

# Ökologische Fußabdrücke

**Handreichung**



# Dank

## **Team aus Neumarkt**

Unser Dank gilt dem Team aus Neumarkt mit Ruth Dorner, Jesica Duran, Birgitt Rupp und Ulli Hofmann für die sehr gute Zusammenarbeit und die großzügige Bereitstellung von Informationsmaterialien. Dieses Team hat die Ökologischen Fußabdrücke und den Ökologischen Handabdruck entwickelt und umgesetzt.

Seit 2015 wurden die Fußabdrücke in einer ständigen Diskussion mit etlichen Bildungsakteur\*innen weiterentwickelt und verändert. Für das Team aus Neumarkt ist das Erfolgsrezept der Fußabdrücke, dass sie selbsterklärend und einfach handhabbar sind und daher auch von kleinen Organisationen ohne großen Personalaufwand verwendet werden können.

## **Eine Welt-Fachpromotor\*innen Fairer Handel /**

### **Dachverband Entwicklungspolitik Baden-Württemberg, DEAB e.V.**

Seit 2018 setzen Birgit Lieber, Martin Lang und Elena Muguruza die Ökologischen Fußabdrücke erfolgreich ein. Sie haben an ihrer Weiterentwicklung mitgewirkt und wichtige Beiträge geleistet, damit diese Bildungs- und Aktionsmethode einen hohen Bekanntheitsgrad erlangt.

## **RENN.süd**

Die Broschüre wurde in Kooperation mit RENN.süd erstellt. Wir danken RENN.süd für die gute Zusammenarbeit sowie für die Finanzierung einiger Sets der Ökologischen Fußabdrücke.

RENN (Regionale Netzstellen Nachhaltigkeitsstrategien) vernetzt Akteur\*innen aus allen gesellschaftlichen Bereichen, damit eine nachhaltige Entwicklung in Deutschland gelebte Praxis wird. RENN.süd umfasst die Bundesländer Baden-Württemberg und Bayern und trägt das Thema „Nachhaltig leben“ in die Breite. Themenschwerpunkte sind nachhaltiger Konsum, nachhaltige Mobilität, Ressourcenschonung und nachhaltige Beschaffung.

[www.renn-netzwerk.de/sued](http://www.renn-netzwerk.de/sued)

# Inhalt

<b>Höchste Zeit zu handeln!</b> .....	4
<b>Kontext</b> .....	5
Klimagerechtigkeit und Fairer Handel .....	5
Das neue Universum .....	7
Ökologischer Fußabdruck und SDGs .....	8
Vorteile und Erfolgsgeschichte der Aktion .....	9
<b>Die ökologischen Fußabdrücke</b> .....	10
<b>Die ökologischen Handabdrücke</b> .....	24
<b>Begleitaktionen</b> .....	27
<b>Handlungsoptionen</b> .....	28
<b>Ausleihadressen</b> .....	30
<b>Politisch handeln!</b> .....	32
<b>Materialien</b> .....	35

# Höchste Zeit zu handeln!

Die menschengemachte Klimakrise mit ihren gravierenden Folgen und der rasante Verlust an Biodiversität sind die größten Herausforderungen vor denen die Menschheit steht. Beide sind eng miteinander verwoben und befeuern die multiplen Krisen, denen wir heute ausgesetzt sind.

Der im März 2023 veröffentlichte Sachstandsbericht des Weltklimarats (IPCC) verdeutlicht eindringlich, dass jede weitere Erwärmung zu einer raschen Eskalation der Gefahren führt. Verluste und Schäden durch den menschengemachten Klimawandel treffen die Ökosysteme und die schwächsten Menschen, die am wenigsten zum Klimawandel beigetragen haben, besonders hart.

In unserem globalen Wirtschaftssystem lohnen sich Ausbeutung und Umweltzerstörung. Produktionsverlagerungen in Weltregionen mit geringeren Umwelt- und Sozialstandards rechnen sich. Wirksame Veränderungen versuchen mächtige Unternehmen mit ihren Lobbyisten zu verhindern. Gleichzeitig werden Verbraucher\*innen mit Greenwashing bewusst getäuscht. Können wir unseren Ressourcenverbrauch deutlich reduzieren und unseren ökologischen Fußabdruck verringern: weniger Treibhausgase ausstoßen, weniger verschwenderisch leben, die Kreislaufwirtschaft ankurbeln? Könnten wir dabei wieder mehr Lebensqualität und gesundheitliches Wohlbefinden gewinnen sowie neue positive Erfahrungen machen?

Zu einem erfüllten Leben im Rahmen der planetarischen Grenzen kann jede und jeder persönlich durch einen bewussteren Lebensstil beitragen. Gleichzeitig können wir uns

gemeinsam in Politik, Wirtschaft und Gesellschaft für systemische Veränderungen stark machen und uns laut wahrnehmbar gegen die zerstörerischen Kräfte positionieren und durchsetzen.

Die Welt muss handeln, wir müssen handeln, jede\*r Einzelne muss handeln - und zwar nicht morgen, sondern jetzt!

## Die Handreichung

Mit der vorliegenden zweiten Auflage der Broschüre „Ökologische Fußabdrücke“ möchten wir beispielsweise Eine Welt-Promotor\*innen und Akteur\*innen in Weltläden, Schulen, Vereinen, Kirchengemeinden und Steuerungsgruppen von Fairtrade Gemeinden eine erprobte Aktionsmethode bereitstellen. Ein Einsatz der Ökologischen Fuß- und Handabdrücke eignet sich besonders bei Aktionen zur Fairen Woche, zum Weltladentag und zu den Nachhaltigkeitstagen. Auch bei Stadtfesten können Besucher\*innen angesprochen, bei Schulaktivitäten Schüler\*innen für Klimaschutz und Klimagerechtigkeit sensibilisiert werden. Sie alle können ihr eigenes Verhalten reflektieren und konkrete Anregungen für einen klimaschonenderen Lebensstil erhalten.

Die Ökologischen Fuß- und Handabdrücke stellen zuallererst die private, individuelle Verantwortung von uns Bürgerinnen und Bürgern in den Mittelpunkt. Die Auseinandersetzung mit den eigenen Gewohnheiten lohnt sich, denn in der Summe haben unsere täglichen Entscheidungen und Verhaltensmuster enorme Auswirkungen auf das Klima, unsere Umwelt und auf das Leben vieler Menschen rund um unseren Globus.

Wir sollten jedoch nicht ausschließlich auf der persönlichen Verantwortungsebene verharren. Engagieren wir uns gleichzeitig auch für gesamtgesellschaftliche strukturelle Veränderungen, für umwelt- und sozialverträgliches Wirtschaften! Um diese anspruchsvolle Transformation zu bewerkstelligen, ist politisches Handeln einzufordern.

Auch Sie als Nutzer\*innen der Ökologischen Fuß- und Handabdrücke können mit Ihrer eigenen Organisation mit gutem Beispiel vorangehen und einen wirkungsvollen Beitrag leisten. Auf den Seiten 28 und 29 sind beispielhaft einige Anregungen zusammengetragen, wie Sie aktiv werden können.

Für mehr weltweite Gerechtigkeit und Solidarität wollen wir engagiert werben, Jung und Alt dafür gewinnen und begeistern. Wir wünschen Ihnen viel Freude, bereichernde Gespräche und ermutigende Erfahrungen bei Ihrem Einsatz für Klimaschutz und Klimagerechtigkeit.



Reinhold Hummel und Edith Tremmel  
Initiative EINE WELT Köngen e.V.  
[www.initiative-eine-welt-koengen.de](http://www.initiative-eine-welt-koengen.de)

## Klimagerechtigkeit und Fairer Handel

Die Erderhitzung schreitet 2023 ungemindert fort und erreicht dramatische Ausmaße. Der Juli 2023 war weltweit der heißeste Monat seit Jahrtausenden und brachte verheerende Hitzewellen an Land und Temperaturrekorde auf den Meeresoberflächen.

Die Hauptverantwortung für die Erderhitzung und ihre Folgen liegt bei den industrialisierten Ländern des Globalen Nordens. Während diese 92% der globalen CO<sub>2</sub>-Ausstöße zwischen 1850 und 2015 verursacht haben, wurden von den Ländern des Globalen Südens lediglich 8% der CO<sub>2</sub>-Emissionen ausgestoßen. Deutschland gehört sowohl aktuell als auch historisch mit zu den größten Emittenten von CO<sub>2</sub>. Bei uns betragen die durchschnittlichen Pro-Kopf-Emissionen im Jahr 2022 über 10,5 Tonnen CO<sub>2</sub>-Äquivalente (Europa ca. 7 Tonnen), während beispielsweise in Indien die Emissionen bei rund 1,9 Tonnen pro Kopf lagen.

Wenngleich der Klimawandel auch hierzulande bereits spürbare Folgen in Land- und Forstwirtschaft zeigt, sind diese für arme und marginalisierte Menschen im Globalen Süden, die mit ihrer Lebensweise ungleich weniger Treibhausgase freisetzen, besonders gravierend und bedrohlich. Extreme Wetterlagen nehmen zu, es kommt vermehrt zu Stürmen, Überschwemmungen, Waldbränden und verheerenden Dürren.

Indigene Gemeinschaften, Kleinbäuerinnen und -bauern, Frauen, Kinder sowie alte und kranke Menschen sind am

verwundbarsten und besonders betroffen. Viele Menschen haben bereits ihre Existenzgrundlage verloren und mussten ihre Heimat verlassen. Auch Produzent\*innen und Partner\*innen des Fairen Handels trifft die Erderhitzung mit voller Wucht. Dramatische Ernteeinbußen, Zerstörung von Produktionsanlagen durch extreme Wetterereignisse und andere Folgen, drohen die über Jahre mühsam erreichten Erfolge und Errungenschaften des Fairen Handels zu gefährden. Deswegen übertreiben Vertreter\*innen der Produzent\*innen nicht, wenn sie die Anpassung an die Klimaveränderungen als „eine Frage von Leben und Tod“ bezeichnen.

Mit hochindustriellen Produktionsweisen sowie durch Importe von Futtermitteln und Agrotreibstoffen verursachen auch Landwirtschaft und Ernährungsindustrie erhebliche Treibhausgasemissionen. Flächen mit einzigartigen Regenwäldern und Savannen fallen der Soja- und Palmölproduktion zum Opfer. Neben der Gefahr für Klima, Umwelt und Artenvielfalt führt der exportorientierte Anbau von Energiepflanzen in vielen Produktionsländern im Globalen Süden zu Landkonflikten, Menschenrechtsverletzungen und zur Gefährdung der lokalen Ernährungssicherheit. Auch das enorme Exportvolumen von europäischen Produkten aus der Massentierhaltung verursacht große Mengen an Treibhausgasen und verdrängt in Ländern des Globalen Südens die für lokale Märkte erzeugten regionalen Produkte nachhaltig wirtschaftender Produzent\*innen.

Abholzung und Brandrodung verstärken den Verlust von fruchtbaren Böden, schaffen kritische Wasserversorgungs-



© Mopic - stock.adobe.com

situationen und vermindern die Biodiversität. Gleichzeitig wächst der Druck auf indigene Gemeinschaften durch große Infrastrukturprojekte, agroindustrielle Landwirtschaft und invasive Bergbauwirtschaft. Dabei sind gerade die nachhaltig wirtschaftenden indigenen Gemeinschaften wichtige Akteur\*innen für den Schutz und Erhalt der Regenwälder als unverzichtbare Ökosysteme.

Die Ausbeutung der Bodenschätze im Globalen Süden, die auch für die Digitalisierung, die Energie- und Mobilitätswende eingesetzt werden, verursacht hohe CO<sub>2</sub>-Emissionen und ökologische Schäden. Sie geht oft einher mit gravierenden Menschenrechtsverstößen bei Konflikten um Nutzungsrechte an Wasser und Land.

Die Menschen im Globalen Süden tragen die Konsequenzen der weltweit verfehlten (Klima-) Politik, die bis heute planetare Grenzen leugnet und es einer kleinen Minderheit weiterhin

erlaubt, auf Kosten der Mehrheit in Luxus und Überfluss zu leben. So verdeutlicht eine Oxfam-Studie von 2020, dass die reichsten 10% der Weltbevölkerung fast 50% der durch Konsumverhalten und Lebensstil entstehenden Emissionen verursachen. Gleichzeitig ist die ärmere Hälfte der Weltbevölkerung gerade einmal für 10% der Emissionen verantwortlich.

In der Regel leiden diejenigen, die am meisten zur Klimakrise beigetragen haben und beitragen am wenigsten unter ihren Folgen. Sie verfügen über umfangreiche finanzielle und technologische Ressourcen, um sich vor den Auswirkungen des Klimawandels zu schützen. Bestehende gesellschaftliche Ungleichheiten und Ungerechtigkeiten werden dadurch weiter verstärkt. Wachsende soziale Ungleichheit führt zu Unzufriedenheit mit der Demokratie. Sie bildet den Nährboden zur Unterstützung antidemokratischer Politik sowie für Autokratisierung und gefährdet damit letztlich auch die Stabilität der demokratischen Strukturen.

### **Klimagerechtigkeit umsetzen**

Das Bundesverfassungsgericht hat in seinem Beschluss vom 24.03.2021 mit Bezug auf Art.20a Grundgesetz klargestellt, dass es unserer heutigen Generation nicht zugestanden werden darf, einen Großteil des verbleibenden nationalen CO<sub>2</sub>-Restbudgets zu verbrauchen, wenn dadurch künftigen Generationen eine radikale Reduktionslast überlassen und deren Leben umfassenden Freiheitseinbußen ausgesetzt würde.

