

Nachhaltig leben in Aalen

*Wie das geht, haben Studierende der Hochschule Aalen in
Zusammenarbeit mit der Stadt für Sie recherchiert.*



Projektarbeit der Hochschule Aalen

Studiengang Wirtschaftsingenieurwesen WS 2015/2016

Vorlesung Projektmanagement bei Prof. Dr. Ulrich Holzbaur

Thema: "Nachhaltig Leben in Aalen"

Studierende: Anita Fischle, Bianca Gottwaldt, Bianca Gross, Katharina Ludwig

Unterstützt durch die Nachhaltigkeitsreferentin Ariane Kropp und das Grünflächen- und Umweltamt der Stadt Aalen

Stand: Januar 2016

Kontakt: nachhaltigkeit@hs-aalen.de

Anschrift: Hochschule Aalen - Technik und Wirtschaft
Beethovenstraße 1
73430 Aalen
www.hs-aalen.de

Stadt Aalen
Marktplatz 30
73430 Aalen
www.aalen.de

Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Studierende,

Aalen schafft Nachhaltigkeit! Das ist keine leere Versprechung, das ist ein klarer Auftrag.

Bereits vor über 20 Jahren hat sich Aalen auf den Weg zu einem

Energiemanagement gemacht. Vorreiterin war Aalen damit sehr früh. Es folgten der „Grüne Aal“, ein Klimaschutzkonzept und seit fünf Jahren auch ein Klimaschutzmanager im Rathaus.

Eine wichtige Partnerin an der Seite der Stadt ist seit Jahren die Lokale Agenda 21. Gemeinsam konnten wir zum wiederholten Mal die Auszeichnung der Weltdekade „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ in Händen halten.

Bereits das Leitbild der Stadt Aalen hat eine nachhaltige Stadtentwicklung zum Ziel. Zukünftige Generationen haben den Anspruch auf dieselben Lebensgrundlagen wie wir. Es ist daher die Aufgabe der Kommunalpolitik positive Grundstrukturen für eine nachhaltige und zukunftsorientierte Entwicklung in unserer Stadt zu schaffen.

Aalen schaut aber auch über den Tellerrand hinaus. Seit Oktober 2014 dürfen wir uns Fairtrade-Stadt nennen. Auch hier waren die Stadt und die Lokale Agenda „Eine Welt“ treibende Kraft.

Große Unterstützung erfährt die Stadt Aalen in allen Fragen der Nachhaltigkeit von der Hochschule Aalen, bei der ich mich an dieser Stelle herzlich bedanke.

Vielleicht machen Sie ja auch Ihren nächsten Einkauf auf unserem schönen Wochenmarkt. Sie wissen ja: regional, ökologisch und nachhaltig.

Ihr,



Thilo Rentschler

Oberbürgermeister der Stadt Aalen



Inhaltsverzeichnis

- Nachhaltigkeit – Was heißt das eigentlich? 1
- Leitfaden für den Alltag 2
- Übersicht verschiedener Bio - Siegel 4
- Nachhaltiger einkaufen in Aalen 7
- Nachhaltiger essen und trinken in Aalen 10
- Nachhaltiger mobil sein in Aalen 14

Aufgrund der Vielzahl an Angeboten handelt es sich hierbei um keine vollständige Aufzählung aller Angebote die Aalen im Rahmen der Nachhaltigkeit bietet. Wir entschuldigen uns im Voraus bei allen, die trotz nachhaltigen Vorgehens unerwähnt blieben.

Die Tipps im Bereich Essen/Trinken basieren auf einer Befragung von Aalener Restaurants und Cafés.

Nachhaltigkeit – Was heißt das eigentlich?

Nachhaltigkeit kann man in drei Kategorien untergliedern: Ökonomische, ökologische und soziale Nachhaltigkeit.

