hier ein paar Denkanstöße:

Kennst Du schon die **E-Mailprovider posteo oder mailbox.org**? Deinen Server werden mit Ökostrom betrieben und Du wirst nicht mit Werbung oder Nachrichten berieselt.

Die **Suchmaschine Ecosia** verwendet die Einnahmen aus Such- und Werbeanzeigen dazu, um Wälder aufzuforsten.

Digitale Technologien benötigen sehr viel Energie. Das fängt an beim Streamen von Musik und Serien, aber auch Datenspeicherung ist energieaufwendig.

Deaktiviere **mobile Datenverbindungen**, wenn sie nicht gebraucht werden. Das begrenzt gesundheitliche Risiken durch elektromagnetische Strahlung, spart Energie und schafft ein bisschen Ruhe.

Nachhaltige Handys und andere Geräte? Das gibt's! Schau mal vorbei bei shiftphones.com oder fairphone.com. Alternativ gibt es natürlich überholte **Gebrauchtgeräte**, die haben die beste Öko-Bilanz. Diese findest Du in Passau im Handy-Kastl, beim Sozialunternehmen AFB Social&Green IT (www.afb-group.de) oder bei refurbed.de.

Auch wenn der Einkauf über große Shopping-Portale verlockend ist: unterstütze die lokalen Geschäfte!

Was **Kleidung** betrifft gilt: je länger etwas getragen wird, desto besser. Second-Hand Mode ist daher erste Wahl! Mittlerweile gibt es auch erschwingliche Bio-Mode und Hersteller mit Standards, z.B. die der Fair Wear Foundation. Diese Organisation setzt sich für faire und nachhaltige Produktionsbedingungen ein.

Hast Du Dir schonmal überlegt, was Deine **Bank** mit Deinem Geld macht? Auch hier gibt es nachhaltige Alternativen: <https://utopia.de/bestenlisten/die-besten-gruenen-banken/>

Zuhause

Öffne zwei bis vier Mal das Fenster zum Lüften: Fenster auf für 5–10 Min, bis die Luft ausgetauscht ist. Dies ist wichtig für ein gutes Raumklima und zur Vermeidung von Schimmel. Nicht zu lang, sonst kühlen die Oberflächen zu stark ab. Das kostet Energie. Gekippte Fenster bringen nichts!

Im Winter: Zieh dir einfach einen Pulli drüber - es muss nicht 24 Grad im Zimmer haben.

Stand by? No go! Schalte die Geräte aus, die Du nicht benötigst. Stecke auch nicht benötigte Ladegeräte aus.

Es müssen **nicht immer 60 Grad** sein! Waschen bei 30 oder 40 Grad verlängert die Lebensdauer der Textilien und spart Energie! Besonders **mit weniger Umdrehungen schleudern** spart Strom.

Verwende beim **Kochen einen Deckel**, damit sparst Du bis zu 50% Energie.

Strom kommt aus der Steckdose. Ja, aber er muss auch vorher da hinkommen. Schau mal, ob Du nicht einen **Anbieter für Ökostrom** findest, denn Kern- und Kohleenergie sind Vergangenheit.

Müll lässt sich nicht immer vermeiden. Achte auf sorgfältige Mülltrennung. Wie das in Passau organisiert ist, findest Du hier: <https://www.passau.de/LebeninPassau/Umwelt/Abfall-Recycling.aspx>

Papierprodukte mit dem „**Blauen Engel**“ Siegel sind eine ökologische Alternative, egal ob Druck-, Küchen-, oder Klopapier.

Flüssigseife und Peelings im Badezimmer müssen nicht sein. Ein schönes Stück **Seife** ersetzt Plastikspender und auch Duschgel. In Kosmetikartikeln steckt oft Palm- oder Mineralöl und/oder Mikroplastik.