Klimagerechtigkeit erfordert, die globalen Beziehungen gerechter zu gestalten. Die Weltwirtschaft hat zum Schutz

unserer natürlichen Lebensgrundlagen beizutragen. Das internationale Handelsrecht ist weiterzuentwickeln, damit negative ökonomische Umwelteffekte vermindert und der Handel zukünftig zu einer sozial und ökologisch nachhaltigen Entwicklung beiträgt. Soziale Macht- und Ausbeutungsverhältnisse sind abzubauen, damit allen Menschen ein gutes Leben ermöglicht werden kann.

Um sich an die Folgen des Klimawandels anzupassen und klimabedingte Schäden und Verluste zu bewältigen benötigen die Länder des Globalen Südens finanzielle und technologische Unterstützung. Konzerne, die die Klimakrise maßgeblich befeuert haben, sind finanziell an der Bewältigung von Klimafolgeschäden zu beteiligen. Investitionen sind zu regulieren, dass sich Kapitalanlagen, die unseren Planeten zerstören, nicht mehr lohnen.

Durch die Einführung umwelt- und klimaschonender Produktionsverfahren, die Förderung biologischer Anbaumethoden, die zahlreichen Schutzmaßnahmen der Produzent\*innen u.v.m. nimmt der Faire Handel seit Jahrzehnten seine Verantwortung wahr und bietet Verbraucher\*innen klimafreundliche Produkte an. Mit öffentlichkeitswirksamen Aktionen, Kampagnen und politischen Forderungen appelliert der Faire Handel an Politik, Wirtschaft und Verbraucher\*innen.

Mit dem gesicherten Absatz ihrer Produkte über langfristige, faire Handelspartnerschaften ist es vielen Produzent\*innen möglich, sich an die veränderten Gegebenheiten anzupassen. Mit enormem Einsatz und Know-how entwickeln sie erfolgreiche Strategien und Methoden für

neue Formen der Produktion und Landwirtschaft. Bei den Produzentenorganisationen des Fairen Handels treffen wir heute auf erfahrene und kompetente Expert\*innen, von denen wir lernen und uns inspirieren lassen können. Vielfach sind sie beispielgebende Pioniere in ihren Gesellschaften, die weit über die eigenen Aktivitäten Wirkung erzielen. Die Begrenzung der Erderhitzung ist eine globale Herausforderung, die internationale Anstrengungen und Partnerschaften erfordert.

### **Verantwortung endlich wahrnehmen**

Deutschland zählt heute immer noch zu den sieben größten CO<sub>2</sub>-Emittenten. Sie sind für etwa zwei Drittel der weltweiten Treibhausgas-Emissionen verantwortlich. In der Klimakrise erhält der bekannte Slogan „global denken – lokal handeln“ neue Bedeutung. Alles was hier zur Eindämmung der Klimakatastrophe getan wird, kommt Menschen weltweit zu Gute. Dabei kommt es nicht allein auf einen klimabewußteren Konsum der Verbraucher\*innen an. Die Politik darf sich nicht länger einer Rahmenneugestaltung unserer Gesellschaft verweigern. Wesentliche Handlungsfelder liegen klar vor uns – jetzt gilt es konsequent und schnellstmöglich zu handeln:

-  Abkehr von der Wachstumsgesellschaft
-  Sofortausstieg aus fossilen Energieträgern
-  Flächenfraß und Flächenversiegelung stoppen
-  Mobilitätswende jetzt umsetzen
-  Ökologische Landwirtschaft fördern
-  Raubbau der natürlichen Ressourcen stoppen – Wälder schützen
-  Fairen Handel und faire Lieferketten durchsetzen

# DAS NEUE UNIVERSUM

*Kinder sind von Natur aus undankbar, was verständlich ist, da sie ja nur ihre liebevollen Eltern nachahmen; so kommen die von heute von der Schule nach Hause, drücken einen Knopf und setzen sich, um den Fernsehfilm des Tages zu sehen, ohne auch nur einen Augenblick an dieses technologische Wunder, das das Fernsehen darstellt, zu denken. Deshalb wird es nicht unnütz sein, die Kinder nachdrücklich auf die Geschichte des wissenschaftlichen Fortschritts hinzuweisen, indem man die erste günstige Gelegenheit nutzt, sagen wir ein über uns dahindonnerndes Düsenflugzeug, um der Jugend die wunderbaren Ergebnisse menschlichen Strebens vor Augen zu führen.*

*Das Beispiel des Jets ist einer der besten Beweise. Jeder weiß, auch wenn er noch nie geflogen ist, was die modernen Flugzeuge bedeuten: Geschwindigkeit, Geräuschlosigkeit in der Kabine, Stabilität, Aktionsradius. Aber die Wissenschaft ist schlechthin ein Suchen ohne Ende, und die Jets waren denn auch bald veraltet, wurden von neuen, noch wunderbareren Beispielen menschlichen Erfindungsgeistes übertroffen. Bei allen ihren Vorzügen hatten diese Flugzeuge aber auch zahlreiche Nachteile, bis zu dem Tag, da sie durch die Propellerflugzeuge ersetzt wurden. Diese Errungenschaft bedeutete einen wesentlichen Fortschritt, denn beim Fliegen mit geringer Geschwindigkeit und in geringer Höhe war es für den Piloten leichter, den Kurs festzulegen, und er konnte die Start- und Landemanöver unter besseren Bedingungen ausführen. Trotzdem arbeiteten die Techniker weiter, immer*

*auf der Suche nach neuen, noch vorzüglicheren Verkehrsmitteln, und so machten sie uns innerhalb kurzer Zeit mit zwei grundlegenden Erfindungen bekannt: ich beziehe mich auf die Dampfschiffe und auf die Eisenbahn. Dank ihnen war es zum ersten Mal möglich – eine außerordentliche Errungenschaft in Erdhöhe sich fortzubewegen, was die Sicherheit des Reisens im unschätzbaren Weise vergrößerte.*

*Verfolgen wir parallel dazu die Entwicklung dieser Techniken, beginnend mit der Schifffahrt. Die Brandgefahr – wie oft bricht auf hoher See Feuer aus – veranlaßte die Ingenieure, nach einem gefahrloseren Verfahren zu suchen: so erfand man das Segel, und später (obgleich die Chronologie nicht gesichert ist) das Ruder als das vorzüglichste Antriebsmittel für Schiffe.*

*Dieser Fortschritt war beträchtlich, aber aus verschiedenen Gründen kam es immer wieder zu Schiffbrüchen, bis die Technik eine sichere und vollendete Methode bot, sich auf dem Wasser fortzubewegen. Ich beziehe mich ohne Frage auf das Schwimmen, über das hinaus ein weiterer Fortschritt nicht möglich zu sein scheint, obgleich die Wissenschaft reich an Überraschungen ist.*

*Was die Eisenbahn betrifft, waren ihre Vorzüge im Vergleich zu den Flugzeugen offensichtlich, doch wurden sie ihrerseits von den Postkutschen übertroffen, Fahrzeugen, die mit dem Qualm des Diesels oder der Kohle nicht die Luft verpesteten*

*und die es einem erlaubten, die Schönheiten der Natur und die Kraft der Zugpferde zu bewundern. Das Fahrrad, ein höchst wissenschaftliches Verkehrsmittel, ist geschichtlich zwischen der Postkutsche und der Eisenbahn einzuordnen, wenn sich der Zeitpunkt seines Aufkommens auch nicht genau bestimmen läßt. Dagegen weiß man, und dies ist das letzte Glied in der Kette des Fortschritts, daß die unlegbare Unbequemlichkeit der Postkutschen den menschlichen Erfindungsgeist in einer Weise anspornte, daß er schon bald eine unübertreffliche Art der Fortbewegung ersann: zu Fuß zu gehen. Fußgänger und Schwimmer bilden so den Gipfel der wissenschaftlichen Pyramide, wie das in jedem Seebad festzustellen ist, wenn man auf der Strandpromenade die Menschen lustwandeln sieht, die sich ihrerseits zufrieden die eleganten Schwimmbewegungen der Badenden betrachten. Vielleicht gibt es deswegen so viele Leute an den Stränden, zumal die Fortschritte der Technik, mögen viele Kinder sie auch ignorieren, heute von der ganzen Menschheit bejubelt werden, vor allem zur Zeit der bezahlten Ferien.*

Aus: „Die Erzählungen. Band 3: Beleuchtungswechsel“

© Julio Cortázar 1969

© Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 1998

Vor mehr als 50 Jahren setzte sich der lateinamerikanische Schriftsteller Julio Cortázar (1914-1984) mit dem Konzept des „Guten Lebens“ auseinander.

# Kontext

## Ökologischer Fußabdruck und SDGs

Die 2015 in Paris verbindlich festgelegten Globalen Nachhaltigkeitsziele (SDGs) verpflichten die internationale und nationale sowie die kommunale Politik rund um den Globus zu deren Umsetzung bis 2030. Auch wir als Bürger\*innen sind aufgefordert, Verantwortung für die langfristigen Ziele der „Agenda 2030“ zu übernehmen.

Mit dem Einsatz der Ökologischen Fußabdrücke können Sie auf einfache Weise zahlreiche Bezüge zu allen 17 SDGs herstellen und so deren Bekanntheitsgrad und Wirkung erhöhen.

Ein bewusster und verantwortungsvoller Lebensstil wie ihn die Ökologischen Fußabdrücke anregen, trägt beispielsweise zur Erreichung folgender SDGs bei:



## Vorteile und Erfolgsgeschichte der Aktion

Die Ökologischen Fußabdrücke eignen sich besonders für den Einsatz im öffentlichen Raum und bei großen Veranstaltungen. Dort werden viele Menschen erreicht, denn sie sind ein echter Hingucker und ermöglichen einen einfachen Zugang zur Ermittlung des eigenen Ökologischen Fußabdrucks. Sie können auch für schulische Lerngruppen oder bei Ferienspielen verwendet werden.

Ihren ersten großen Auftritt hatten die Ökologischen Fußabdrücke beim Klimaaktionstag des DEAB 2018 in der Stuttgarter Fußgängerzone. Es war sehr wirkungsvoll, sie auf einer Strecke von 25 Metern auszulegen. Mehrere hundert Passant\*innen berechneten ihren CO<sub>2</sub>-Verbrauch und setzten sich in Gesprächen mit ihrem Lebensstil auseinander. Ebenso intensiv wurden die Fußabdrücke über sechs Monate im Weltgarten des DEAB auf der Bundesgartenschau in Heilbronn 2019 und in Mannheim 2023 genutzt.

Bei ihrem Einsatz auf der Messe Fair Handeln in Stuttgart 2019 haben 1.200 Messebesucher\*innen ihren ökologischen Fußabdruck berechnet. Dabei wurden etliche Multiplikator\*innen erreicht, die die Ökologischen Fußabdrücke im Nachgang für ihre Bildungsarbeit ausgeliehen haben.



