


badenova Saisonkalender



*regional und saisonal einkaufen:
ein Beitrag für mehr Nachhaltigkeit*

badenova

Energie. Tag für Tag



Dieser Saisonkalender unterstützt dich auf deinem Weg zu einem nachhaltigen Lebensstil. Er zeigt dir jeden Monat, welche Obst- und Gemüsesorten in unserer Region frisch und saisonal angeboten werden. Durch den Einkauf von regionalen Produkten kannst auch du aktiv einen wertvollen Beitrag zum Klimaschutz leisten!

badenova

Energie. Tag für Tag

Saisonkalender

Januar



Champignon



Birne



Grünkohl



Feldsalat



Chicorée



Lauch



Pastinake



Rosenkohl



Apfel



Chinakohl



Karotte



Zwiebel



Kartoffel



Knollensellerie



Rettich



Schwarzwurzel



Rote Bete



Rotkohl



Kürbis



Spitzkohl



Steckrübe



Weißkohl

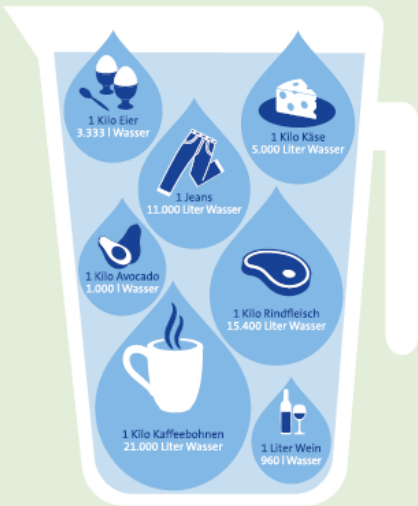


Wirsing

badenova

Energie. Tag für Tag

So viel Wasser benötigen diese Produkte wirklich...



Direkter Wasserverbrauch pro Tag 121 Liter
Indirekter Wasserverbrauch pro Tag 3.900 Liter

Saisonkalender

Februar



Champignon



Grünkohl



Feldsalat



Chicorée



Lauch



Pastinake



Rosenkohl



Apfel



Chinakohl



Karotte



Zwiebel



Kartoffel



Knollensellerie



Rettich



Schwartzwurzeln



Rote Bete



Rotkohl



Kürbis



Spitzkohl



Steckrüben



Weißkohl



Wirsing

badenova

Energie. Tag für Tag

Unser Beitrag zur Klimawende

Im Jahr 2019 haben wir

782.514 Tonnen CO₂

durch Umweltmaßnahmen eingespart.

Dies entspricht dem Ausstoß von

2.064.680 Autos*



* Fahrzeuge mit Verbrennungsmotor (Benzin oder Diesel) für eine durchschnittliche Pendlerstrecke von 9,6 km pro Jahr.

Saisonkalender

März



Champignon



Grünkohl



Feldsalat



Chicorée



Lauch



Spinat



Pastinake



Rosenkohl



Apfel



Chinakohl



Karotte



Zwiebel



Kartoffel



Rote Bete



Rettich



Schwarzwurzel



Knollensellerie



Rotkohl



Kürbis



Spitzkohl



Steckrübe



Weißkohl



Wirsing



Rhabarber



Rucola



Kopfsalat



Bärlauch

badenova

Energie. Tag für Tag

Rette die Bienen!

1. BIO-PRODUKTE

Kaufe lokale Produkte vom Markt und achte dabei auf das Bio-Siegel



2. BLUMEN

Biete Bienen ausreichend Futterstellen, indem du ein kleines Blumenbeet pflanzt



3. LOKALE IMKER

Unterstütze deine lokalen Imker in der Umgebung, indem Du Honig bei ihnen kaufst!



4. WEITERSAGEN

Teile dies mit deinen Freunden



Saisonkalender

April



Champignon



Endiviansalat



Feldsalat



Chicorée



Spinat



Pastinake



Rosenkohl



Apfel



Chinakohl



Zwiebel



Kartoffel



Rote Bete



Rettich



Radieschen



Rhabarber



Spargel



Kürbis



Spitzkohl



Weißkohl



Lauch



Karotte



Knollensellerie



Rucola



Kopfsalat



Bärlauch



Wirsing

badenova

Energie. Tag für Tag

Der badenova Innovationsfonds

Mit 30 Mio. € Fördermitteln...

Das + für die Region!

1.



... haben wir **seit 2001** innovative und regionale Umweltprojekte unterstützt.

2.



120 Mio. € wurden durch die Projekte in den regionalen Klimaschutz investiert.

Gemeinsamer Erfolg

3.