Ökologische Nachhaltigkeit:

- Erhaltung und Erhöhung der natürlichen Ressourcen
- Verwendung von umweltfreundlichen Produkten und Herstellungsverfahren
- Reduktion von Risiken für Mensch und Umwelt
- Bsp.: Klimaschutz, Bewahren der Artenvielfalt, Pflege der Landschaftsräume



Ökonomische Nachhaltigkeit:

- Nachhaltige Wirtschaftsweise, welche eine Grundlage für den Wohlstand darstellen soll
- Gesellschaft sollte nicht über ihre Verhältnisse leben

Soziale Nachhaltigkeit

- Friedliche Organisation des Staates
- Ziel: Erreichen einer zukunftsfähigen und lebenswerten Gesellschaft
- Soziale Gerechtigkeit
→ Niemand sollte benachteiligt werden

Nur wer heute nachhaltig lebt garantiert für die nachfolgenden Generationen, dass diese genauso weiter leben können!



Tipps für eine nachhaltige Ernährung

Einkauf planen

- Vor Einkauf Bedarf prüfen
- Genaue Einkaufsliste erstellen
- Nicht mit leerem Magen einkaufen gehen

Mehr Frische

- Täglich frisches Obst und Gemüse, am besten regional und saisonal
→ Saisonkalender: wwf.de/saisonkalender

Weniger ist mehr

- Fleisch nur als besonderen Genuss
→ Bio-/Weidefleisch
→ bevorzugt aus heimischer Landwirtschaft

Auf Siegel achten

- Beim Kauf auf anerkannte Biosiegel achten
→ Unterstützung einer nachhaltigen Produktion
→ <http://www.siegelklarheit.de/home>

Food-Sharing

- Teile überschüssige Lebensmittel im Bekannten- und Freundeskreis oder über foodsharing.de

Beachten Sie beim Kauf von Lebensmitteln folgende Dinge:

- **regional**
- **saisonal**
- **biologisch**
- **fair** gehandelt
- Bei Nahrungsmitteln wie Fisch oder Wild besonders auf **nachhaltige Erzeugung** achten
- Lebensmittel mit **Palmöl vermeiden**
- **Leitungswasser** ist Trinkwasser
- **Mehrweg** ist besser als Einweg



BIO Siegel

Lebensmittel

Das **EU-BIO-LOGO** bedeutet, dass

- mindestens 95% aller Zutaten aus dem ökologischen Landbau stammen
- die Hersteller mindestens einmal im Jahr von einer unabhängigen, zugelassenen Öko-Kontrollstelle geprüft werden



Das **DEUTSCHE BIO-SIEGEL**

- existiert seit 2001 und kennzeichnet mehr als 70000 Produkte
- darf nur zusätzlich zum EU-Bio-Logo verwendet werden
- ist sehr bekannt unter den Verbrauchern
- Die Auszeichnung ist keine Pflicht, es erfolgt auf freiwilliger Basis



Bioland

- Unterstützung des organisch-biologischen Landbaus
- Verzicht auf Gentechnik, Massentierhaltung, chemisch-synthetischen Dünger und Pestiziden
- 2015 wirtschafteten 5906 Erzeuger und 1026 Hersteller nach Bioland-Richtlinien



Lebensmittel

Demeter

- Markenzeichen für biodynamische Qualität (nachhaltigste Form der Landwirtschaft)
- Sie sorgt dafür, dass die Humusschicht kontinuierlich wächst



Qualitätszeichen Baden Württemberg

- Qualitativ hochwertige Produkte aus der Region Baden-Württemberg
- Produkte aus kontrollierter Tierhaltung



Faire Produkte

Das Fairtrade-Siegel

- zeichnet fair gehandelte Produkte aus
- Ziel: Verbesserung der Arbeits- und Lebensbedingungen der Arbeiter und Kleinbauern in Afrika, Lateinamerika und Asien
- In der Praxis bedeutet dies:
 - Kinderarbeit ist streng verboten
 - keine Diskriminierung von Frauen
 - festgelegter Mindestpreis



Fisch

Marine Stewardship Council (MSC)

- für nachhaltige Wildfisch-Fischerei
- In der Praxis bedeutet dies:
 - Fischbestände müssen in einem guten Zustand bleiben
 - Die Auswirkungen des Fanggeräts auf das Meeresökosystems werden minimiert sowie Schonzeiten und Gebiete beachtet