Putzmittel bekommst Du auch im Unverpackt Laden. Außerdem kannst du mit den fünf einfachen Hausmitteln Essig, Zitronensäure, Soda, Natron und Kernseife fast alle (teuren und oft giftigen) Reinigungsmittel ersetzen. Du sparst damit Müll, Geld und schonst gleichzeitig deine Gesundheit und die Umwelt.



Hochschulgruppen:

An der Universität haben sich bereits mehrere Hochschulgruppen etabliert, die Nachhaltigkeit als eines ihrer Hauptaufgabenfelder ernannt haben. Du bist herzlich willkommen!

Hochschulgruppe Nachhaltigkeit: Die Hochschulgruppe plant Aktionen und Veranstaltungen, wie z.B. die Nachhaltigen Wochen oder die Umstellung auf Recyclingpapier an der Universität. Die HG hat zum Ziel, interdisziplinär Wissen und Ideen für die Zukunft zu verbreiten und an der Uni umzusetzen. Treffpunkt: Dienstags 20 Uhr im NK 204.

Nachhaltigkeit Uni Passau | hg-nachhaltigkeit@uni-passau.de

Instagram: nachhaltigkeitspassau



Bündnis der Hochschulgruppen für Nachhaltigkeit: Das "Bündnis der Hochschulgruppen für Nachhaltigkeit" (BHN) ist ein neu gegründetes Referat des AStAs, sozusagen ein Dachverband der Hochschulgruppen, die sich nachhaltig engagieren und vernetzen möchten.

Instagram: bhn.unipassau | asta-bhn@ads.uni-passau.de



Grüne Hochschulgruppe: In der Hochschulpolitik hat die GHG schon einiges erreicht, unter anderem konnten sie mehr Auswahl an veganem Essen in der Mensa etablieren. Außerdem haben die Mitglieder an der FIM-Wiese Beerensträucher und vieles mehr gepflanzt, an denen sich jede*r bedienen kann.

<https://www.ghg-passau.de/> | ghg@uni-passau.de



Studentische Projektförderung

Als Studierende/r - ob allein oder in einer Hochschulgruppe kannst Du Mittel für ein Projekt erhalten:

<http://www.uni-passau.de/studium/campus-und-kultur/studentische-gruppen/projektfoerderung/>

Wenn Dein Projekt in Zusammenhang mit dem Thema Nachhaltigkeit steht, stehen zusätzliche Mittel zur Verfügung: www.uni-passau.de/nachhaltigkeit



Strom auf dem Campus stammt zu 100% aus Wasserkraft. Angemietete Gebäude (z.B. HK) werden von den Stadtwerken Passau versorgt. Der Strommix der Stadtwerke Passau stammt zu 85% aus erneuerbaren Energien, für "normalen" Strom ein überdurchschnittlich hoher Wert.

Enactus: Die Mitglieder von Enactus wollen gesellschaftlichen Problemen auf regionaler, nationaler und internationaler Ebene begegnen und ihren eigenen, nachhaltigen Beitrag leisten. Enactus hat schon einige soziale Start-Ups gegründet, um wirtschaftliche Perspektiven für benachteiligte Menschen zu schaffen und die Welt unternehmerisch im Kleinen zu verbessern.

<https://enactus.de/passau> | teamvorstand@passau.enactus.de



ProVeg Passau: Die Gruppe setzt sich für pflanzliche Lebensweise ein, zugunsten von Mensch, Tier und Erde. Verschiedene Kampagnen und Veranstaltungen sowie VerbraucherInneninformation stehen auf dem Programm von ProVeg.