Über **270** Umweltprojekte sind mit Unterstützung aus dem Innovationsfonds an den Start gegangen.

Auch deine Idee kann gefördert werden!

4.



Klimaschutz ist eine gemeinsame Aufgabe. Lasst sie uns zusammen vorantreiben!

Saisonkalender

Mai



Endiviensalat



Rucola



Pflücksalat



Chicorée



Spinat



Frühlingszwiebel



Eisbergsalat



Mangold



Chinakohl



Zwiebel



Blumenkohl



Kartoffel



Rettich



Radieschen



Rhabarber



Staudensellerie



Spargel



Bataviasalat



Eichblattsalat



Kohlrabi



Knollensellerie



Karotte



Kopfsalat



Champignon



Bärlauch



Lollo Rosso / Bionda

badenova

Energie. Tag für Tag

Unser regionales Engagement



SPORT



SOZIALES
ENGAGEMENT



KOMMUNALES
ENGAGEMENT

Wir unterstützen
367

Vereine und
Organisationen



UMWELT- &
KLIMASCHUTZ



SCHULE &
JUGEND



KULTUR

Saisonkalender

Juni



Endiviensalat



Rucola



Pflücksalat



Blaubeere



Erdbeere



Erbse



Frühlingszwiebel



Eisbergsalat



Mangold



Chinakohl



Zwiebel



Johannisbeere



Blumenkohl



Kartoffel



Rettich



Radieschen



Rhabarber



Brokkoli



Staudensellerie



Spargel



Bataviasalat



Eichblattsalat



Kohlrabi



Kirsche



Knollensellerie



Karotte



Kopfsalat



Champignon



Bärlauch



Zucchini



Lollo Rosso/Bionda



Gurke



Stachelbeere



Wirsing



Fenchel



Spitzkohl



Romanasalat



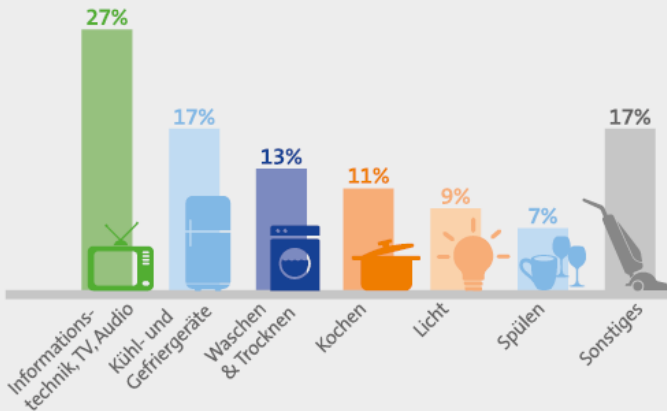
Zuckerschote

badenova

Energie. Tag für Tag

Die größten Stromfresser im Haushalt

Zusammensetzung des Stromverbrauchs eines Haushalts in Deutschland 2019*



* Daten beziehen sich auf einen Dreipersonenhaushalt, Warmwasserbereitung ohne Strom