Papier

FSC (Forest Stewardship Council)

- Siegel für nachhaltiges Holz und Papier
- Förderung einer sozial- und umweltfreundlichen Waldbewirtschaftung
- FSC-Produkte sind besonders gut, weil
 - auf gentechnisch veränderte Pflanzen verzichtet wird
 - seltene/bedrohte Tiere und Pflanzen geschützt werden
 - natürliche Wälder erhalten bleiben
 - nicht mehr Holz geerntet wird als nachwächst



Der Blaue Engel

- kennzeichnet seit 1978 umweltfreundliche Produkte
- Papierprodukte aus 100% Recycling-papier
- Produkte mit dem Umweltzeichen Blauer Engel sind:
 - Umweltverträglich, weil schädliche Substanzen bei der Herstellung vermieden werden
 - Ressourcenschonend, da kein Baum gefällt wird und die Herstellung besonders wasser- und energiesparend ist



Nachhaltig einkaufen in und um Aalen

Wochenmarkt am Marktplatz

- Verkauf von frischen Erzeugnissen von Feld und Hof, aber auch Brot, Wurst, Käse, Fisch und Honig
- angeboten werden biologische, regionale und frische Produkte



Öffnungszeiten:

- 1. 5. bis 30. 9.: Mi & Sa: 7:00 -12:30 Uhr
 - 1. 10 bis 30. 4: Mi & Sa: 7:30 -12:30 Uhr
- <http://www.aalener-wochenmarkt.de/>

Reformhaus Kaliss mit Biomarkt

Angebote: Frische Bio-Brote, Frisches Obst und Gemüse, Bio-Käsetheke, Bio-Wein, Bio-Teeladen, Naturkost-abteilung, Naturkosmetikabteilung, Natur-Apotheke-Abteilung



Adresse: im Mercatura Aalen,
Nördlicher Stadtgraben 6
→ <http://www.reformhaus-kaliss.de/reformhaus-kaliss/reformhaus-kaliss-aalen/>

Der Hofladen – demeter Schmid

Angebot: Landhühner, Schweinefleisch, Rindfleisch, Eier, Puten, Gänse, Dosenwurst, Obst/Gemüse, Backwaren

demeter
Schmid...

Öffnungszeiten: Do: 14:00-19:00 Uhr

Fr: 08:30-12:00 / 14:00-19:00 Uhr

Adresse: Hofweg 4, Aalen-Westhausen

→ <http://www.demeterschmid.de/Hofla/index.html>



Der Hofladen-Hermannsfeld

Leitmotto: **frisch! gesund! vital! gebacken!**

Verkauf: Backwaren (Brot, Knäckebrötchen, Feingebäck) und Hühner/Eier

Auch auf dem Wochenmarkt in Aalen zu finden.



Öffnungszeiten:

Mi 8:00-12:00 / 14:00-18:00 Uhr

Fr 8:00-12:00 / 14:00-18:00 Uhr

Sa 8:00-14:00 Uhr

Adresse: Der Hofladen in Hermannsfeld

→ <http://www.hofladen-hermannsfeld.de/>



Weltladen Aalen: Fachgeschäft für Fairen Handel

Die im Fairen Handel angebotenen Produkte haben eine doppelte Qualität: Es handelt sich um hochwertige Erzeugnisse und durch den Erwerb dieser Waren werden konkret die Lebensbedingungen zahlreicher Menschen weltweit verbessert.

Unsere Fair-Handelsfirmen:

Banafair, DWP, Gepa-Fair Handelshaus, El Puente, Damian, Contigo



Adresse: An der Stadtkirche 21, Aalen

Öffnungszeiten: Mo: 13:00-18:00 Uhr

Di-Fr: 9:30-18:00 Uhr

Sa: 9:00-13:00 Uhr

→ <http://www.weltladen-aalen.de/index.html>

REWE

Nachhaltigkeitswochen, bei denen 3 mal im Jahr mit wechselnden Schwerpunkten auf verschiedene soziale Problemstellungen aufmerksam gemacht wird.