ProVeg Passau | passau@proveg.com



Reparaturcafés in Passau

In Passau gibt es einige Reparaturcafés/Werkstätten, in denen Studierende und andere Passauer Bürger*innen Fahrräder, Elektorgeräte und vieles andere selbständig und/oder unter fachkundiger Anleitung reparieren können:

Innwerk: Der neu gegründete Verein baut gerade eine temporäre Werkstatt in der Innstadt auf und freut sich über Freiwillige:

www.innwerk.org oder Instagram: [innwerk](https://www.instagram.com/innwerk)



Selbstwerkstatt: Ein mobiles Reparatur-Café-Projekt in Passau und Umgebung. Termine findest Du unter www.Selbstwerkstatt.org. Instagram: [selbstwerkstatt_passau](https://www.instagram.com/selbstwerkstatt_passau)

Fahrradcafé: Du willst gemeinsam mit FahrradtüftlerInnen alte Räder herrichten und/oder Kleinigkeiten am eigenen Rad selbst reparieren lernen? Dann bist du bei uns richtig. Ersatzteile gibt es zum Einkaufspreis, alte Räder stellen wir für 30-50€ auch zur Verfügung.

Facebook: [Fahrradcafé Passau](https://www.facebook.com/fahrradcafe_passau)



Forschung mit Nachhaltigkeitsbezug:

Seit 2018 hat sich die Universität Passau unter anderem das Themenfeld "Migration, Gerechte Ordnungen und Nachhaltigkeit" zum Schwerpunkt gesetzt. Verschiedene Forscherinnen und Forscher an der Uni Passau beschäftigen sich aus verschiedenen Perspektiven mit dem Thema Nachhaltigkeit. Hier findest Du einige Beispiele von Drittmittelprojekten:

IndORGANIC analyses the current state and potential of organic farming to improve food sustainability in Indonesia. We propose organic farming as a necessary transition of the food system which we see as a subsystem of the ecosystem. www.uni-passau.de/en/indorganic/

ELECTRIFIC will revolutionise how electric vehicles are integrated into power grid and users' life. The fundamental premise on which the project will work is that significant improvements to electromobility can be unlocked by increasing coordination of all the actors in the electromobility ecosystem. electrific.eu

Mitra|WA analyses the processes and drivers for (regional) migration with a particular focus on climate change and environmental change and develops policy recommendation for rural and urban areas in West Africa. www.uni-passau.de/en/mitrawa

OMEI: Sustainable electromobility for Europe: Together with nine partners, the University of Passau is developing a data-based concept to expand the charging infrastructures in the European transport network for electromobility. Website coming soon.

Mehrweg in der Mensa

2020 hat das Studentenwerk in den Cafeterien Pappbecher abgeschafft und dafür ein Mehrwegpfandsystem mit Porzellantassen eingeführt. Snacks und Salate gibt es in Pfandgläsern.

Auf den wachsenden Bedarf nach To-Go-Mahlzeiten hat das Studentenwerk schnell reagiert und das Mehrwegsystem relevo eingeführt. Dadurch werden täglich tausende von Einwegverpackungen eingespart. Du kannst aber auch Dein eigenes Geschirr mitbringen. Weitere Informationen: <https://stwno.de/de/gastronomie/mehrweg>





Eine der jüngeren Tüfteleien an der Universität ist ein Leitungssystem, welches Wasser aus dem Inn filtert, über einen Wärmetauscher zu den kühlungsbedürftigen Serveranlagen des IT-Zentrums leitet und das Wasser anschließend noch zur Bewässerung des Sportplatzes nutzt. Dort kann es wieder ins Grundwasser sickern.

Wir haben eine (unvollständige) Reihe von spannenden Webseiten und Apps zusammengestellt- es gibt viel zu entdecken!