Quellen: BDEW, EnergieAgentur.NRW, HEA

Saisonkalender

Juli



Endiviensalat



Rucola



Pflücksalat



Blaubeere



Erdbeere



Erbse



Lauch



Romanensalat



Eisbergsalat



Mangold



Chinakohl



Zwiebel



Johannisbeere



Mais



Blumenkohl



Kartoffel



Rettich



Radieschen



Brokkoli



Zuckerschote



Radicchio



Staudensellerie



Bohne



Bataviensalat



Eichblattsalat



Kohlrabi



Kirsche



Rotkohl



Knollensellerie



Karotte



Kopfsalat



Champignon



Bärlauch



Zucchini



Pflaume



Frühlingszwiebel



Gurke



Stachelbeere



Wirsing



Fenchel



Spitzkohl



Mirabelle



Zwetschge



Brombeere

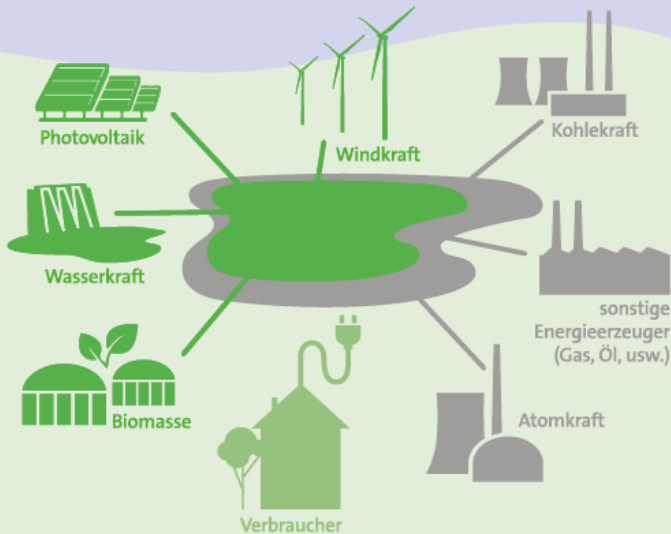


Himbeere

badenova

Energie. Tag für Tag

Stromsee: So setzt sich der Strom in Deutschland zusammen



Saisonkalender

August



Endiviasalat



Rucola



Pflücksalat



Blaubeere



Erdbeere



Erbse



Lauch



Tomate



Romanasalat



Eisbergsalat



Mangold



Chinakohl



Zwiebel



Johannisbeere



Mais



Lollo Rosso/Bionda



Blumenkohl



Kartoffel



Rettich



Radieschen



Brokkoli



Zuckerschote



Radicchio



Aubergine



Staudensellerie



Bohne



Bataviasalat



Zucchini



Kohlrabi



Kirsche



Rotkohl



Weißkohl



Knollensellerie



Karotte



Kopfsalat



Champignon



Apfel



Eichblattsalat



Pflaume



Kürbis



Frühlingszwiebel



Gurke



Stachelbeere



Wirsing



Fenchel



Spitzkohl



Paprika



Mirabelle



Zwetschge



Brombeere



Himbeere



Rote Bete

badenova

Energie. Tag für Tag

Vegane Ernährung in Zahlen

Würden sich alle Menschen in Baden-Württemberg einen Monat lang vegan ernähren, könnte man...



1.306.628
Tonnen CO₂ vermeiden



31.714.285

Tiere vor dem Schlachthof bewahren



79.285.714
Liter Wasser einsparen

Saisonkalender

September



Endivien Salat



Rucola



Pflücksalat



Blaubeere



Erdbeere



Erbse



Lauch



Tomate



Romanasalat



Eisbergsalat



Mangold



Chinakohl



Zwiebel



Zuckerschote



Mais



Lollo Rosso/Bionda



Blumenkohl



Kartoffel



Rettich



Radieschen



Brokkoli



Pastinake



Radicchio



Aubergine



Staudensellerie



Bohne



Bataviasalat



Zucchini



Kohlrabi



Holunderbeere



Rotkohl



Weißkohl



Knollensellerie



Karotte



Kopfsalat



Champignon



Apfel



Eichblattsalat



Pflaume



Kürbis



Frühlingszwiebel



Gurke



Rote Bete



Wirsing



Fenchel



Spitzkohl



Mirabelle



Paprika



Himbeere



Traube



Zwetschge



Brombeere



Steckrübe



Spinat



Birne

badenova

Energie. Tag für Tag

Ressourceneinsatz bei der Papierherstellung

Für 200 Blatt DIN A4 Papier (1kg)*



2,2 kg
Holz



52,2 Liter
Wasser



10,89 kWh
Energie



1,06 kg
CO₂

*80g/m² Papier

Saisonkalender

Oktober



Brokkoli



Aubergine



Champignon



Birne



Grünkohl



Feldsalat



Chicorée



Lauch



Blumenkohl



Zwetschge



Pastinake



Rosenkohl



Apfel



Chinakohl



Karotte



Zwiebel



Bohne



Radicchio



Quitte



Frühlingszwiebel



Rettich



Schwarzwurzel



Rote Bete



Holunderbeere



Mais



Rotkohl



Kürbis



Spitzkohl



Steckrübe



Weißkohl



Wirsing



Pflücksalat



Radieschen



Kartoffel



Staudensellerie



Endiviensalat



Fenchel



Knollensellerie



Lollo Rosso / Bionda



Kopsalat



Tomate



Mangold



Traube



Eisbergssalat



Zucchini



Paprika



Eichblattsalat



Spinat



Kohlrabi



Rucola

badenova

Energie. Tag für Tag

Videokonferenzen und ihre CO₂-Bilanz

Pro Person entstehen bei zwei
Stunden Videokonferenz pro Tag
monatlich rund

32 kg CO₂



Das sind so viel wie

160 km

Autofahrt



Saisonkalender

November



Champignon



Birne



Grünkohl



Feldsalat



Chicorée



Lauch



Pastinake



Rosenkohl



Apfel



Chinakohl



Karotte



Zwiebel



Quitte



Frühlingszwiebel



Rettich



Schwarzwurzel



Rote Bete



Rotkohl



Kürbis



Spitzkohl



Steckrübe



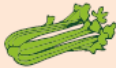
Weißkohl



Wirsing



Kartoffel



Staudensellerie



Endiviansalat



Fenchel



Knollensellerie

badenova

Energie. Tag für Tag

9 Tipps für ein Leben mit weniger Plastik

1.