Projekte: Gemeinsam Teller füllen: Die Tafel, Bienenhotel, Das REWE Tropenprojekt



Adresse: Gartenstraße 160

Öffnungszeiten: Mo-Sa: 07:00-22:00

→ <https://nachhaltig.rewe.de/>



Reichsstädter Café

Ein ausgezeichnetes Frühstück, Kuchen aus eigener Herstellung und weitere Leckereien bietet das Reichsstädter Café. Alles wird frisch hergestellt und so wenig wie möglich weggeworfen, dank einer kleinen Speisekarte. Es werden keine Geschmacksverstärker verwendet und wenn möglich regionale Produkte. Auch in der Zukunft will man regional, ökologisch, saisonal und artgerecht arbeiten. Das soziale Engagement kommt hier nicht zu kurz: Das Reichsstädter Café spendet u.a. an den Kinderschutzbund, Schulen und das Galgenbergfestival. Insgesamt herrscht hier eine angenehme Atmosphäre, bestärkt durch sehr freundliche Mitarbeiter.



Adresse: An der Stadtkirche 17

Öffnungszeiten: Mo-Do: 7:00-1:00 Uhr

Fr-Sa: 7:00-2:00 Uhr

So: 9:00-1:00 Uhr

→ <https://www.facebook.com/reichsstaedter>

Liquid Saftladen

Smoothies, frische Salate und gesunde Leckereien verspricht der Liquid Saftladen im Mercatura. Dabei werden nur frische Produkte verwendet und kaum Zusatz- und Geschmacksverstärker. Außerdem legt man hier besonderen Wert auf Fairtradeprodukte, die man u.a. im Kaffee und den Smoothies findet. Zudem werden die Behinderten-Werkstatt Neresheim, Obdachlose, GoVinda und die Radio 7 Drachenkinder unterstützt.



Adresse: Nördlicher Stadtgraben 6

Öffnungszeiten: Mo-Sa: 9:00-20:00 Uhr

→ <http://liquid-aalen.de/>



Café-Konditorei Schieber

Das Café bietet eine Auswahl an hausgemachten Kuchen, Torten und Kaffeespezialitäten an. Des weiteren gibt es herzhaftere Gerichte, leichte Salate und Crêpes. Bei der Produktion der Konditoreiwaren werden keine Fertigprodukte verwendet und keine Geschmacksverstärker, Süßstoffe und Verdickungsmittel hinzugefügt. Wenn möglich werden regionale Rohstoffe verwendet. Schokoladenrohstoffe, Nüsse und Mandelprodukte werden von einer Stiftung bezogen. Auch die Energieeffizienz spielt hier eine Rolle.



Adresse: Spritzenhausplatz 24
Öffnungszeiten: Mo-Di, Do-Fr: 8:00-18:30 Uhr
Mi, Sa: 7:30-18:30 Uhr
So: 10:00-18:30 Uhr
→ <http://www.cafeschieber.de/>



Leib & Seele

Hier wird internationale und saisonale Küche geboten. Auf die Frische wird großen Wert gelegt und auf Geschmacksverstärker verzichtet. Bei der Neuanschaffung von Geräten wird auf die Energieeffizienz geachtet. Lebensmittel werden möglichst vollständig verwertet. Die Mitarbeiter werden fair behandelt und das Lokal zeigt sein soziales Engagement, indem es verschiedene Organisationen unterstützt. Beispielsweise organisiert und stiftet das Team ein Buffet und überlässt der jeweiligen Organisation die Einnahmen. Die Philosophie von Leib und Seele lautet: „Den Leib verwöhnen und die Seele baumeln lassen.“



Adresse: Beinstraße 34
Öffnungszeiten: Mo-Sa: 9:00-24:00 Uhr
So: 9:00-23:00 Uhr
→ <http://www.leibundseele-aalen.de/>



Samariterstiftung Kaffeerösterei SAMOCCA

Hier wurden im Sinne der beruflichen Rehabilitation und Integration zahlreiche neue Arbeitsbereiche für Menschen mit Handicaps geschaffen. Außerdem wird fair und biologisch eingekauft und es finden fast nur regionale Produkte Verwendung. Es gibt z.B. glutenfreie Speisen oder auch schweinefleischfreie Speisen. Die Müllentstehung wird verringert, indem man nicht über die Maßen einkauft und vorbereitet. Der Kaffee wird selbst und nur nach Bedarf geröstet. Die Mitarbeiter sind stets freundlich und sorgen so für eine angenehme Atmosphäre.