13 MASSNAHMEN ZUM KLIMASCHUTZ



14 LEBEN UNTER WASSER



15 LEBEN AN LAND



16 FRIEDEN, GERECHTIGKEIT UND STARKE INSTITUTIONEN



17 PARTNER-SCHAFTEN ZUR ERREICHUNG DER ZIELE



# Die ökologischen Fußabdrücke



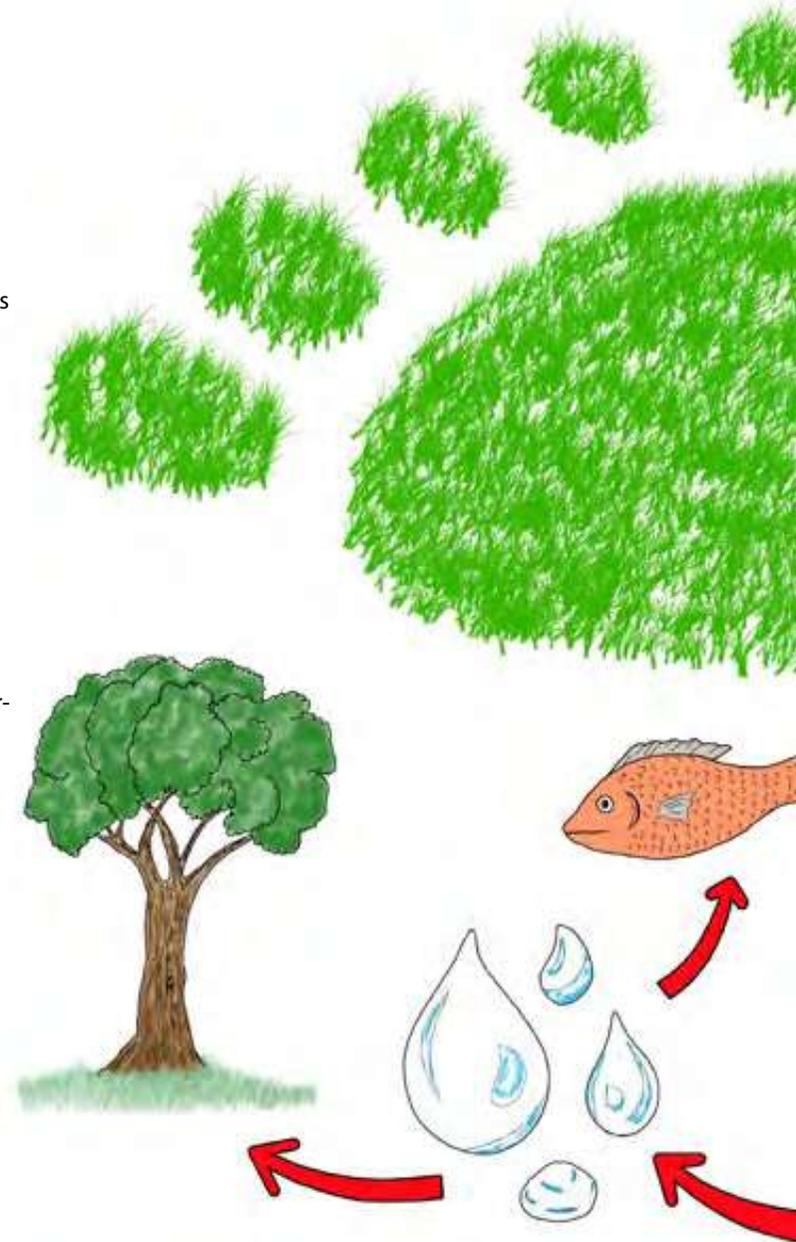
## ANLEITUNG

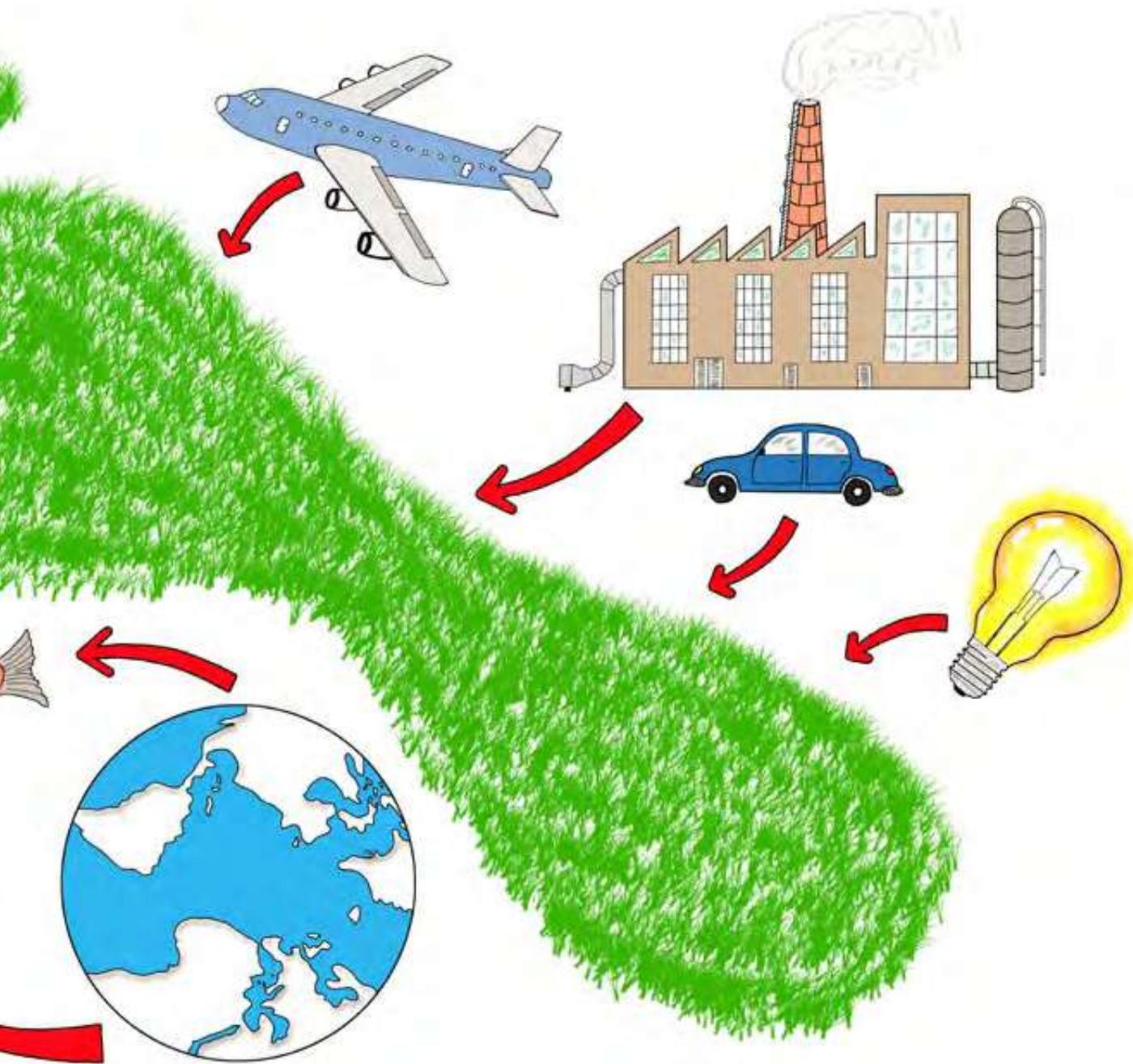
Die Abdrücke werden nach Themen (Einleitung, Ernährung, Energie, Mobilität, Konsum, Ergebnisse und Anregungen für Veränderung) sortiert paarweise leicht versetzt ausgelegt. Legt man die 38 Füße in einer geraden Strecke aus, ergibt das eine Länge von ca. 16 Metern. Sie können auch als Schlangenlinie, im Kreis oder als Spirale gelegt werden. Sie sollten begehbar sein.

Die Ökologischen Fußabdrücke sind im Prinzip selbsterklärend und der Parcours kann von den Teilnehmenden ohne Anleitung abgeschritten werden.

Dabei werden die Fragen zum Lebensstil individuell beantwortet. Die Punkte, die sich aus den Antworten ergeben, werden in den vorher ausgehändigten Laufzettel eingetragen. Die erzielte Gesamtpunktzahl gibt Auskunft, wieviel Erden man verbraucht. Das Ergebnis kann auf den vier Auswertungsfußabdrücken am Ende abgelesen werden.

Die neue überarbeitete Auflage 2023 der Ökologischen Fußabdrücke ist verfügbar.





## EINSATZMÖGLICHKEITEN

Die Ökologischen Fußabdrücke können drinnen und draußen zum Einsatz kommen. Besonders wirkungsvoll sind sie im öffentlichen Raum, aber auch bei Veranstaltungen im Saal oder Foyer.

Sie können auf öffentlichen Plätzen und in Fußgängerzonen ausgelegt, bei Festivals, Pfarrfesten, Klimaaktionstagen, Nachhaltigkeitsmessen, in der Uni, der Schule oder im Rathaus eingesetzt werden.

### Zielgruppen

-  Jugendliche und Erwachsene können ihren ökologischen Fußabdruck berechnen.
-  Für Grundschul Kinder gibt es eine angepasste Version (siehe Seite 20)
-  Multiplikator\*innen der Bildungsarbeit, Lehrer\*innen, Weltläden, Vereine können die Ökologischen Fußabdrücke einsetzen, um sich mit Konsummustern und Lebensstil auseinanderzusetzen.



# Die ökologischen Fußabdrücke

## BERECHNUNGSMODELL

Das Berechnungsmodell des ökologischen Fußabdrucks gibt an, wie groß der persönliche Rohstoff- und Energieverbrauch tatsächlich ist. Grundlage dafür ist, dass der Verbrauch an Energie, Lebensmitteln und Rohstoffen in Landfläche umgewandelt wird. Die Erde hat eine Landfläche von 14 Mrd. Hektar, davon sind 1,5 Mrd. Hektar nutzbare Ackerflächen, 3,2 Mrd. Hektar Weide- und Wiesenflächen und rund 4,1 Mrd. Hektar Waldflächen. Verteilt auf ca 8 Milliarden Menschen ergibt das für jeden Menschen eine Fläche von ca. 1,6 globalen Hektar im Durchschnitt, das entspricht 2 Fußballfeldern. Ein globaler Hektar (gH) entspricht einem Hektar mit durchschnittlicher biologischer Produktivität.

Das Global Footprint Network errechnet jährlich den Tag an dem die Menschheit die nachhaltig nutzbaren Ressourcen des Jahres aufgebraucht hat. Damit werden die ökologi-

**Die Ökologischen Fußabdrücke sind eine leicht zugängliche Methode, um den eigenen CO<sub>2</sub>-Verbrauch analog zu berechnen. Es handelt sich nicht um einen komplexen CO<sub>2</sub>-Rechner wie sie im Internet zu finden sind.**



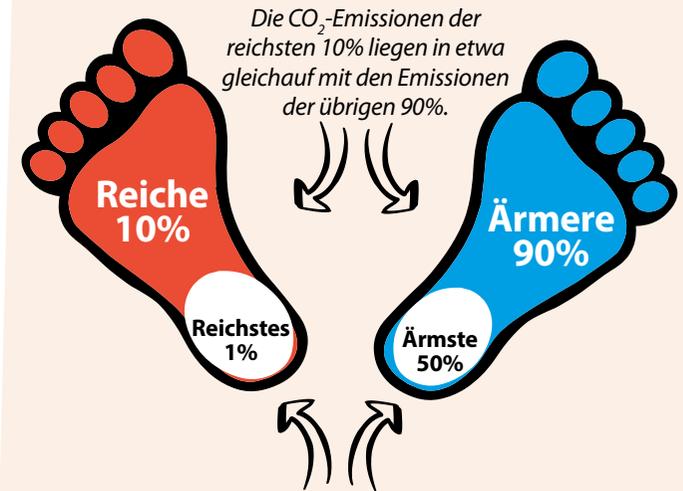
<https://utopia.de/ratgeber/co2-rechner-5-webseiten-mit-denen-du-deine-klimabilanz-errechnen-kannst/>

schen Grenzen unseres Planeten verdeutlicht. Dieser globale Erdüberlastungstag (Earth Overshoot Day) fiel im Jahr 2023 auf den 2. August, der deutsche Erdüberlastungstag fiel allerdings bereits auf den 4. Mai.

Die Menschen in Deutschland brauchen weitaus mehr Fläche, als ihnen eigentlich zustehen würde, nämlich erstaunliche 4,7 globale Hektar. Würden alle Menschen auf der Erde so leben wie wir in Deutschland, würde die Menschheit 3 Erden benötigen. Aktuell leben wir mit 1,7 Erden weltweit über unsere Verhältnisse.

Infolge unterschiedlicher Lebensweisen und Lebensbedingungen erzeugt jeder Mensch und jedes Land einen anderen Fußabdruck. So ist der Fußabdruck eines Deutschen etwa sechsmal größer als der einer Bürger\*in in Bangladesch. Für das Weiterleben auf der Erde ist es existenziell, dass insbesondere die Menschen im Globalen Norden andere Lebensstile etablieren, die den Fortbestand irdischen Lebens nicht weiter gefährden.

Um irreversible Schäden an unserem Ökosystem durch maßlose Ressourcenverschwendung zu begrenzen, ist es notwendig, unser Verhalten zu überprüfen und zu revidieren, also tatsächlich „auf kleinerem Fuß zu leben“. Die einzelne Person kann kaum abschätzen, wie viel CO<sub>2</sub> sie ausstößt, wie hoch der Wasserverbrauch gekaufter Produkte ist, wie viel



*Das reichste 1% verantwortet doppelt so viele CO<sub>2</sub> Emissionen wie die ärmere Hälfte der Bevölkerung.*

Je reicher ein Mensch, desto mehr konsumiert er und desto mehr Emissionen hat er zu verantworten, egal aus welchem Land er kommt. Knapp die Hälfte der Deutschen gehört zu den weltweit reichsten 10%. (Quelle: OXFAM)

Wasser dabei verschmutzt wurde und wie viel Energie sie im Alltag verbraucht.

Der ökologische Fußabdruck untersucht anhand einfacher Fragen aus dem Alltag den durchschnittlichen Verbrauch der Teilnehmer\*innen in den vier Bereichen

- Wohnen/Energie (25 %)
- Konsum (18 %)
- Ernährung (35 %)
- Mobilität (22 %)

Die dabei ermittelte Punktezahlgibt Auskunft darüber, wie viele Erden die jeweilige Person mit ihrem jetzigen Lebensstil benötigt.

## AKTIONSMATERIAL

Insgesamt 38 farbig bedruckte Fußabdrücke aus LKW-Plane (je 60 cm lang), die auf den Boden mit doppelseitigem Klebeband geklebt oder einfach gelegt werden:

-  2 Fußabdrücke mit einer kurzen Einleitung (grau)
-  32 Fußabdrücke mit den Fragen zum eigenen Lebensstil in den Themenfeldern Ernährung (gelb), Wohnen/Energie (grün), Mobilität (blau), Konsum (rot). 8 Fußabdrücke je Thema
-  2 Fußabdrücke mit den Ergebnissen wie viele Erden jeweils benötigt werden (grau)
-  2 Fußabdrücke mit Anregungen für Veränderung (grau)

### Zusätzlich benötigtes Material

Zur Durchführung braucht es:

-  Doppelseitiges Klebeband (zur sicheren Befestigung je zwei kleine Stücke oben und unten am Fußabdruck). Die Folien schmiegen sich auch ohne Klebeband sehr gut an den Boden, so dass eine zusätzliche Befestigung vom Untergrund abhängt
-  Schere zum Abschneiden des Klebebands
-  Spachtel zum Ablösen des Klebebands
-  Laufzettel für die Teilnehmer\*innen zum Eintragen der Punktzahl und der Ergebnisermittlung (siehe Seite 19)
-  Stifte
-  Klemmbretter (optional)
-  1 – 2 Tische oder Stehtische für begleitende Informationsmaterialien
-  Verbrauchertipps zum Mitgeben wie das Klimaschutzbüchle (siehe Seite 22). Rechtzeitig vor der Aktion bestellen!
-  Um die Aktion im Vorfeld zu bewerben, gibt es ein Plakat in zwei Größen zum Selbstausschneiden. Download unter



[www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruecke](http://www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruecke)

### Technische Hinweise – Versand, Lagerung, Pflege

-  Die Ökologischen Fußabdrücke können gegen Erstattung der Versandkosten entgeltfrei ausgeliehen werden (Ausleihadressen auf Seiten 30/31).
-  Die Folien werden gerollt als Paket in einem Karton verschickt.
-  Bevor die Fußabdrücke zum Einsatz kommen, sollten sie einige Stunden vorher glatt hingelegt werden, damit sie sich nicht am Boden wellen.
-  Die Fußabdrücke dürfen nicht gefaltet oder geknickt werden. Sie müssen für die Aufbewahrung und die Rücksendung zusammengerollt werden. Bitte so rollen, dass die bedruckte Seite außen und die Rückseite innen ist. Dann legen sich die Folien beim Ausrollen wieder glatt an den Boden.
-  Sind die Abdrücke verschmutzt, sollten sie mit einem feuchten Tuch abgewischt und danach abgetrocknet werden. Auf keinen Fall dürfen feuchte Füße zurückgeschickt werden, da sie sonst schimmeln.
-  Die Ökologischen Fußabdrücke nach Farben/Themen sortiert zurückschicken.