Apps:

Grünzeit

Beste Reste

Too Good To Go

Fischratgeber (NABU Siegel-Check)

CO2-Calculator

Öffi oder Bayernfahrplan

Vinted

Rebuy

Buycott

Webseiten:

utopia.de

boell.de

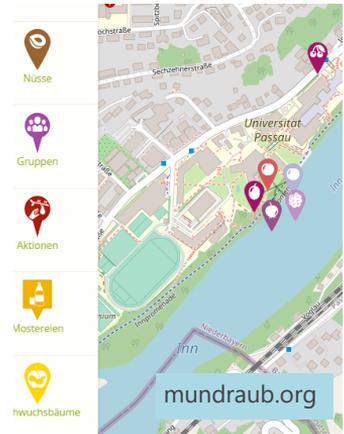
foodsharing.de

netzwerk-n.org

plastikfasten.info

Blablacar.de

Smarticular.de



Flugreisen & Klima

Bei der Reiseplanung solltest Du dir bewusst machen, dass Flugreisen enorm schlecht für unser Klima sind. In Europa gibt es zahlreiche Studien-, Praktikums-, und Urlaubsziele, die auch mit dem Fernbus oder Zug erreichbar sind. Nach Barcelona kommst Du von Passau mit dem Zug in 20 Stunden, nach London in 11 Stunden.

Günstige Tickets gibt es zum Beispiel über Interrail (<https://www.bahn.de/p/view/angebot/international/interrail.shtml>).

Mit einem Hin- und Rückflug nach Barcelona verbrauchst Du etwa 1/5 des klimaverträglichen Jahresbudget. Mit einer Flugreise nach São Paolo in Brasilien verbrauchst Du Dein gesamtes Budget für 2 Jahre. Du findest, es geht nicht ohne Flug? Vielleicht bist Du bereit, die entstehenden Umweltkosten auszugleichen und einen kleinen Kompensationsbeitrag zu leisten:

www.atmosfair.de | www.klima-kollekte.de | www.primaklima.org



Essen und Trinken/Restaurants

Bio-Bäckerei Wagner (*Organic Bakery*)
Ludwigsplatz 4, 94032 Passau

Bio-Wirtshaus Zum Fliegerbauer
Organic Restaurant
Selzlhof 1, 94034 Passau
<http://www.biowirtshaus.de/>

Zweite Heimat – Burger, Bier & mia!
Organic Burger Restaurant
Brunngasse 2, 94032 Passau
<https://www.facebook.com/PassauZweiteHeimat/>

Frau Dunschn Hostel & veganer Imbiss
Hostel & Vegan Food
Ludwigstraße 18, 94032 Passau
<https://fraudunschn.de/>

Esskultur Umami Bar
Grabengasse 13, 94032 Passau
<https://www.esskultur-gruppe.de/umami-bar/>

Einkaufen/Shopping

Tante Emmer – unverpackt & bio
(*Organic & unpacked food shop*)
Grabengasse 23, 94032 Passau

Weltladen Passau/*Fair Trade Shop*
Kleine Klingergasse 1, 94032 Passau
<http://www.weltladen-passau.de/>

Wochenmarkt / *Weekly Market*
Kleiner Exerzierplatz: Di/Fr 7-12.30 Uhr
Domplatz: Sa 7-14 Uhr

Kolibri - Fair and social clothing shop
Theresienstraße 11, 94032 Passau
<https://www.kolibri-passau.de/>

Klapstock Slowfashion & 2nd Hand
Theresienstraße 23, 94032 Passau
<https://kapstok.de/>

Sechster Sinn 2nd Hand Shop
Grabengasse 28, 94032 Passau
www.sechster-sinn-shop.de

Auryn Naturkost (*Organic food shop*)
Schönauerweg 2, 94036 Passau

Denn's Biomarkt (*Organic food shop*)
Regensburger Str. 70, 94036 Passau
Schönauerweg 29, 4036 Passau



Überlegungen zum Einkauf. Hier: mein Bier	Lokal	Regional	Bio
Augustiner		✓	
Apostelbräu		✓	
Becks			
Budweiser			
Hacklberg/Löwenbräu/Innstadt	✓	✓	
Lammsbräu Neumarkt		✓	✓
Thomas Bräu Haselbach	✓	✓	✓

Initiativen und Vereine/Local initiatives Büchertausch/Book Exchange

An der Uni Passau im Nikolakloster: Büchertauschregal im Kopierraum, frei zugänglich.
The copy room at the Nikolakloster features a shelf with used books, accessible for everyone. Take one - leave one!