Adresse: Friedhofstraße 11

Öffnungszeiten: Mo-Fr: 9:00-19:00 Uhr

Sa: 9:00-16:00 Uhr

→ <http://samocca.de/>

Delphi

Das griechische Restaurant zeugt von familiärem Ambiente. Für die Gerichte werden keine Fertigprodukte oder Geschmacksverstärker verwendet. Das Fleisch wird aus der Region bezogen und es wird auch nur in kleinen Mengen eingekauft. So wird nur wenig weggeworfen, worauf großer Wert gelegt wird. Der Inhaber spendet gerne an kirchliche Organisationen oder Fußballvereine und lädt die Junioren auch gerne mal zum Weihnachtsessen ein. Vom familiären Umgang im Team profitieren auch die Gäste, die stets herzlichst in Empfang genommen werden.



Adresse: Friedhofstraße 12

Öffnungszeiten: Mo-So: 11:00-14:30 Uhr

17:00-0:00 Uhr

→ <http://www.delphi-aalen.net/>

Ristorante Pizzeria Italia

Dieses beliebte Restaurant bietet köstliche italienische Gerichte. Dabei werden ausschließlich frische Zutaten und frische Kräuter verwendet. Saisonal werden auch Kräuter aus eigenem Anbau verwendet. Außerdem wird darauf geachtet beim Einkauf Müll zu vermeiden, indem wiederverwertbare Transportmittel verwendet werden. Die Gäste profitieren von der allgemein spürbaren angenehmen Arbeitsatmosphäre. Zudem wird noch an verschiedene Vereine gespendet.



Adresse: Ulmer Str. 28

Öffnungszeiten: Mo-So: 11:30-14:00 Uhr
17:00-24:00 Uhr

Di: Geschlossen

Eiscafé Venezia

Das Eiscafé bietet neben Eis und verschiedenen Kaffeespezialitäten auch selbstzubereitete italienische Speisen an. Das Eis ist aus eigener Produktion und wird aus möglichst natürlichen Zutaten hergestellt. Obst, Gemüse und tierische Produkte wie Milch, Sahne etc. werden frisch vom Händler bezogen. Energieeffizienz und Wassereinsparung spielen eine wichtige Rolle. Auf die Mülltrennung wird ebenfalls Wert gelegt. Auch soziales Engagement kommt nicht zu kurz: Der Inhaber spendet regelmäßig an das Kinderhilfswerk, die Kolpinghütte, das Rote Kreuz und verschiedene Vereine. Ein wichtiger Aspekt ist es die Kunden mit bester Qualität in einem angenehmen Ambiente zu verwöhnen.



Adresse: Mittelbachstraße 1b

Öffnungszeiten: Mo-Sa: ab 8:30 Uhr

→ <http://www.venezia-aalen.de/>



Fahrrad

Radwegnetz der Stadt Aalen

- umfasst insgesamt ca. 75 km
- <http://www.aalen.de/aalen-per-rad-entdecken.66549.25.htm>



Radtouren (Beispiele)

- Panoramatour durch das Welland
- Große Härtsfeldrunde
- Kocher-Jagst Radweg

Fahrradservice

- Gaiser GmbH
Obere Bahnstraße 74
73431 Aalen
www.radsport-gaiser.de
- Rad und Tat
Julius-Bausch-Straße 37
73431 Aalen
www.radundtat.zeg.de



Fahrradparkhaus

- direkt neben dem Bahnhof
- 110 Stellplätze
- nachts beleuchtet
- kostenfrei 24 h an 7 Tagen oder anmietbare abschließbare Fahrradboxen
- Servicestation



Auto

Erdgas tanken

In Aalen an zwei Tankstellen möglich:

- Stadtwerke-Tankstelle
Im Hasennest 9
73433 Aalen
- bft-Tankstelle
Gartenstr. 35
73430 Aalen



Car sharing

Im Kundeninformationszentrum der Stadtwerke Aalen können zurzeit sechs Elektroautos ausgeliehen werden. Sie sind in der Rathaus-Tiefgarage, den Parkhäusern am Bahnhof und in der Spitalstraße stationiert.