# Einführung

**TESTE DEINEN ÖKOLOGISCHEN FUßABDRUCK!**

Du kannst Deinen Ökologischen Fußabdruck über Dein Verhalten in diesen 4 Bereichen bestimmen:

- Energie
- Konsum
- Mobilität

Gehe den Spuren nach und beantworte die Fragen!

Addiere Deine Punkte!

So kannst Du erfahren wie groß Dein Ökologischer Fußabdruck ist.

Das Ergebnis gibt nur eine Tendenz wieder!

Mit kleinen Schritten die Welt verändern!  
 Zwei Personen zum Ökologischen Fußabdruck? ein Projekt der Initiative 10

www.10initiative.de

**WILLST DU DEINEN FUßABDRUCK VERKLEINERN?**

**Überlegt einkaufen**  
 Saisonal, fair, regional bis kaufen. Vor allem Überflüssiges vermeiden.

**Besser essen**  
 Gesund und umweltchonender mit weniger Fleisch- und Milchprodukten!

**Klimafreundlich mobil**  
 Mehr Fahrrad fahren, zu Fuß gehen und für längere Strecken öffentliche Verkehrsmittel nutzen!

**Weniger Müll**  
 Plastik vermeiden und Produkte reparieren lassen, mieten, leihen, tauschen etc.

**Clever heizen**  
 Moderate Raumtemperatur und stoßlüften.

**Neues gestalten**  
 Sich gemeinsam mit anderen für Verbesserungen engagieren.

**Politik verändern**  
 Mache Dich an für mehr Klimaschutz und Nachhaltigkeit!

**Bewusst leben**  
 Entschleunigen, genießen, glücklich leben!

# Aktiv werden

# Auswertung

So wird Dein Ökologischer Fußabdruck errechnet:  
 Dein gesamter Verbrauch in den Bereichen **Energie, Konsum und Mobilität** wird in Landfläche umgerechnet.

Die Erde hat eine Nutzfläche von 13 Mrd. Hektar. Bei der derzeitigen Weltbevölkerung von 7,5 Mrd. Menschen steht jedem Einzelnen eine Fläche von 1,7 globalen Hektar zur Verfügung. Bei diesem Verbrauch könnten wir alle gut auf unserem Planeten leben.

Wenn viele kleine Leute an vielen kleinen Orten viele kleine Schritte tun, kann das Gesicht der Erde verändert werden!  
 Anfangliches Sprüchlein

**EINFACH MAL ANFANGEN!**

**Bis 20 Punkte: Prima, so reicht eine Erde für uns alle!**

Besser als der deutsche Durchschnitt, aber dennoch bräuchten wir 2 Erden, wenn alle Menschen so leben würden wie Du!

3 Erden wären nur wenig, um Deinen Lebensstil aufzulösen (deutscher Durchschnitt).

Wenn alle Menschen so leben würden, bräuchten wir 11 Erden!

120 130 140

# Energie

**deap**



Mit welcher Temperatur wäschst Du meist Deine Wäsche?

30°C	0
40°C	1
60°C	2
90°C	4



**deap**



Benutzt Du einen Wäschetrockner?

nie	0
manchmal	2
immer	4



**deap**

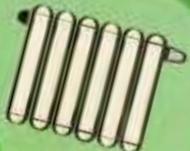


Welche Fläche bewohnst Du (pro Person)?

bis 20 m²	3
21 - 40 m²	7
41 - 60 m²	11
61 - 80 m²	15
über 80 m²	20



**deap**



Wie hoch ist Deine Zimmertemperatur gewöhnlich?

18°C	0
20°C	2
22°C	4
24°C	6



**deap**



Welche Energie-Effizienzklasse haben Deine Geräte überwiegend?

A oder B	0
B oder C	2
sie sind älter als 10 Jahre	3



**deap**



Praktizierst Du kurzes Lüften (Stoßlüften)?

immer	0
meistens	1
nie	3



**deap**



Wie oft schaust Du Videos online oder per Streaming-Dienst?

nie	0
4 Stunden/Woche	2
10 Stunden/Woche	5
20 Stunden/Woche	10



**deap**



Beziehst Du Strom vollständig aus erneuerbarer Energie?

ja	0
nein	4




# Konsum



Wie viele technische Geräte stehen in Deiner Küche?

bis 3	0
bis 5	2
bis 10	5
über 10	7

80% 100% 100%



Reparierst Du defekte Geräte oder lässt sie reparieren?

ja, solange es möglich ist 0  
 ja, nur wenn sie noch relativ neu sind 2  
 nein 4

80% 100%



Wie oft kaufst Du Dir neue Kleidung?

selten, ich trage sie so lange wie möglich  
 immer nur wieder waschbar  
 trage ich sie bis zum letzten Nagel 0  
 1  
 2  
 3  
 4  
 5

80% 100%



Wie oft kaufst Du Dir ein neues Handy?

alle 10 Jahre	1
alle 4 Jahre	2
alle 2 Jahre	4
jedes Jahr	5

80% 100%



Vermeidest Du Produkte und Verpackungen aus Plastik?

immer	0
oft	3
manchmal	4
ist mir egal	5

80% 100%



Leihst Du Geräte aus oder teilst sie mit anderen, anstatt sie zu kaufen?

so oft es geht  
 nur spezielle Geräte 3  
 nein 4

80% 100%



Achtest Du auf Fair-Trade Produkte oder kaufst Du im Weltladen ein?

meistens	0
manchmal	1
nie	2

80% 100%



Verwendest Du Recyclingpapier?

meistens	0
manchmal	1
nie	2

80% 100%



# Ernährung

10 yellow footprint-shaped cards with illustrations and text, each featuring the 'dgab' logo and a small graphic icon.

**Card 1 (Top Left):** *Wie oft kaufst Du saisonales Obst und Gemüse?*  
 Illustration: Basket of seasonal produce.  
 Legend: immer 0, öfter mal 2, selten oder nie 3.  
 Icons: 80%, 100%, 100%

**Card 2 (Top Middle):** *Wie oft isst Du Milchprodukte wie Käse, Butter, Quark, ...?*  
 Illustration: Butter, cheese, and quark.  
 Legend: nie / sehr selten 0, gelegentlich 1, häufig 3, täglich 4.  
 Icons: 80%, 100%, 100%

**Card 3 (Top Right):** *Wie oft trinkst Du Leitungswasser anstatt gekaufter Getränke?*  
 Illustration: Water tap and glass.  
 Legend: immer 0, öfter mal 1, selten oder nie 2.  
 Icons: 100%, 100%

**Card 4 (Middle Right):** *Wie oft isst du Tiefkühlprodukte, Fertigmahlzeiten oder Konserven?*  
 Illustration: Frozen pizza and can.  
 Legend: ich koche immer frisch 0, einmal in der Woche 2, alle 2 bis 3 Tage 6, jeden Tag 10.  
 Icons: 80%, 100%, 100%

**Card 5 (Bottom Left):** *Wie oft isst Du Fleisch und Wurst?*  
 Illustration: Meat and sausage.  
 Legend: nie / sehr selten 0, ein- bis zweimal/Woche 2, drei- bis viermal/Woche 4, täglich 8.  
 Icons: 80%, 100%, 100%

**Card 6 (Bottom Middle-Left):** *Wie oft versorgst Du Dich mit Produkten aus Deiner Region?*  
 Illustration: Basket of local produce.  
 Legend: meistens 0, ab und zu 1, nie 2.  
 Icons: 80%, 100%, 100%

**Card 7 (Bottom Middle-Right):** *Achtest Du beim Kauf von Lebensmitteln auf diese Öko-Labels?*  
 Illustration: Various organic products.  
 Legend: meistens 0, ab und zu 1, nie 2.  
 Icons: 80%, 100%, 100%

**Card 8 (Bottom Right):** *Wie häufig wirfst Du Lebensmittel weg?*  
 Illustration: Food waste bin labeled '82 kg'.  
 Legend: nie/sehr selten 0, manchmal 1, öfter 2, fast täglich 4.  
 Icons: 80%, 100%, 100%

# Mobilität



**Wie kaufst Du ein?**

mit dem Fahrrad oder zu Fuß 0  
 mit Bus oder Bahn 1  
 mit dem Auto 3

DEAD



**Welches Auto fährst du?**

kein Auto 0  
 Elektroauto 3  
 Benzin/Diesel  
 - unter 5 l/100 km 3  
 - 5 bis 8 l/100km 5  
 - mehr als 8 l/100km 8

DEAD



**Wie oft bist Du in den letzten drei Jahren geflogen?**

Kurzstreckenflug Anzahl x 2  
 Mittelstreckenflug Anzahl x 4  
 Langstreckenflug Anzahl x 8

DEAD



**Wie bist Du in der Freizeit unterwegs?**

mit dem Fahrrad oder zu Fuß 0  
 mit Bus oder Bahn 4  
 mit dem Auto 12

DEAD



**Wie oft setzt Du Dein Auto als Eltern-Taxi ein?**

nie 0  
 ab und zu 3  
 regelmäßig 6

DEAD



**Wie kommst Du zur Arbeit, Schule oder Ausbildung?**

mit dem Fahrrad oder zu Fuß 0  
 mit Bus oder Bahn 3  
 in Fahrgemeinschaften 4  
 mit dem Auto (allein) 8

DEAD



**Wie viele Kreuzfahrten hast Du in den letzten drei Jahren unternommen?**

keine 0  
 4-Tages Reise Anzahl x 2  
 7-Tages Reise Anzahl x 4  
 14-Tages Reise Anzahl x 8

DEAD



**Falls Du ein Auto besitzt: Wie schnell fährst Du auf Autobahnen?**

höchstens 120 km/h 2  
 höchstens 140 km/h 4  
 schneller als 140 km/h 6

DEAD



# Die ökologischen Fußabdrücke

## VARIANTEN

### Fußabdrücke für jede Gelegenheit!

Sind die Einsatzmöglichkeiten der vorgestellten Fußabdrücke bereits sehr vielfältig, so sind Sie mit den zusätzlichen Versionen für jede Situation und Gelegenheit bestens gewappnet. Diese Varianten sind nicht ausleihbar und müssen käuflich erworben werden.

#### Version 1: Bodenversion

Zu 100% recycelbar, für den Boden. Die 38 Fußspuren (37 cm x 60 cm), mit Verpackung, werden mit einem pädagogischen Konzept geliefert, das Hintergrundinformationen, Erklärungen und Einsatzmöglichkeiten aufzeigt. Auf der mitgelieferten Begleitkarte können die Punkte eingetragen und zusammengezählt werden. Diese Begleitmaterialien können auch unter [www.ruthdorner.de](http://www.ruthdorner.de) heruntergeladen werden. Einfache Reinigung durch feuchtes Abwischen und rutsch-hemmend. Liegt stabil am Boden und wird für öffentliche Räume und Messen empfohlen.

#### Version 2: Für den Tisch

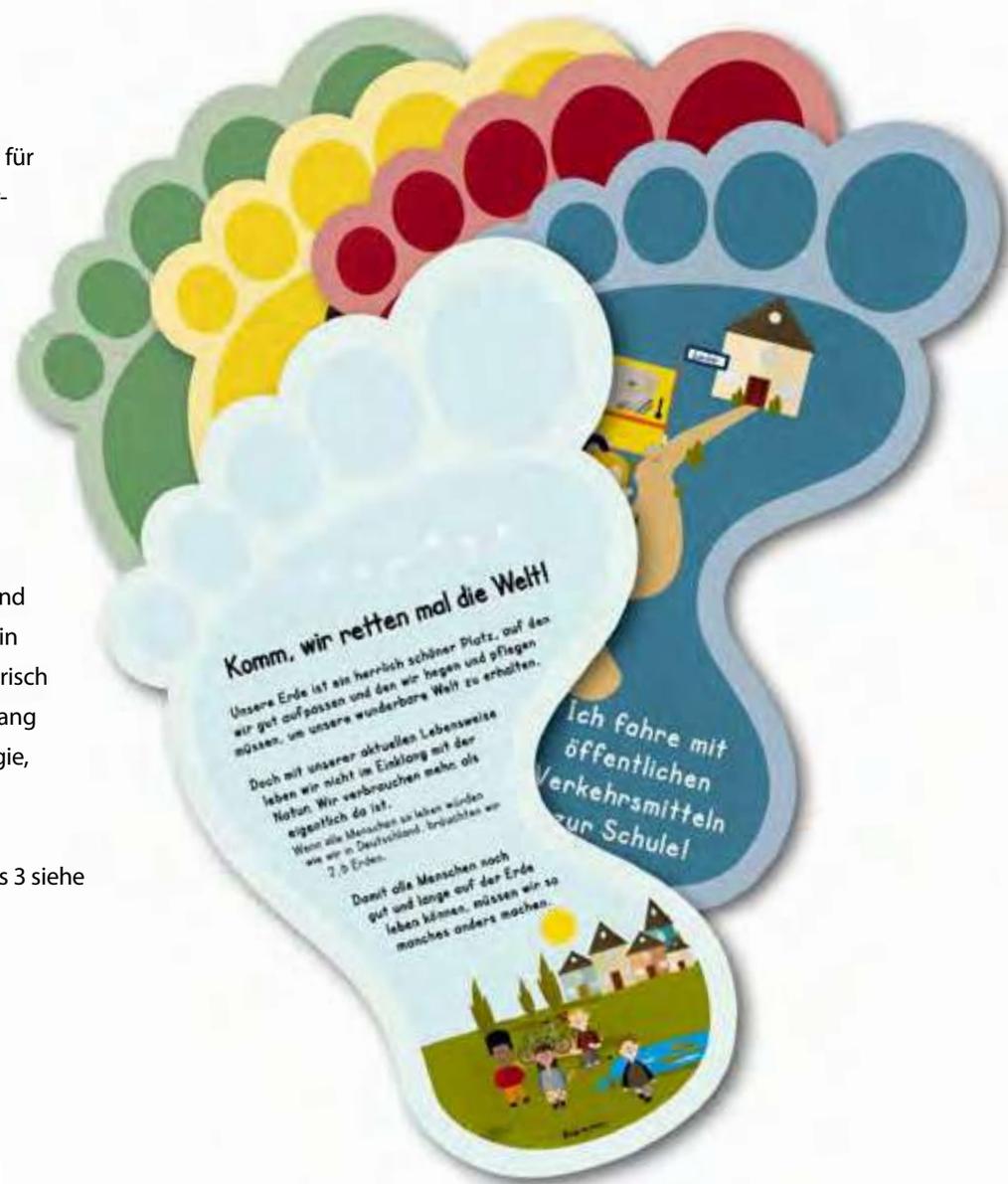
Die kleine Ausführung von Version 1 in der Größe von 20 cm x 30 cm ist für den Einsatz auf dem Tisch. Gedruckt auf einem leichten, abwaschbaren PVC-freien Material. Diese Fußspuren lassen sich gut in einer Aktentasche transportieren, sind aber nicht für den Einsatz auf dem Boden geeignet.