Trinke Leitungswasser aus einer wiederverwendbaren Flasche.

2.



Bring deinen eigenen Kaffeebecher mit.

3.



Zeit nehmen statt „To Go“.

4.



Sag nein zu Plastikgeschirr und Strohhalmen.

5.



Packe deine Vorräte in Gläser.

6.



Hab immer deine Einkaufstasche dabei.

7.



Kaufe wenn möglich unverpackte Lebensmittel.

8.



Vermeide Kosmetikartikel mit Mikroplastik.

9.



Teile das mit deinen Freunden.

Saisonkalender

Dezember



Champignon



Birne



Grünkohl



Feldsalat



Chicorée



Lauch



Pastinake



Rosenkohl



Apfel



Chinakohl



Karotte



Zwiebel



Kartoffel



Knollensellerie



Rettich



Schwarzwurzel



Rote Bete



Rotkohl



Kürbis



Spitzkohl



Steckrübe



Weißkohl



Wirsing

badenova

Energie. Tag für Tag

Zigarettenstummel sind eine Umweltpest



2/3 der gerauchten Zigaretten
landen in der Umwelt –

ca. 680 Mio. kg

im Jahr.

Filter bestehen aus Kunststoff
und brauchen bis zu

15 Jahre

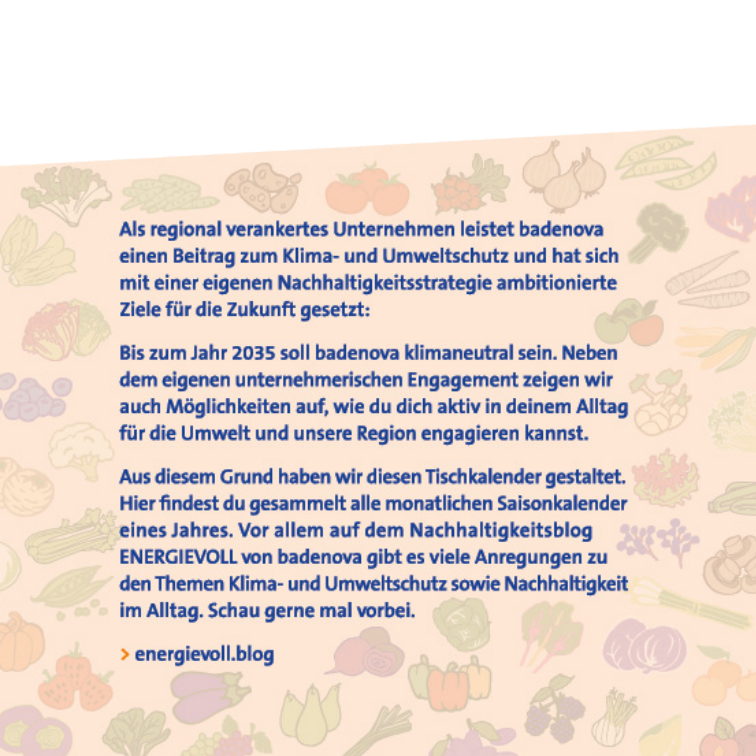
bis sie sich zersetzt haben.



Ein einziger Zigarettenstummel
kann bis zu

40 Liter

Grundwasser vergiften.



Als regional verankertes Unternehmen leistet badenova einen Beitrag zum Klima- und Umweltschutz und hat sich mit einer eigenen Nachhaltigkeitsstrategie ambitionierte Ziele für die Zukunft gesetzt:

Bis zum Jahr 2035 soll badenova klimaneutral sein. Neben dem eigenen unternehmerischen Engagement zeigen wir auch Möglichkeiten auf, wie du dich aktiv in deinem Alltag für die Umwelt und unsere Region engagieren kannst.

Aus diesem Grund haben wir diesen Tischkalender gestaltet. Hier findest du gesammelt alle monatlichen Saisonkalender eines Jahres. Vor allem auf dem Nachhaltigkeitsblog ENERGIEVOLL von badenova gibt es viele Anregungen zu den Themen Klima- und Umweltschutz sowie Nachhaltigkeit im Alltag. Schau gerne mal vorbei.

> energievoll.blog

badenova AG & Co. KG
Tullastraße 61
79108 Freiburg

Telefon: 0800 2 83 84 85
(kostenlose Servicenummer)

> badenova.de

badenova
Energie. Tag für Tag