



in
Kooperation
mit



FÜR NACHHALTIGERE FESTIVALS

LANGZEIT DUSCHER*INNEN AUFGEPASST

Wasser aus beim Zähneputzen, Rasieren und Einseifen! Wie ihr noch Wasser und Energie sparen könnt, erfahrt ihr hier.



SCHON GEWUSST?

- **Wasserverbrauch ist meist auch Energieverbrauch.** Damit warmes Wasser aus unseren Leitungen kommt, muss zum Aufheizen Energie verbraucht werden. Dabei wird CO₂ ausgestoßen, was die Klimakrise weiter befeuert.
- In einigen Gebieten kam es die letzten zwei Jahre zu **Wasserengpässen**. Das lag zum einen an den unterschiedlichen klimatischen Bedingungen. Zum anderen war in einigen Regionen zu viel Nitrat im Wasser und dieses somit nicht nutzbar. Nitrat gelangt vor allem durch landwirtschaftliches Düngen ins Wasser.
- **Pro Morgen-Dusche werden etwa 40 Liter Wasser verbraucht.** Dreht man den Wasserhahn beim Einseifen und Haarewaschen zu, kann man bis zur Hälfte sparen.



SCHON GEHÖRT?

- Bei der Kampagne **“Grünes Duschen”** beim Sziget Festival in Ungarn kannst du zum “Climate Hero” werden, indem du möglichst kurz duscht.
- **Pool Shuttle** beim Wacken Open Air: Wer eine Abkühlung vom schweißtreibenden Festivalalltag braucht, der kann sich diese im Wackener Schwimmbad besorgen und **die vor Ort vorhandene Infrastruktur nutzen**.
- Dermatologen empfehlen grundsätzlich, schnell zu duschen, gemäß der Regel: **Weniger ist mehr.** Denn lange Duschvorgänge können die Haut austrocknen. Daher gelten drei Minuten Duschzeit als ideal.



WAS DU TUN KANNST

- **Duschzeiten gering halten** und so Wasser sparen.
- Den Kater mit **kaltem Wasser** weg duschen. Klingt furchtbar – ist aber gesund und regt den Kreislauf an. Auch die Umwelt profitiert: eine kalte Dusche spart Wassermenge und Energie.
- Nutze **Wasserspar-Duschköpfe** oder Wasserspar-Strahlregler. Ein 3-Personen-Haushalt kann so im Jahr ca. 410€ und 640 kg CO₂-Emissionen einsparen.
- Eine weitere Möglichkeit zum Wassersparen sind **Wasserstopp-Knöpfe und Absperrventile**. Sie ermöglichen es, den Wasserstrahl beim Einseifen mit einem Knopfdruck ab- und wieder anzustellen, wobei die einmal eingestellte Temperatur erhalten bleibt.
- Schon mal eine **Solardusche** ausprobiert? Perfektes Utensil für den nächsten Camping-Urlaub!