Book Aid Passau-Helfen durch Bücher e.V. kannst Du Bücher abgeben und Neue mitnehmen.
Dabei bezahlst Du, was du möchtest.

You want to drop of your old books and get some new ones? Check out Book Aid!
Schmiedgasse 66, 94032 Passau | Do 15-19 Uhr | www.book-aid-passau.de

Flohmarkt Passau Innpromenade/Fleamarket

Jeden 2. und 4. Samstag in den Monaten März bis Oktober von 9-18 Uhr

Every 2nd and 4th Saturday from March until October, 9am to 6pm. |

www.flohmarkt-passau-innpromenade.de

Carsharing Passau

Falls Du doch mal ein Auto brauchst, gibt es dort günstige Mitgliedspreise für Studierende.

In case you need a car every once in a while, carsharing offers discount rates for students.

www.carsharing-passau.de

Regiothek

Die Regiothek bietet eine digitale Plattform, in der sich Betriebe und Verbraucher im Raum Niederbayern und Oberösterreich über Produkte informieren können. Lieferketten werden somit transparent, Hersteller und Verbraucher finden zusammen.

Regiothek offers a digital platform for companies in Lower Bavaria and Upper Austria to offer information on their products. Supply chains become transparent and suppliers and consumers come together.

Information: www.regiothek.de

Vereinte Wurzelwerke, Solidarische Landwirtschaft Ilztal e.V./ Community Farming

Hinter der solidarischen Landwirtschaft (SOLAWI) ist eine Gruppe, die mit professioneller Unterstützung von Gärtner/innen und Gemüse anbauen und wöchentlich die Ernte teilen. Außerdem gibt es verschiedene Bildungsangebote im Bereich ökologischer Landbau und Umwelt.

The Solidarische Landwirtschaft (SOLAWI) is a group of people who grow their own vegetables with the support of professional gardeners and share their harvest weekly. They also offer diverse educational programs on organic farming and environmental topics.

Information: www.vereinte-wurzelwerke.de

Science goes sustainable

In 2018 the University has set the topic of "Migration, just orders and sustainability" as one of their main focus themes. Different researchers look at the topic of sustainability from different perspectives. Here, you find a selection of research projects on sustainability topics which are funded by

IndORGANIC analyses the current state and potential of organic farming to improve food sustainability in Indonesia. We propose organic farming as a necessary transition of the food system which we see as a subsystem of the ecosystem. www.uni-passau.de/en/indorganic/

ELECTRIFIC will revolutionise how electric vehicles are integrated into power grid and users' life. The fundamental premise on which the project will work is that significant improvements to electromobility can be unlocked by increasing coordination of all the actors in the electromobility ecosystem. electrific.eu

Mitra|WA analyses the processes and drivers for (regional) migration with a particular focus on climate change and environmental change and develops policy recommendation for rural and urban areas in West Africa. www.uni-passau.de/en/mitrawa

OMEI: Sustainable electromobility for Europe: Together with nine partners, the University of Passau is developing a data-based concept to expand the charging infrastructures in the European transport network for electromobility. Website coming soon.

Mensa-to-go

In 2020, our canteen banned paper cups and introduced porcellaine cups on a refund basis. Furthermore, since the demand for to-go meals increased during the pandemic, meals are also available in **reusable tableware in our canteens and cafeterias with food options**. This puts an end to disposable waste from 1,000 to 1,500 packs for the Mensa-to-go!

However, you can also bring your own dish.

For further information:





One of the latest projects tinkered with at the university is a pipeline that channels filtered water from the Inn river via a heat exchanger to the servers of the Centre for Information Technology that is then rerouted to water the sports ground.

We have compiled a (partial) list of exciting websites and apps - there is much to discover!

