

# ENERGIESPARTIPP

## September 2023



## Digital versus Papier

Ist papierlos wirklich besser für die Umwelt?



**Ist es nachhaltiger, die Zeitung online statt gedruckt zu lesen? Ist es besser, eine E-Mail statt eines Briefs zu schreiben? Solche Fragen beantworten die meisten von Ihnen sicherlich zugunsten der digitalen Medien – nutzt Gedrucktes doch immer Rohstoffe, die letztlich im Müll landen. Doch ganz so einfach ist es nicht! Lesen Sie im Folgenden fünf einfache Tipps, wie sie bei der Frage „Papier oder digital?“ wirklich nachhaltiger unterwegs sein können.**

### 1. Die richtige Wahl

Es gibt immer noch Bereiche, die einen Druck unabdingbar machen, zum Beispiel Plakate, Prospekte oder Fotobücher. Hier gilt: Mit wenigen Stellschrauben können Sie die Öko-Bilanz deutlich verbessern! Dazu gehören vor allem die Wahl von Recyclingpapier, aber auch die Wahl des Anbieters: So genannte „Umweltdruckereien“ achten von Haus aus auf Nachhaltigkeit. Die meisten Druckereien bieten auch einen CO<sub>2</sub>-Ausgleich an. Und: Fragen Sie sich selbst immer kritisch, wie hoch die Auflage wirklich sein muss.

### 2. Der Anhang macht's

Grundsätzlich ist es immer besser, E-Mails statt Briefe zu verschicken. Achten Sie jedoch darauf, dass die angehängten Dateien nicht zu groß sind! Der Energieverbrauch eines E-Mail-Versands an 20 Empfänger mit einem 400 kB großen Anhang entspricht etwa der Nutzungsdauer einer 20 Watt-Energiesparlampe von 1:40 Stunden.<sup>1</sup>

### 3. Treue statt Wechsellust

Für die Herstellung von Digitalgeräten werden – zusätzlich zu sehr viel Energie – auch sehr viele Ressourcen benötigt. Neben Wasser sind dies u. a. Stoffe wie Kupfer, Gold oder Coltan, die oft in entfernten Ländern abgebaut werden. Zudem wirkt sich die Entsorgung eines Digitalgeräts negativ auf den CO<sub>2</sub>-Fußabdruck aus. Deshalb gilt: Nutzen Sie Ihre elektrischen Produkte so lange wie möglich! Denken Sie bei einer Anschaffung auch an die zahlreichen Anbieter, die gebrauchte und wiederaufbereitete Geräte anbieten. Bei diesem so genannten „Refurbishing“ fallen 70 Prozent weniger CO<sub>2</sub>-Emissionen als bei der Produktion eines Neuprodukts an.

### 4. Online-Stunden reduzieren

Der jährliche CO<sub>2</sub>-Ausstoß des Internets ist heute bereits mindestens so groß wie der des globalen Flugverkehrs.<sup>1</sup> Machen Sie sich bewusst: Jede Minute, die Sie online verbringen, verursacht CO<sub>2</sub>-Emissionen! Reduzieren Sie Ihre tägliche Zeit an Rechner und Smartphone zum Wohle der Umwelt ebenso wie zum Wohle von Körper und Geist.

### 5. E-Mail-Postfach aufräumen

E-Mails benötigen nicht nur beim Versenden Energie. Auch eine abgelegte E-Mail muss ein Server dauerhaft bereitstellen und benötigt dafür Strom. Deshalb: Löschen Sie regelmäßig alte E-Mails und räumen Sie Ihr Postfach auf. Mit nur einem Klick sparen Sie so Energie und CO<sub>2</sub>.



<sup>1</sup> [www.mediamundo.biz/mm-redaktion/papier-aktuell/papier-digital](http://www.mediamundo.biz/mm-redaktion/papier-aktuell/papier-digital)