Elektrotankstelle:

Es stehen 16 Elektrotankstellen in verschiedenen Parkhäusern zur Verfügung. Die Bezahlung erfolgt über die Parkhaus-Kassensysteme. Während des Ladens fallen keine Parkgebühren an.

→ http://www.sw-aalen.de/parken-parken_laden.php

FiftyFifty-Taxi

- günstig und sicher nach Hause im Ostalbkreis
- Alter: bis 25 Jahre
- Freitag, Samstag und vor gesetzlichen Feiertagen
- von 22:00 Uhr bis 6:00 Uhr
- der Preis für das Taxi richtet sich nach den gefahrenen
- Kilometern

→ FiftyFifty-Taxi-App



Bahn

DB - Reisezentrum:

Bahnhof 1
73430 Aalen



Hauptstrecken von Aalen:

Stuttgart, Ulm, Crailsheim/Ellwangen, Nürnberg, Karlsruhe, Donauwörth

Kostenlose Fahrradbeförderung in den Zügen der Deutschen Bahn AG (RB, RE, IRE) im Ostalbkreis mit Ausnahme der Brenzbahn

- Montag bis Freitag: 9:00-3:00 Uhr
- Samstag, Sonntag und an gesetzlichen Feiertagen: 0:00-3:00 Uhr des Folgetags

Bus

Fahrradmitnahme im Bus

- beim Busunternehmen Beck+Schubert an jeder Bushaltestelle möglich
- Reisegruppen sollten sich anmelden

Fernbus:

- Haltestelle: Aalen (Stuttgarter Straße)
- Verkaufsstellen:
 - TUI ReiseCenter Aalen,
Stadelgasse 6
73430 Aalen
 - VOBA Reisebüro Rominger GmbH
Bahnhofstr. 18
73430 Aalen
- Fahrten z.B. nach Berlin, München, Düsseldorf, Würzburg, Neu-Ulm



→ <http://meinfernbus.de>

Ostalb-Mobil:

Verkaufsstelle:

VGA-Buspunkt Aalen
Bahnhofstraße 22-26
73430 Aalen



Ein Auszug von Wanderrouten und Ausflugsziele, die mit OstalbMobil erreicht werden können:

- Oberkochen-Weg zum Aalbüemle.
- Besucherbergwerk Tiefer Stollen
- Erlebniswaldpfad Naturatum im Taubental
- Rundwanderung durch das Felsenmeer Wental
- Limes- Urweltmuseum Aalen
- Schlossmuseum in Ellwangen
- Freizeitbad Mutlantis in Mutlangen
- Härtsfeld-Museumsbahn in Neresheim



→ <http://www.ostalbmobil.del>



Tipps um den CO₂ - Ausstoß zu verringern:

- Bus und Bahn fahren
- Sondertarife nutzen
- zu Fuß gehen
- Fahrrad fahren
- Fahrgemeinschaften bilden
- Car-Sharing Angebot nutzen
- Elektroauto/ E- Bike/ E-Roller fahren
- Erdgas tanken

Inspirierende Zitate zu nachhaltigem und bewusstem Handeln

***“Alles was gegen die Natur ist,
hat auf Dauer keinen Bestand”***

- Charles Darwin

***“Natürlich interessiert mich die Zukunft. Ich will
schließlich den Rest meines Lebens darin verbringen.”***

- Mark Twain



Projektarbeit der Hochschule Aalen Studiengang Wirtschaftsingenieurwesen WS
2015/2016 Zum Thema "Nachhaltig Leben in Aalen"

Anita Fischle, Bianca Gottwaldt, Bianca Gross, Katharina Ludwig

Stand: Januar 2016

www.hs-aalen.de www.aalen.de/