Apps:

Grünzeit

Beste Reste

Too Good To Go

Fischratgeber (NABU Siegel-Check)

CO2-Calculator

Öffi oder Bayernfahrplan

Vinted

Rebuy

Buycott

Websites:

utopia.de

boell.de

foodsharing.de

netzwerk-n.org

plastikfasten.info

Blablacar.de

Smarticular.de



Climate & air travel

When planning your next trip abroad, consider the extremely negative effect of air travel on the climate. There are multiple destinations within Europe you can reach by train or long-distance coach for internships, to study or go on vacation. It takes 20 hours to go to Barcelona by train and 11 hours to go to London. Interrail, for instance, offers cheap tickets (<https://www.bahn.de/p/view/angebot/international/interrail.shtml>).



With an air travel round trip to Barcelona you waste about 1/5 of your annual climate-compatible sustainability budget. A round trip to São Paulo burns up your total budget for 2 years. You think you can't do without flying? Maybe you are willing to balance the environmental deficits you cause and chip in with a compensation fee:

Enactus: The members of Enactus want to tackle societal problems on a regional, national and international scale and make their own sustainable contribution. Enactus has already founded a number of social start-ups to create economic prospects for the socially disadvantaged and to make their small contribution to improve the business world.

<https://www.passau.enactus.de/> | teamvorstand@passau.enactus.de



ProVeg Passau: The group advocates a plant-based lifestyle for the benefit of humans, animals and the earth. Various campaigns and events as well as consumer information are on ProVeg's programme.



ProVeg Passau | passau@proveg.com

Repair cafés in Passau

There are several repair cafés/workshops in Passau where students and other Passau citizens can repair bicycles, electrical appliances and many other things themselves and/or under expert guidance:

Innwerk: The newly founded association is currently setting up a temporary workshop in the Innstadt and welcomes volunteers:

www.innwerk.org or Instagram: [innwerk](#)



Selbstwerkstatt: A mobile repair café project in Passau and the surrounding area. You can find further information on www.Selbstwerkstatt.org or Instagram: [selbstwerkstatt_passau](#)

Fahrradcafé: Do you want to work together with bike tinkerers to restore old bikes and/or learn how to repair small things on your own bike? Then you've come to the right place. Spare parts are available at purchase price, old bikes are also available for 30-50€.

Facebook: [Fahrradcafé Passau](#)



Campus Student Groups:

Several campus groups and student associations have already made sustainability one of their main tasks and targets. You are warmly welcome to join!

Student Group Sustainability: This group plans actions and events, such as the Sustainable Weeks or the switch to recycled paper at the university. The HG aims to spread interdisciplinary knowledge and ideas for the future and to implement them at the university. Meeting every Tuesday at 20 pm, NK 204.



Facebook: Nachhaltigkeit Uni Passau

hg-nachhaltigkeit@ads.uni-passau.de

Bündnis der Hochschulgruppen für Nachhaltigkeit: The "Bündnis der Hochschulgruppen für Nachhaltigkeit" (BHN) is a newly founded department of the AStA. It is an umbrella association for all student groups that want to get involved and network in the field of sustainability.



Instagram: bhn.unipassau | asta-bhn@ads.uni-passau.de

Grüne Hochschulgruppe [Green Campus Group]: A number of achievements in our university policy can be ascribed to GHG: in addition to initiating the supply of a larger variety of vegan food at our canteen, GHG members have planted berry bushes and lots



Project funding for students

As a student or a group you can apply for funding to support your project idea.



<https://www.uni-passau.de/studium/campus-und-kultur/studentische-gruppen/projektfoerderung/>



Electricity on the main campus is derived 100% from renewable energy resources, precisely from hydro-power energy. Other buildings rented by the University, like HK buildings are supplied by Stadtwerke Passau. The energy mix from Stadtwerke Passau, our local provider is relatively environmental friendly, compared to others, since about 85% of the Stadtwerke Passau electricity is generated by renewable resources.