#### Version 3: Für die Grundschule

„Komm, wir retten mal die Welt!“ – für Aktionen in der Grundschule (Jahrgangsstufen 3 und 4)

Aufwändig und liebevoll gestaltetes Unterrichtsmaterial mit 26 Fußspuren als Bodenaufkleber im DIN A3 Format. Zum Set gehört ein pädagogisches Konzept, ein Aktionsheft und eine Muster-Urkunde für die Teilnehmer\*innen. Ideal für Projekt- und Themenwochen und dem Einsatz in Arbeitsgemeinschaften, um spielerisch einen verantwortungsvollen Umgang in den Bereichen Ernährung, Energie, Konsum und Mobilität zu lernen.

Bezugsadressen für Versionen 1 bis 3 siehe Seite 35.



## Leinenlos

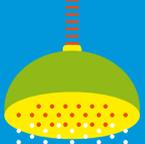


ENERGIESPARTIPP IM JULI

→ Besonders klimafreundlich trocknen Wäsche bei gutem Wetter auf der Leine. Draußen helfen Sonne und Wind, nasse Kleidung in Nullkommanichts kostenfrei zu trocknen. Bei trockenem und windigem Wetter funktioniert das sogar im Winter.

Ersparnis = ca. 110 € / Jahr

## Warmduscher

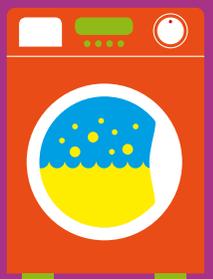


ENERGIESPARTIPP IM APRIL

→ Ein guter Wasserpaar-Duschkopf braucht nur halb so viel Wasser – bei gleichem Duschkomfort. Und beim Warmduschen brauchen Sie dazu auch nur halb so viel Energie für die Erwärmung des Wassers.

Ersparnis = ca. 90 € / Jahr

## Schleuderkurs



ENERGIESPARTIPP IM MÄRZ

→ Bei gering verschmutzter Wäsche reichen Waschttemperaturen um 30 °C vollkommen aus. Kaltaktive Waschmittel reinigen sogar bei noch geringeren Temperaturen. Auch auf die Vorwäsche kann meist verzichtet werden.

Ersparnis = ca. 130 € / Jahr

## Pumpstation



ENERGIESPARTIPP IM OKTOBER

→ Manometer – Heizanlagen mit alten Umwälzpumpen sind ganz schön stromfresser. Dabei verbrauchen Hochleistungs-pumpen oft weniger als ein Fünftel des Stromes. Ein Tausch der Pumpe lohnt sich meist schon nach wenigen Jahren, auch wenn die alte Pumpe noch funktioniert.

Ersparnis = ca. 150 € / Jahr

© ÖkoMedia GmbH

## Dampf ablassen



ENERGIESPARTIPP IM SEPTEMBER

→ Heizkörper sollten mindestens zwei Mal im Jahr, vor allem zu Beginn der Heizperiode, entlüftet werden. Dafür drehen Sie die Entlüftungsschrauben auf und lassen Luft entweichen bis Wasser austritt. So sparen Sie bares Geld dank weniger Energieverbrauch.

Ersparnis = ca. 25 € / Jahr

## Heißer Ofen

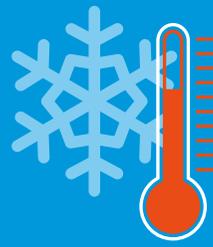


ENERGIESPARTIPP IM FEBRUAR

→ Auch wenn auf der Packung oft etwas anderes steht: Bei den meisten Gerichten können Sie auf das Vorheizen verzichten und dadurch bis zu 20 Prozent Energie einsparen. Außerdem können Sie den Backofen bereits 5 bis 10 Minuten vor Ende der Backzeit abschalten und die Restwärme nutzen.

Ersparnis = ca. 10 € / Jahr

## Cooler K(n)opf



ENERGIESPARTIPP IM AUGUST

→ Im Kühlschrank muss kein Frost und in der Gefriertruhe keine arktische Kälte herrschen. 7 °C im Kühlschrank sowie -18 °C im Gefriergerät reichen völlig aus. Bilden sich Eisanschichten auf der Geräteeinwand, ist Abtauen dringend nötig, da sonst der Stromverbrauch enorm steigt. Übrigens: Ein modernes A++-Gerät benötigt gegenüber einem Kühlschrank der Klasse A+ etwa nur halb so viel Strom.

Ersparnis = ca. 35 € / Jahr

## Helles Köpfchen



ENERGIESPARTIPP IM DEZEMBER

→ In vielen Haushalten finden sich noch alte Stromfresser. Besser beleuchten Sie Ihre Räume mit energieeffizienten LED-Lampen. Der höhere Anschaffungspreis amortisiert sich teilweise schon innerhalb eines Jahres durch die eingesparten Energiekosten. Bei Weihnachtsbäumen ist der Einsatz von LED-Lampen schon selbstverständlich.

Ersparnis = ca. 80 € / Jahr

## Prima Klima

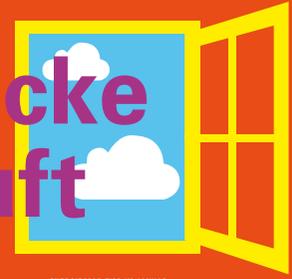


ENERGIESPARTIPP IM NOVEMBER

→ Öfter mal rumdrehen! Zahlreiche Raumtemperaturen sind nicht nur ungesund und steigern die Gefahr von Erkältungen, sondern kosten auch unnötig Energie und Geld. Pro Grad weniger Raumtemperatur sparen Sie 3-6 % Ihrer Heizkosten. Die ideale Temperatur für Wohn- und Arbeitsräume liegt bei 20 °C; im Küche- oder Schlafzimmer auch weniger.

Ersparnis = ca. 150 € / Jahr

## Dicke Luft

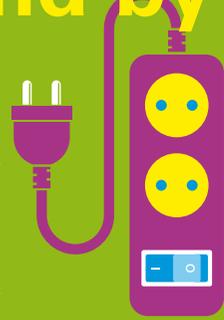


ENERGIESPARTIPP IM JANUAR

→ Gegen dicke Luft im Zimmer und im Geldbeutel hilft richtiges Lüften. Anstatt Fenster im Winter länger Zeit nur zu kippen, sollten Sie besser zwe- bis dreimal täglich die Fenster weit öffnen und 5 bis 10 Minuten stoßlüften. Drehen Sie dabei die Heizkörperventile zurück, um unnötig hohe Wärmeverluste zu vermeiden.

Ersparnis = ca. 50 € / Jahr

## Bye-bye Stand-by



ENERGIESPARTIPP IM JUNI

→ Elektrogeräte in Wartestellung verbrauchen in Deutschland jährlich völlig nutzlos mehr als 22 Milliarden Kilowattstunden. Mit einem einfachen Trick lässt sich der Stand-by-Verlust vermeiden: Ziehen Sie direkt nach Gebrauch den Stecker oder verwenden Sie Steckdosenleisten mit Kippschalter.

Ersparnis = ca. 125 € / Jahr

## Unterm Deckel



ENERGIESPARTIPP IM MAI

→ Die dampfende Spindel in der Küche – wer mit Deckel auf dem Topf kocht und die passende Herdplatte wählt, kann bis zu zwei Drittel Energie sparen. Auch sollten Sie die Herdplatte rechtzeitig abschalten und die Restwärme nutzen.

Ersparnis = ca. 58 € / Jahr

# Die ökologischen Fußabdrücke

## DIE AKTION ZUM ERFOLG FÜHREN

Wir empfehlen die Passant\*innen, Besucher\*innen anzusprechen und sie zu motivieren, ihren individuellen ökologischen Fußabdruck zu ermitteln. Die aktive Ansprache erhöht die Bereitschaft mitzumachen.

Zwei Teams begleiten die Teilnehmenden am Anfang und am Ende des Parcours.

Das Team der Anfangsstation informiert die Passant\*innen, worum es geht und versorgt sie mit Laufzetteln, (Klemmbrettern) und Stiften.

**Tipp:** Verschanzen Sie sich nicht hinter einem Infotisch. Sprechen Sie die Menschen an, die neugierig die Fußabdrücke betrachten.

Das Team an der letzten Station bespricht mit den Teilnehmenden ihr Ergebnis und gibt weiterführende Informationen für einen nachhaltigen Lebensstil mit.

**Tipp:** Erheben Sie keinen Vorwurf und predigen Sie nicht Verzicht, sondern stellen Sie Fragen oder überlegen Sie, was an Lebensqualität gewonnen werden kann.

## Erkenntnis vertiefen – Handlungsmöglichkeiten eröffnen

Die meisten Teilnehmer\*innen werden bei der Berechnung ihres ökologischen Fußabdrucks feststellen, dass sie mehr als eine Erde nutzen. Nun gilt es, Handlungsmöglichkeiten zu eröffnen und die Menschen zu ermutigen, selber aktiv zu werden und ihren Lebensstil und Konsum zu verändern.

### 1. VERBRAUCHERTIPPS UND INFORMATIONEN AUSHÄNDIGEN

Im HeldeNI!-Shop der Geschäftsstelle Nachhaltigkeitsstrategie des Ministeriums für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft Baden-Württemberg können Sie eine Vielzahl verschiedener Materialien für Ihre Aktionen und Projekte kostenlos bestellen (nur solange der Vorrat reicht): von BäckertüteNI! über Stofftaschen, Aufkleber, dem HeldeNI!-Tütle bis zu spannenden Info-Broschüren aus der Reihe „Gut zu wissen“.



[www.nachhaltigkeitsstrategie.de/service/helden-shop](http://www.nachhaltigkeitsstrategie.de/service/helden-shop)

Es sind mehrere Broschüre dabei, die Ihr nachhaltiges Engagement noch sichtbarer machen können.

Wie zum Beispiel:

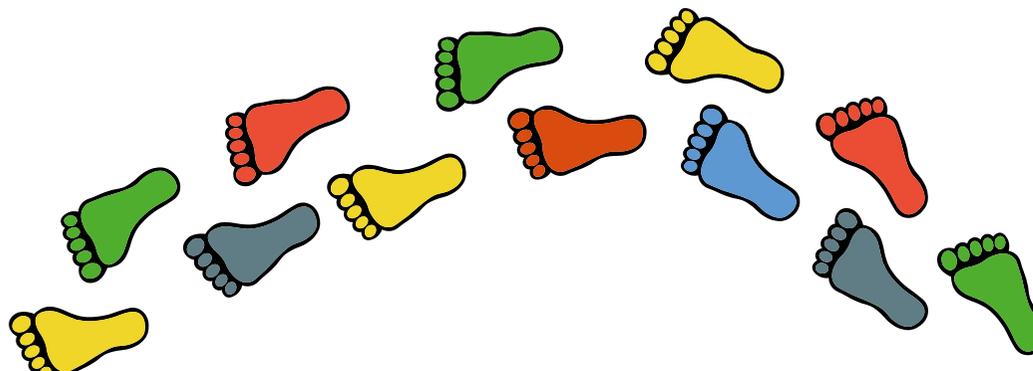
### Das Klima-Sparbüchle – Kleine Tipps für große Klima-Helden!

„Jede Tat zählt.“ ermutigt das Klima-Sparbüchle. Übersichtlich und informativ wird die Bedeutung von Klimawandel, CO<sub>2</sub>-Ausstoß und die Bedeutung der Bäume dargestellt. Es folgen 16 Tipps für ein besseres Klima in den Bereichen Energie, Konsum, Ernährung, Mobilität. Dies entspricht den Themen der Ökologischen Fußabdrücke.



© ÖkoMedia GmbH

**Tipp:** Bitte denken Sie daran, die Materialien rechtzeitig im Vorfeld ihrer Aktion zu bestellen mit einem Hinweis, wofür Sie die Broschüren und Flyer benötigen.



# Erfahrungsbericht

## Nachhaltiger Warenkorb – Ratgeber für umweltbewussten und sozialen Konsum

„Nachhaltig konsumieren ist heute schon möglich“, so lautet die Botschaft des Nachhaltigen Warenkorbes von RENN.süd. Das umfangreiche Online-Angebot sowie zahlreiche Print-Materialien zeigen nachhaltige Konsumalternativen auf und liefern unabhängige Informationen zu Siegeln und Produktkennzeichnungen.