The Digital World and Consumption - what can I do?

The digital world has become part of our daily lives. Have you heard of the **Email providers posteo or mailbox.org**? They operate their server with green electricity and dispense with advertisement and shocking news. It's only 1€ per month!

The **search engine Ecosia** uses the revenue it generates from ads to reforest rain forests. We recommend it!

Sustainable cell phones? They do exist! Have a look whether Fairphone or Shiftphone might be alternatives for you at www.shiftphone.com or fairphone.com.

Certainly, **second hand phones** and other appliances are the most economic and ecologically sound choice. You can find reliable items at the local "Handy Kistl Store", at AfB Social & Green IT Company (afb-group.de) or at refurbed.de.

Even though shopping at mega online portals is tempting, support your **local stores!** Particularly our local bookstores offer not only literary diversity but also inspiration!

Deactivate mobile data connections if you don't use them. You don't expose yourself to electromagnetic radiation and can enjoy some peace and quiet!

The rule of thumb with regard to clothes is: the longer you wear them, the better. **Second hand** is thus first choice! Organic clothing is affordable by now and some manufacturers adhere to certain standards, e.g. those of the Fair Wear Foundation who stand up for fair and sustainable production conditions. Some low-priced brands also offer organic cotton. Student groups offer clothing swaps every now and then, so look out for those!

You probably cannot completely avoid producing waste, but recycle as much as possible! Separating your trash is essential for proper recycling. Check out www.awg.de for more information.

Food - what can I do?

Buy preferably local, seasonal and organic products. At utopia.de you will find a seasonal calendar for fruit and vegetables. Do you really need strawberries in January?

You can buy local, organic and unpackaged products at the local farmer's market or at stores selling unpackaged products. Surely, locally grown vegetables taste better than vegetables from the supermarket – try it. Local products are often even cheaper!

Coffee, tea and chocolate are luxury goods – fair trade products taste even better with a good conscience!

Buy less meat and dairy products. The meat industry consumes 77 per cent of global farmland. Soy is used as feed in the conventional meat and dairy industries. Most of the soy is grown in South America, which is why forests are cleared, locals are displaced and biodiversity is destroyed. Since Bolsonaro has held the presidency in Brazil, the rate of deforestation in the Amazon has increased drastically to make room for large-scale farms.



Smart Shopping Here: Pick your Potato

	Local	Regional	Organic	Without Irrigation
Organic potatoes from the weekly market	✓	✓	✓	✓
Potatoes from the supermarket grown in Bavaria		✓		✓
Organic potatoes from Egypt			✓	

Why organic is better



Organic farms don't use pesticides or chemical fertilizer to grow fruit and vegetables and thus preserve soil, water, wild plants and animals, e.g. bees and insects. Animals are kept in a species-appropriate environment and are not fed soy grown in South America. Here you will find more advantages of and information on organic food:

<https://www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag/essen-trinken/biolebensmittel#textpart-1>

These labels show that the product is organically grown and certain standards are fulfilled.





What can I do?

Usually, small changes in your daily routine are enough to live more consciously and sustainably. On the following pages, you will find some tips and tricks for a more environmental-friendly and sustainable lifestyle.

At University

Use your **own water bottle** and drink tap water. The tap water in Germany can be consumed without reservation and Passau's tap water also tastes good!

Since January 2020, only porcelain cups are available for your coffee/tea in the cafeterias. If you don't want to bring it back, you can bring your own cup. Do you want a ready-to-drink beverage? Then choose a **returnable bottle** or can instead of a disposable one.

Choose a vegetarian or vegan lunch at the canteen more often and go organic.

Did you know that the Wiwi-Cafete has special coffee? **Slokoffje beans are organically** grown, Fairtrade and brought to Europe by sailing ship in a climate-neutral way. And the coffee tastes fantastic!