Zum Verteilen und Präsentieren geeignet:



Flyer: „Der Nachhaltige Warenkorb“ – Überblick zum umfangreichen Angebot des Nachhaltigen Warenkorbes.

Download: [www.nachhaltiger-warenkorb.de/material](http://www.nachhaltiger-warenkorb.de/material)

## 2. DER GRIFF IN DIE GLASKUGEL

Die Teilnehmenden können sich in der Kategorie, in der sie „am schlechtesten“ abgeschnitten haben, einen Tipp aus der Nachhaltigkeits-Kugel holen. Dafür eine Glaskugel mit Zettelchen mit Tipps in den Farben der vier Kategorien Ernährung, Energie, Konsum, Mobilität füllen.

Anregungen für Tipps finden Sie in der Zusammenstellung von



Melanie Ehrlich vom Bolivianischen Kinderhilfswerk (Download unter [www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruicke](http://www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruicke)), im Klima-Sparbüchle oder Energiesparkalender.

(Idee: Melanie Ehrlich, Bolivianisches Kinderhilfswerk e.V.)

*Wir haben am Wochenende bei dem „Zirkus Mutter Erde“-Festival 2019 auf dem Berger Festplatz/Stuttgart teilgenommen.*

*Der kleine Parcours begann an unserem Stand, die Füße haben wir wie empfohlen mit beidseitigem Klebeband am Boden ausgelegt (Rückmeldung eines 8-jährigen Jungen, der uns geholfen hat, die Füße am Abend wieder abzumachen: „das Klebeband ist aber auch Umweltverschmutzung!!“ (Prinzip verstanden!) Am Ende gab es eine kleine Fußwäsche und des nachts zurück in die Kiste.*

*Das Ganze war ein Eye-Catcher, die Leute sind stehen geblieben und wir haben sie dann gleich mit Stift und Ausfüllzettel versorgt. Oft haben sich die Teilnehmenden schon während dem Beantworten der Fragen rege über die einzelnen Punkte ausgetauscht. Nach Beenden des Parcours haben wir sie wieder an unseren Stand zurückgelotst, damit sie sich in der Kategorie, wo sie „am schlechtesten“ abgeschnitten haben, einen Tipp aus der Nachhaltigkeits-Kugel holen konnten (Glaskugel mit kleinen Zettelchen gefüllt, Farbe entsprechend der Kategorie). Dadurch konnte man super ins Gespräch kommen mit den Leuten und das Gespräch in vielen Fällen auch auf das*

*Bolivianische Kinderhilfswerk, Nachhaltigkeit als Thema in unserem Büroalltag bis hin zum Thema Auswirkungen unseres Handelns im globalen Norden auf den globalen Süden lenken.*

*Ich denke ohne den Fußabdruck hätten wir nicht so viel Aufmerksamkeit bekommen. Viele Leute fanden es richtig toll und bedankten sich.*

*Wir konnten beobachten, dass sich eigentlich alle Leute mit denen wir sprachen schon sehr viel Gedanken machen, über Mobilität, Essen und Einkaufen und höchst selbstkritisch waren bzw. manches Mal auch desillusioniert „Wir machen doch schon so viel“. Sicherlich hat das auch mit dem Festival an sich zu tun, wo sehr viele alternative Menschen zu finden waren, die nicht das erste Mal mit dem Thema in Kontakt waren. Die meisten berichteten, dass sie beruflich mit dem Auto oder Flieger regelmäßig unterwegs sind und dadurch ihre Bilanz ziemlich schlecht ist, das Thema Konsum und Ernährung war ebenfalls ein Knackpunkt.*

*Melanie Ehrlich, Bolivianisches Kinderhilfswerk*

# Die ökologischen Handabdrücke

## ÖKOLOGISCHER HANDABDRUCK – MEIN BEITRAG ZÄHLT!

Während der Ökologische Fußabdruck über den eigenen Ressourcenverbrauch zum Nachdenken anregen soll, steht der Ökologische Handabdruck für das Handeln gegen den übermäßigen Verbrauch.

Der Ökologische Handabdruck stellt das Handeln in den Vordergrund und ist ein Maß dafür, was jede\*r von uns und wir gemeinsam tun können, um das Gleichgewicht zwischen Konsum und globalen Kapazitäten wieder herzustellen.

Die positiven Auswirkungen von Klimaschutz müssen sichtbar und erzählbar gemacht werden. Auch wenn Informationen über Klimasünden wichtig sind, muss mehr Optimismus in die Klimaschutz-Debatte einkehren.

Der Ökologische Handabdruck will

-  keine Zielvorgaben setzen, sondern Wege aufzeigen
-  Anregungen in Richtung Nachhaltigkeit anbieten
-  motivieren, Einfluss zu nehmen
-  möglichst viele Gruppen zum Mitmachen animieren
-  Modelle entwickeln, um Lebensstile zu verändern
-  Menschen ermutigen, Strukturen zu verändern

### Version 1

Diese Ausstellung besteht aus 35 Plakaten im DIN A2-Format. Die Plakate können beispielsweise als Dauerausstellung in einer Schule, einem Rathaus, einem Unternehmen thematisch gruppiert und auf mehrere Räumlichkeiten verteilt präsentiert werden.

### Version 2

Diese Ausstellung besteht aus 35 Plakaten im DIN A3-Format. Es besteht die Möglichkeit auf jedem Plakat oben links oder oben rechts das eigene Logo einzufügen.



### Version 3

Diese Ausstellung für den Tisch besteht aus 18 Aufstellern in DIN A5 Format beidseitig bedruckt. Geeignet ist diese Ausstellung auch für Konferenzen oder Tagungen. Auf niederschwellige Art und Weise können hier positive Botschaften gesendet werden.

Die Auflage 2023 des Ökologischen Handabdrucks ist verfügbar.

# Einführung

# Mobilität

# Konsum



# Ernährung



# Energie



# Begleitaktionen

Die Ökologischen Fußabdrücke müssen nicht für sich allein stehen. Ergänzend können verschiedene Begleitaktionen angeboten werden, die die Aufmerksamkeit auf die Fußabdrücke lenken oder Inhalte zusätzlich vertiefen. Hierzu liefern wir ein paar Ideen.

## Die Pinguine kommen

Die Pinguin-Aktion war bereits auf der Fair Handeln Messe erfolgreich. Als Pinguin verkleidete Personen machten auf die Fußabdruck-Aktion aufmerksam oder dienten als Fotomotiv. Die Pinguine können auch als Träger\*innen von politischen Botschaften dienen, indem sie Plakate mit Sprüchen wie „Lieber Eis als heiß“ oder „Es gibt keinen Planeten B“ tragen.



Magdalena Esche Muguurza

## Pinguine schminken

Diese Aktion stellt eine gute Möglichkeit dar, auch Kinder und Familien anzusprechen. Während die Kinder geschminkt werden, bietet sich für die Eltern die Möglichkeit mehr über ihren ökologischen Fußabdruck zu erfahren.

## Pinguine basteln

Während des Bastelns der Papier-Pinguine konnte in lockerer Atmosphäre über Klimagerechtigkeit gesprochen werden.

Bastelanleitung zum Download unter:



[www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruecke](http://www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruecke)



© Jan Potente



© Birgit Lieber

## Quiz Klimagerechtigkeit

Auch das Klima-Quiz wurde auf der Fair Handeln Messe durchgeführt und hat viel Aufmerksamkeit von Messe-Besucher\*innen erfahren. Beim Beantworten der Quiz-Fragen konnten Erwachsene und Kinder spielerisch ihr Wissen zum Thema Klimagerechtigkeit testen und vertiefen. Klimaquiz zum Download unter:



[www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruecke](http://www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruecke)

Der DEAB e.V. vermittelt Referent\*innen, die die Fußabdruck-Aktion anleiten oder ergänzende Workshops anbieten können.



Mehr Infos finden Sie auf:  
[www.deab.de/service/referentinnen/](http://www.deab.de/service/referentinnen/)

## Begleitaktionen

### Die Ausstellung „Glänzende Aussichten“ von Misereor

Die Ausstellung umfasst 99 Karikaturen zu Themen wie Lebensstil, Konsum, Klimawandel und Gerechtigkeit. Auf witzige, verblüffende und manchmal auch erschreckende Weise regen die Karikaturen zum Nachdenken an über die Abgründe unseres individuellen Verhaltens, aber auch über die großen weltpolitischen Zusammenhänge.

Die zwei Versionen der Ausstellung (gerahmte Version und Version auf Dibondplatten gedruckt) können auf Anfrage kostenlos entliehen werden.

Weiterführende Informationen über die Ausstellung, die genauen Ausleihbedingungen sowie das notwendige Kontaktformular finden Sie auf:



[www.misereor.de/mitmachen/ausstellungen/karikaturenausstellung](http://www.misereor.de/mitmachen/ausstellungen/karikaturenausstellung)



NEL – Ioan Cozacu / Plakat zu der Ausstellung „Glänzende Aussichten“ von MISEREOR

## Handlungsoptionen

### Kleine Maßnahme – große Wirkung

Ob als Weltladen, Schule, Jugendverband oder Unternehmen, Sie können als „Klima-Pionier“ mit gutem Beispiel voran gehen und andere inspirieren, um ihre Stadt und ihre Gemeinde gemeinsam klimafreundlicher zu gestalten.

### Mit eigener Klimabilanz punkten!

#### BEISPIEL 1: WELTLADEN FILDERTSTADT

Über den CO<sub>2</sub>-Rechner auf der Internetseite „Klima-Kollekte“ ermittelte das Weltladen-Team den eigenen ökologischen Fußabdruck, den ihr Weltladen hinterlässt. Das Ergebnis: Rund 4,8 Tonnen Kohlendioxid-Ausstoß verursachte die Arbeit des Weltladens im Jahr 2021. Die Heizung und die Fahrten der Mitarbeiter\*innen zu den Ladendiensten und -treffen schlagen dabei besonders zu Buche. Der Verein spendet daher in einen Kompensationsfonds, mit dem Klima-Ausgleichsprojekte im Globalen Süden finanziert werden.



Infos zur Klima-Kollekte  
[www.klima-kollekte.de](http://www.klima-kollekte.de)

### Stromanbieter wechseln

Wählen Sie einen Anbieter der möglichst zu 100% auf regenerativen, grünen Strom setzt und auf jeden Fall „Kohlestrom“ ausschließt.

### Eigene Beschaffung

Vom Toilettenpapier bis zum Kaffee, überprüfen Sie ihre eigenen Bezugsquellen und stellen Sie auf klimafreundliche Produkte aus Fairem Handel und von regionalen Anbietern um.

### Gemeinschaftsrad für Mitarbeiter\*innen

Gestalten Sie möglichst viele Gänge autofrei. Stellen Sie dazu beispielsweise Ihren Mitarbeiter\*innen ein kostenloses Gemeinschaftsrad – auch für private Besorgungen – zur Verfügung. (Beispiel 2)

### Refill-Station werden

Bei einer Refill-Station kann jede(r) kostenlos frisches Leitungswasser nachfüllen. Ein Aufkleber an der Ladentür



weist auf diesen einfachen Service hin.

Infos unter

[www.refil-deutschland.de](http://www.refil-deutschland.de)

### Unverpackte Produkte anbieten

Wo sinnvoll, bieten Sie offene Produkte z.B. der Fairhandelsorganisationen, an. Das spart Verpackung, Energie und nebenbei Kosten für Sie und Ihre Kund\*innen.



© Birgit Metzdorf

### BEISPIEL 2: BANANOLOGEN HERRENBERG

Immer öfter rollen die „Bananologen“ aus Herrenberg mit diesem klug ausgestatteten, mobilen Informationsstand zu ihren Bildungsveranstaltungen und Aktionen, z.B. in Schulen und Kindergärten, an. Im bequem fahrbaren E-Lastenrad, das sich im Besitz des Weltladens befindet, können bis zu 100 kg Gewicht zugeladen werden und mit wenigen Handgriffen verwandelt es sich zu einem attraktiven Info- oder Marktstand.

### Schenk- und Tauschpartys in oder vor den eigenen Räumen organisieren

Mit einer kleinen Ecke im Eingangsbereich oder einem Tisch vor dem Laden lassen sich auch ohne großen Aufwand regelmäßige Tauschaktionen in den Alltag integrieren.

### Orientierung im Label-Labyrinth



Die Christliche Initiative Romero (CIR) hält für Konsument\*innen einen Wegweiser durch das Label-Labyrinth bereit.

[www.ci-romero.de/labelchecker/](http://www.ci-romero.de/labelchecker/)

### Öko-faire Beschaffungen anregen

Kommunen, Kirchengemeinden, Kindergärten, Schulen, Altersheime, Vereine usw. geben jährlich viele Milliarden für Produkte aus. Wenn sie für eine nachhaltige öko-faire Beschaffung in ihrem Einkaufs- und Vergabewesen bei Arbeits- und Sportkleidung, Lebensmitteln, Kaffee, Büromaterialien, Computern, Grabsteinen und vielen anderen Produkten gewonnen werden können, bilden sie eine wirksame Verbrauchermacht. [www.kompass-nachhaltigkeit.de/](http://www.kompass-nachhaltigkeit.de/) und [www.wir-kaufen-anders.de](http://www.wir-kaufen-anders.de)



### Handys sammeln

Organisieren Sie für Ihren Weltladen oder Ihre Einrichtung eine Handysammelaktion. Sammeln Sie gebrauchte Handys und führen Sie sie über die Handy-Aktion Baden-Württemberg dem fachgerechten Recycling zu! Sie tragen damit dazu bei, dass wertvolle



Metalle dem Rohstoffkreislauf zugeführt werden und unterstützen Bildungsprojekte im Ost-Kongo, Äthiopien und Uganda. [www.handy-aktion.de/](http://www.handy-aktion.de/)



# Ausleihadressen

**Eine Welt-Regionalpromotor\*in für Breisgau-Hochschwarzwald, Waldshut, Lörrach, Emmendingen und Freiburg**

Eine Welt Forum Freiburg e.V.  
Wilhelmstr. 24a, 79098 Freiburg  
Telefon: 0761 20258275  
E-Mail: [regio@ewf-freiburg.de](mailto:regio@ewf-freiburg.de)

**Eine Welt-Regionalpromotor\*in Neckar-Odenwald-Kreis, Rhein-Neckar-Kreis, Heidelberg und Mannheim, nördlicher Landkreis Karlsruhe**

Eine-Welt-Zentrum Heidelberg e.V.  
Willy-Brandt-Platz 5  
69115 Heidelberg  
Telefon: 06221 6527-552  
E-Mail: [region@eine-welt-zentrum.de](mailto:region@eine-welt-zentrum.de)

**Sylvia Holzhäuer-Ruprecht**

**Eine Welt-Regionalpromotorin für die Region Baden-Baden, Calw, Enzkreis, Freudenstadt, Karlsruhe, Ortenaukreis und Pforzheim**

SIMAMA - STEH AUF e.V.  
Eyachstraße 21  
76307 Karlsbad  
Telefon: 0160 7881941  
E-Mail: [info@simama-stehauf.de](mailto:info@simama-stehauf.de)

**Heide Öchslen**

**Eine-Welt-Regionalpromotorin Kreis Schwäbisch Hall, Stadt und Kreis Heilbronn, Hohenlohekreis, Main-Tauber-Kreis**

Nachhaltige Entwicklung SDGs e.V.  
Hohenloherstr. 1 (am Frankenplatz)  
74592 Kirchberg an der Jagst  
Mobil 0157 77631148  
E-Mail: [heide.oechslen@gmail.com](mailto:heide.oechslen@gmail.com)

**Johannes Lauterbach**

**Eine Welt-Regionalpromotor Kreis Reutlingen, Kreis Tübingen, Kreis Böblingen, Kreis Ludwigsburg, Rems-Murr-Kreis, Esslingen**

Colibri e.V.  
Nauklerstraße 13  
72074 Tübingen  
Telefon: 07071 255609  
E-Mail: [j.lauterbach@initiative-colibri.org](mailto:j.lauterbach@initiative-colibri.org)

**Monika Sarkadi**

**Eine Welt-Regionalpromotorin Zollernalbkreis, Kreis Tuttlingen, Kreis Konstanz, Schwarzwald-Baar-Kreis, Kreis Rottweil**

International Solar Energy Research Center  
Konstanz, ISC Konstanz e.V.  
Rudolf-Diesel-Str. 15  
78467 Konstanz  
Telefon: 07531 36183402  
E-Mail: [monika.sarkadi@isc-konstanz.de](mailto:monika.sarkadi@isc-konstanz.de)

**Eine-Welt-Regionalpromotor\*in für die Landkreise Bodenseekreis, Ravensburg, Sigmaringen und Biberach**

Eine Welt Friedrichshafen e.V.  
Schanzstraße 4  
88045 Friedrichshafen  
Telefon: 07541 33093  
E-Mail: [info@weltladen-fn.de](mailto:info@weltladen-fn.de)



**Simone Schliemann**

**Eine Welt-Regionalpromotorin Ulm, Alb-Donau-Kreis,  
Kreis Göppingen, Ostalbkreis, Kreis Heidenheim**

Ulmer Volkshochschule  
Kornhausplatz 5  
89073 Ulm  
Telefon: 0731 153036  
E-Mail: [einewelt@vh-ulm.de](mailto:einewelt@vh-ulm.de)

**Elena Muguruza**

**Eine Welt-Fachpromotorin Fairer Handel**

DEAB  
Vogelsangstr. 62  
70197 Stuttgart  
Telefon: 0711 2207977  
E-Mail: [elena.muguruza@deab.de](mailto:elena.muguruza@deab.de)

**Marie-Luise Zaiß**

**RENN.süd**

c/o Nachhaltigkeitsbüro der Landesanstalt  
für Umwelt Baden-Württemberg  
Griesbachstraße 1  
76185 Karlsruhe  
Telefon: 0721 5600-1277  
E-Mail: [Marie-Luise.Zaiss@lubw.bwl.de](mailto:Marie-Luise.Zaiss@lubw.bwl.de)

**RENN.süd**

c/o Landesnetzwerk Bürgerschaftliches  
Engagement Bayern e.V.  
Sandstraße 1  
90443 Nürnberg  
Telefon: 0911 81 01 29 21  
E-Mail: [sued@renn-netzwerk.de](mailto:sued@renn-netzwerk.de)

**Welthaus Stuttgart e.V.**

Charlottenplatz 17  
70173 Stuttgart  
Telefon: 0711 315 163-48  
E-Mail: [koordination@welthaus-stuttgart.de](mailto:koordination@welthaus-stuttgart.de)

**Verein für eine gerechte Welt e.V.**

Fellbacher Weltladen  
Seestraße 4  
70734 Fellbach  
Telefon: 0711 582264  
E-Mail: [info@fellbacherweltladen.de](mailto:info@fellbacherweltladen.de)

**EPiZ im Arbeitskreis Eine Welt Reutlingen e.V.**

Wörthstraße 17  
72764 Reutlingen  
Telefon: 07121 9479980  
E-Mail: [info@epiz.de](mailto:info@epiz.de)



Download der Adressliste unter:  
[www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/  
oekologische-fussabdruecke](http://www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruecke)

## Politisch handeln!



**Unsere Anregungen und Beispiele der sozialen Bewegungen im Globalen Süden dazu:**

### „Die Organisation als Rückgrat des Lebens“

„Organizarse es Vida“ ist das Motto, das die Arbeit vieler unserer Partner\*innen im Globalen Süden, vor allem in Lateinamerika, begleitet. „Organizarse es Vida“ übersetzen wir von Spanisch ins Deutsche mit „Die Organisation als Rückgrat des Lebens“. Mit ihren Organisationen arbeiten sie für die vollständige Einhaltung der Menschenrechte, für den Umweltschutz usw. Dadurch möchten sie „mehr Demokratie wagen“. Durch die Arbeit in ihren Organisationen werden die Menschen krisenfest. Die Coronakrise zeigt das deutlich.

Die Organisationen ermöglichen die Durchsetzung von Schutzmaßnahmen, die Solidarität miteinander sowie die notwendige Versorgung. Wer organisiert ist, kann sich gegen die Pandemie und ihre Folgen besser schützen. Innerhalb ihrer Organisationen teilen die Bürger\*innen den Sinn für Gerechtigkeit und Einhaltung der Menschenrechte, und dies ermöglicht ihnen, sich zu beteiligen, zu überlegen, zu diskutieren und darüber zu entscheiden, was sie machen sollen, um das Ziel der Gerechtigkeit und die vollständige Einhaltung der Menschenrechte zu erreichen. Außerdem ermöglicht die Organisation die politische Teilhabe der Bürger\*innen. Durch die politische Teilhabe beeinflussen die Bürger\*innen politische Prozesse und ihre Ergebnisse.

Aus gutem Grund zielen die Ökologischen Fußabdrücke auf die Verantwortung jeder und jedes Einzelnen von uns ab und zeigen alltägliche Handlungsspielräume auf. Als Individuen können wir unseren Konsum und unser Handeln klimabewusster gestalten und in der Summe damit enorm viel bewirken.

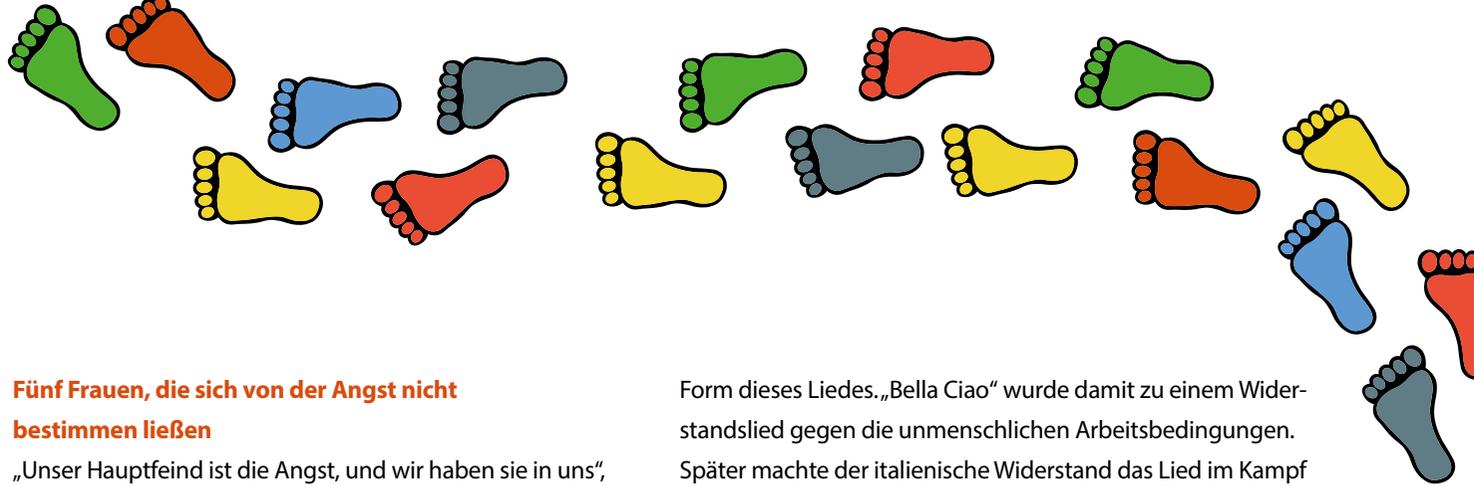
Trotz dieser „Macht der Verbraucher\*innen“ können und dürfen wir die Politik nicht aus Ihrer Verantwortung entlassen, denn viele Ursachen des Klimawandels sind strukturell bedingt und müssen in größeren Zusammenhängen betrachtet und gelöst werden.

Durch den Einsatz der Ökologischen Fußabdrücke tragen Sie als Akteur dazu bei, die Notwendigkeit für wirksameren Klimaschutz im öffentlichen Bewußtsein zu festigen – eine wichtige Voraussetzung für politisches Handeln und die notwendige Neugestaltung unseres Wirtschaftens.

Noch wirkungsvoller ist Ihr Engagement, wenn Sie den Einsatz der Ökologischen Fußabdrücke gezielt mit der Ansprache von Mandatsträger\*innen, Parteien und Medien verbinden oder bei Aktivitäten, die auf die politische Dimension zielen, integrieren.

**„Ich habe gelernt, dass man nie zu klein dafür ist, einen Unterschied zu machen.“**

*Greta Thunberg*



### **Das einzige was uns übrig bleibt, ist die Straße**

Viele soziale Bewegungen auf der ganzen Welt haben in ihrer Arbeit für Gerechtigkeit, für die vollständige Einhaltung der Menschenrechte, für den Umweltschutz usw. die Erfahrung gemacht, dass sie durch große Kundgebungen ihre Ziele erreichen konnten. Gerechtere bzw. demokratische Strukturen in den Ländern des Globalen Südens wurden durch die Erfolge ihrer Proteste bzw. durch aktive politische Handlung erkämpft und erreicht.

### **Töpfe als Zeichen des Widerstands**

Es ist bekannt, dass Demonstrant\*innen ihre Unzufriedenheit durch Lärm zum Ausdruck bringen. Zum Beispiel durch die Benutzung von Trillerpfeifen oder durch das Zusammenschlagen von Töpfen oder Pfannen. Die Demonstranten können auf die Straße gehen und sich an einem bestimmten Ort zusammenfinden oder von zu Hause aus teilnehmen, um so ein hohes Maß an Teilnahme an dem Protest zu erreichen. Nach mehreren Jahren der Diktatur von Augusto Pinochet (1973 bis 1990) eignete sich die soziale Bewegung in Chile diese Form des Protests an. In dieser Zeit riskierte sein Leben, wer auf der Straße zu protestieren versuchte. Anstelle dieser Art der Proteste wurden die „Proteste mit den Töpfen“ durchgeführt. Diese Proteste fanden innerhalb der Häuser statt. Dann ließen immer mehr Menschen im ganzen Land bis spät in die Nacht die Töpfe erklingen, bis die Diktatur Pinochets zu Ende ging.