Print scripts and texts double-sided with several pages per sheet - or better not at all, this is also easy on the wallet.

You can also save printer cartridges in eco mode, or if you print in grey instead of black. Do you really have to hand in your term paper in a **plastic binder**? Check with your lecturer - there are also cardboard binders. The same applies to binders and file folders.

Use the bus, your bike or walk!

Do you really need to be online with 2 or 3 devices at the same time? Device operation and streaming cost a lot of energy.

You have books or office supplies to spare? Bring them to the **exchange shelf in the Nikolakloster**.



A human being produces about 100 watts of thermal energy per hour. A packed lecture hall – possibly including a beamer – generates a lot of thermal energy to supplement the heating.

WHAT IS YOUR Ecological Footprint?

How many planets do we need if everybody lives like you?

When is your personal Overshoot Day?



Earth Overshoot Day 2018 is Aug. 1

Calculate your personal footprint:
footprintcalculator.org/
fussabdruck.de/fussabdrucktest
ifu.co2-rechner.de/

Sustainability- why do I care?

In Germany and the Western world, we live as if we had more than one planet at our disposal. But the earth's resources are finite. Apt illustrative models are the "ecological footprint" and the Earth Overshoot Day. The ecological footprint shows how many resources one person uses up with their lifestyle. Earth Overshoot Day marks the day we surpass the ecosystem's yearly supply of natural resources. In 2021, Earth Overshoot Day was Juli 29th, three weeks earlier than in 2020. From then on and for the remainder of the year, we lived on ecological "credit." If the whole world had Germany's "foot size," Earth Overshoot Day 2022 would be May 4th.

That is why it is important to question and to deal with our daily habits and demands. Particularly when you begin studying at the university and enter a new stage of your life, you might reconsider your habits and try to change them. This booklet offers tips, information, sources and food for thought for your contribution to a sustainable future society and a healthy planet. There are many things you can do that are healthy, increase your quality of life and will help you live economically.

Save the date:

Public Climate School: 07.-11.11.2022 | www.Publicclimateschool.de

Sustainable Thursday: On Thursday 27.10., 24.11., 15.12 and 26.01.2023 different activities will take place, coordinated by the sustainability hub. Check: uni-passau.de/nachhaltigkeit/aktuelles

Sustainability – Development – Education

With the Brundtland report of 1987, the term “sustainability” found its way into the public discourse on development opportunities and the finiteness of our planet’s resources. In 1992, the United Nations Conference on Environment and Development in Rio de Janeiro established sustainability as a fixture on the global agenda.

In 2015, the 193 member states of the United Nations passed the Agenda 2030, consisting of 17 Sustainable Development Goals (SDGs). The world community committed itself to tackle and overcome current global problems, such as climate change, global nutrition and the distribution of resources.

Among others, Germany contributes to the achievement of the SDGs with the campaign Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) [Education for Sustainable Development]. Its goal is to anchor sustainability as a cross-sectional issue in educational institutions, ranging from kindergarten to university. Children, adolescents and adults should be enabled to acquire knowledge, abilities and competences to act sustainably.

The university as a place of teaching, learning and personal development plays an important role as it trains and shapes executives and leaders in social and economic key positions. That’s why we think it is important to sensitize you – as a student – for sustainability, in order to enable you to contribute to the transformation of our society.

Sustainable development has become more central in research as well. The university offers many exciting research projects tackling this issue, including – of course – the handling of resources such as water and heat at the university.

The orange rectangles show you how resourceful and efficient the University of Passau deals with its resources.

8th edition. September 2022. Imprint:

University of Passau, Green Office. www.uni-passau.de/nachhaltigkeit



Our lecture rooms and halls are equipped with ventilators that do not run permanently anymore but automatically regulate CO² concentration in the air based on the number of people

How to) Study and Live Consciously

Information and Tips

for a Sustainable and Economical Lifestyle