### **Fünf Frauen, die sich von der Angst nicht bestimmen ließen**

„Unser Hauptfeind ist die Angst, und wir haben sie in uns“, sind die Worte von Domitila Barrios, einer bolivianischen Minenarbeiterin. Im Dezember 1977 saß sie mit vier weiteren Frauen auf einer Bank auf dem Hauptplatz der Stadt La Paz in Bolivien. Sie trugen Schilder bei sich mit der Aufschrift: „Wir kamen aus den Minen, wir befinden uns im Hungerstreik, bis die Militärdiktatur fällt“. Die Passant\*innen und andere Leute machten sich über sie lustig, als sie vorbeikamen und sagten: „Als ob fünf Frauen eine Militärdiktatur besiegen! Hahaha, was für ein Witz!“ Aber die Frauen zeigten eine tiefe Gelassenheit und blieben schweigend und geduldig dort. Bald waren es nicht mehr fünf Frauen sondern 50, dann 500, dann 5000, dann 50.000, dann eine halbe Million Bolivianer\*innen und immer mehr und mehr Menschen kamen dazu. Zusammen stürzten sie die Militärdiktatur von Hugo Bánzer. Warum? Weil die fünf Frauen sich nicht geirrt hatten. Wer sich geirrt hatte, war die Angst! (Quelle: Eduardo Galeano)

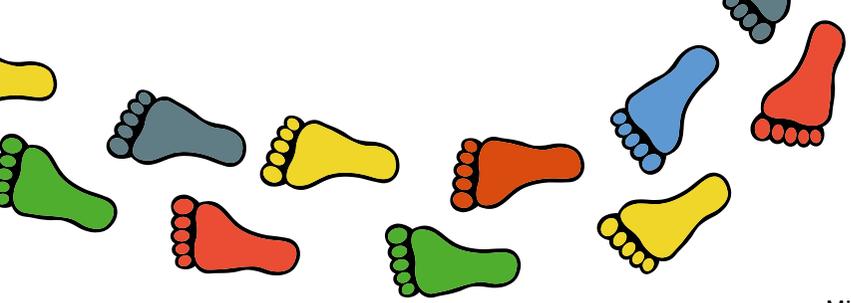
### **Singen für den Widerstand**

Mit Sicherheit kennen wir viele Lieder, die viele Proteste auf der Welt begleitet haben. Zum Beispiel „Bella Ciao“. Dieses Lied wurde Anfang des 20. Jahrhunderts von den norditalienischen Reisarbeiterinnen gesungen. Da die Arbeiterinnen bei der Arbeit nicht sprechen durften, kommunizierten sie in

Form dieses Liedes. „Bella Ciao“ wurde damit zu einem Widerstandslied gegen die unmenschlichen Arbeitsbedingungen. Später machte der italienische Widerstand das Lied im Kampf gegen die Nationalsozialisten bekannt. In Brasilien war das Lied „Calice“ eines der wichtigsten Lieder der Protestbewegung gegen die Militärdiktatur (1964-1985). „Das Lied Calice wurde verboten. Dieses Lied spielte mit den portugiesischen Wörtern für „cale se“ (halt die Klappe) und „Calice“ (Kelch). Außerdem versuchte das Lied unter dem Deckmantel eines biblischen Berichts über militärische Unterdrückung zu singen. Wegen des Verbots durften die Protestierenden das Lied nicht singen. Das einzige, was ihnen übrig blieb, war das Lied laut zu summen.

### **Protestbereit für ein gutes Klima**

Wie auch immer Sie die Forderungen nach Klimaschutz zum Ausdruck bringen wollen, eine wichtige Empfehlung unserer Partner\*innen und ihrer Organisationen ist, dass wir in Zeiten von Protesten immer bequeme Schuhe tragen und eine Trillerpfeife in der Handtasche haben sollten!



## Weitere Anregungen und Beispiele

### Greta Thunberg und Fridays for Future

Greta Thunberg zeigt, dass politischer Protest etwas verändern kann. Gretas Protest begann 2018, als sie die Tage mit einem Plakat vor dem schwedischen Parlament verbrachte anstatt in die Schule zu gehen. Aus diesem individuellen Protest ohne institutionelle Unterstützung hat sich eine internationale Jugendbewegung entwickelt. Heute trifft Greta Thunberg den Papst, den amerikanischen Präsidenten, spricht vor den Vereinten Nationen oder versammelt, wie am 20. September 2019, vier Millionen Demonstrant\*innen für das Klima. Mit ihrer Beharrlichkeit haben es ihre



© Informationsstelle Peru Archiv

„Das Leben vor den Schulden“

Mitstreiter\*innen und sie geschafft, die Weltaufmerksamkeit auf ein Thema zu lenken, welches in den Medien und der Politik vernachlässigt wurde. In vielen Orten und Städten gibt es heute regionale Gruppen von „Fridays for Future“, in denen sich vor allem junge Leute engagieren. Nehmen Sie Kontakt auf und treten Sie gemeinsam für eine bessere Klimapolitik ein – mit den Ökologischen Fußabdrücken als interaktives Element bei Veranstaltungen und öffentlichen Aktionen.

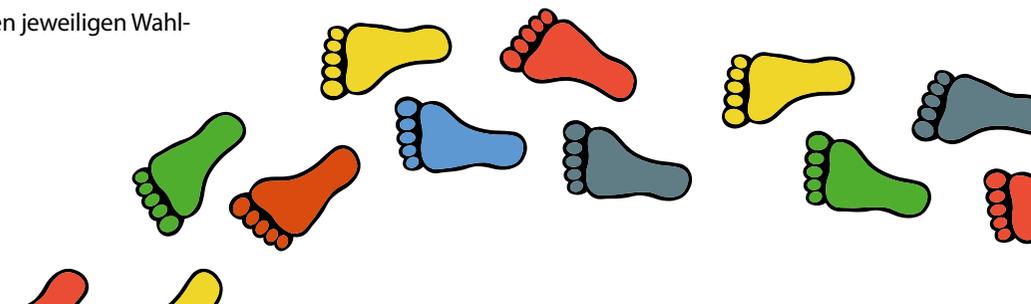
### Persönliche Ansprache von Mandatsträger\*innen

Eine vielfach unterschätzte Art der politischen Einflussnahme ist die direkte Ansprache von gewählten Volksvertreter\*innen oder aussichtsreichen Kandidat\*innen. Sprechen Sie dabei nicht „die Politik“ allgemein, sondern gezielt und persönlich Politiker\*innen aus Ihrem Wahlkreis an. Beim Thema Klimaschutz sind alle politischen Ebenen (EU/Bund/Land/Region) gleichermaßen wichtig und zuständig. Politiker\*innen sind in der Regel sehr interessiert daran, was sich in ihrem Wahlkreis tut und können so motiviert werden, sich noch stärker für die Interessen ihrer Wähler\*innen zu engagieren.

Sie können beispielsweise Abgeordnete einladen ihren ökologischen Fußabdruck (medienwirksam) bei Ihrer Aktion zu ermitteln, und um mit Ihnen und Passant\*innen ins Gespräch zu kommen. Nehmen Sie dazu ganz einfach Kontakt zu den jeweiligen Wahlkreisbüros auf.

Statten Sie Ihren Abgeordneten einen Besuch in der Bürgersprechstunde ab, vereinbaren Sie einen Termin im Wahlkreisbüro oder verfassen Sie einen Brief an Ihre Abgeordneten. Stellen Sie Ihre Aktivität kurz vor und verleihen Ihrer Sorge bezüglich des Klimawandels Ausdruck. Appellieren Sie an die Verantwortung der Politik und fordern Sie wirksame, möglichst konkrete politische Maßnahmen (z.B. einen zeitigen Kohleausstieg, mehr Radwege, klimabewusste Beschaffung der Gemeinde,...). Bitten Sie um die Unterstützung der Abgeordneten bei konkreten strittigen politischen Entscheidungen und um eine Stellungnahme dazu. Diese können Sie anschließend ggf. veröffentlichen. Sicher erhalten Sie von Umweltverbänden, Fridays For Future oder anderen Kooperationspartner\*innen Anregungen und regional relevante Hintergründe für eine Themenauswahl.

Nutzen Sie die Aufmerksamkeit, die die Ökologischen Fußabdrücke Ihrer Aktion verleihen, um Unterschriften zu kommunalpolitischen Forderungen rund um den Klimaschutz zu sammeln. Halten Sie die Übergabe der Unterschriften auf einem Foto fest und berichten Sie darüber in der Presse.



# Materialien

## Materialien zum Download

[www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruecke](http://www.deab.de/themen-programme/fairer-handel/oekologische-fussabdruecke)



-  Broschüre „Ökologische Fußabdrücke – Handreichung“
-  Ausleihadressen Ökologische Fußabdrücke
-  Laufzettel zum Eintragen der Punktezahl und der Ergebnisermittlung
-  Begleitkarte für Teilnehmer\*innen zu den Ökologischen Fußabdrücken
-  Plakat „Ökologische Fußabdrücke“ zur Bewerbung der Aktion
-  Verbrauchertipps Bolivianisches Kinderhilfswerk
-  Handabdruck
-  Sprechblase
-  Energiesparkalender
-  Zitatesammlung zu Wohlstand, Suffizienz, Solidarität, Buen Vivir
-  Bastelanleitung Pinguine
-  Quiz Klimagerechtigkeit

## Materialien zum Bestellen und Ausleihen

 Klima-Sparbüchle – Kleine Tipps für große Klima-Helden!  
[www.n-netzwerk.de/helden-shop/](http://www.n-netzwerk.de/helden-shop/)



 Flyer „Der Nachhaltige Warenkorb – Ratgeber für umweltbewussten und sozialen Konsum“  
[www.nachhaltiger-warenkorb.de/material/](http://www.nachhaltiger-warenkorb.de/material/)



### Varianten der Ökologischen Fußabdrücke:

**Version 1:** für den Boden

**Version 2:** kleine Ausführung für den Tisch

Zu erwerben unter:

Kontakt: [mail@ruthdorner.de](mailto:mail@ruthdorner.de) / Tel 09181905355

Mehr unter [www.ruthdorner.de](http://www.ruthdorner.de)

**Version 3:** „Komm wir retten mal die Welt“

Zu erwerben unter: <https://maiss-schulshop.de/oekofuss>

### Varianten der Ökologischen Handabdrücke:

**Version 1:** 35 Plakate im Format DIN A2

**Version 2:** 35 Plakate im Format DIN A3

**Version 3:** Tischaufsteller 18 Stück DIN A5 beidseitig bedruckt aus Pappe

Zu erwerben unter:

Kontakt: [mail@ruthdorner.de](mailto:mail@ruthdorner.de) / Tel. 09181 905355

Infos unter [www.ruthdorner.de](http://www.ruthdorner.de)

 Unterrichtssset „Ökologischer Fußabdruck“ für die Grundschule

<https://maiss.de/schulbedarf/grundschulen-mittelschulen-foerderzentren/unterrichtsmaterial/1826/unterrichtsset-oekologischer-fussabdruck>



 Karikaturen-Ausstellung „Glänzende Aussichten“ von Misereor:

[www.misereor.de/mitmachen/ausstellungen/karikaturenausstellung](http://www.misereor.de/mitmachen/ausstellungen/karikaturenausstellung)



 Broschüre „Ökologische Fußabdrücke – Handreichung“ (Gedruckte Ausgabe)

[elena.muguruza@deab.de](mailto:elena.muguruza@deab.de)

## Impressum:

Herausgeber: Initiative EINE WELT Köngen e.V.,  
73257 Köngen

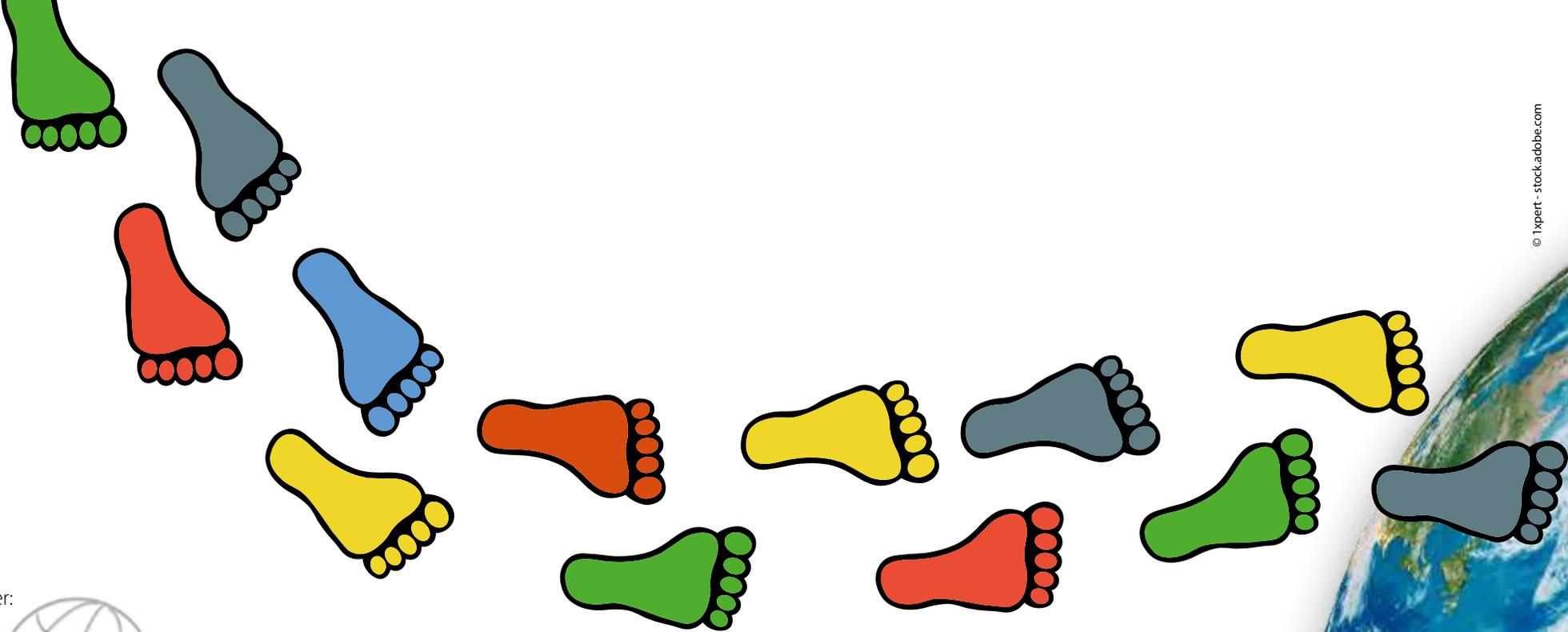
Redaktion und Texte: Birgit Lieber, Elena Muguruza,  
Martin Lang, Milena Winkelmann, Reinhold Hummel

Gestaltung: Mees & Zacke

Druck: Druckerei Raisch

Erschienen: August 2023





Herausgeber:



**Kontakt:**

Dachverband Entwicklungspolitik  
Baden-Württemberg, DEAB e.V.

Elena Muguruza  
FairHandelsBeraterin  
Eine Welt-Fachpromotorin Fairer Handel

Vogelsangstr. 62  
70197 Stuttgart  
0711 2207977  
elena.muguruza@deab.de  
www.deab.de

In Kooperation mit



Dachverband Entwicklungspolitik  
Baden-Württemberg e.V.



Gefördert durch:



mit Mitteln des  
Kirchlichen  
Entwicklungsdienstes