

WEGE ZUM KLIMANEUTRALEN LEBEN

Heute für morgen



Ein Leitfaden für Menschen, die ihr
persönliches Klimaschutzpotential
entdecken möchten

INHALT

Vorwort	02
KliX³ auf einen Blick	04
Klimaneutralität als gemeinsames Ziel	06
Der Dreiklang fürs Klima	11
CO₂-Bilanz erstellen	11
Fußabdruck verkleinern	14
Die Vielfalt des Handabdrucks	16
Klimagerechte Kompensation	18
Motivation stärken	22
Wegbegleitung durch KliX³	28
Impressum & Kontakt	29

VORWORT

Die Klimakrise ist für uns zunehmend spürbar und beschäftigt Entscheidungsträger:innen in Politik und Wirtschaft ebenso wie Privatpersonen – hier in Deutschland und weltweit. Viele Menschen begegnen der Krise beherzt und suchen aktiv nach Lösungen, initiieren kleine und große Projekte mit anderen und haben den Mut, neue Verhaltensweisen auszuprobieren. Gleichzeitig leiden viele Menschen aber auch unter Zukunftsängsten, erleben innere und äußere Widerstände und fühlen sich oft ratlos und ohnmächtig.

Wie gelingt es uns, über Gesellschaftsgruppen hinweg an einem Strang zu ziehen und eine Wende hin zur Nachhaltigkeit zu erreichen? Wo fangen wir am besten an – bei uns selbst, aber auch mit anderen zusammen? Welche Maßnahmen sind geeignet, um CO₂-Emissionen wesentlich zu reduzieren? Es liegt an uns allen, Antworten auf diese Fragen zu finden. Indem wir die verfügbaren Handlungsspielräume nutzen. Und indem wir diese hin und wieder auch ausdehnen und uns damit an die unverrückbar erscheinenden Grenzen des Möglichen heranwagen. Sie zu erweitern erfordert Aufmerksamkeit, manchmal auch Mut und sehr häufig Beharrlichkeit. All dies mit dem großen menscheitsübergreifenden Ziel im Blick, die Treibhausgasemissionen auf Netto-Null zu reduzieren – auf ein Maß also, bei dem sich Ausstoß und Bindung von Treibhausgasen die Waage halten und die Erde nicht weiter aufgeheizt wird. Wir wollen und müssen über kurz oder lang klimaneutral leben – je eher, desto besser! Und: je selbstbestimmter, desto angenehmer.

Vor Ihnen liegt ein Leitfaden, der sich insbesondere mit den individuellen Handlungsspielräumen beim Eindämmen der Klimakrise beschäftigt. Der Dreiklang fürs Klima bietet Ihnen dabei einen Kompass für Ihren persönlichen Weg in ein klimaneutrales Leben und ermöglicht es Ihnen, Ihr persönliches Klimaschutzpotential zu entdecken und im Alltag Ihren CO₂-Fußabdruck zu verkleinern. Auch gibt er Ihnen Anregungen, wie Sie im Rahmen Ihrer sozialen Rollen – als Bürger:in einer Stadt oder Gemeinde, als Schüler:in einer Schule, als Mitarbeiter:in eines Unternehmens oder als Unterstützer:in von Vereinen oder Initiativen – Ihren Handabdruck vergrößern und gemeinsam mit anderen den Klimaschutz voranbringen können.

Die drei Initiator:innen von KliX³ beschäftigen sich bereits seit vielen Jahren in unterschiedlichen Rollen mit wirksamem Klimaschutz – und zeigen damit, wie wir alle auf unsere eigene Art zum Schutz unserer Lebensgrundlagen beitragen können.



**Dr. Lucia Jochner-Freitag,
Vorstandssprecherin
3 fürs Klima e. V.**

Auf dem Weg in ein klimaneutrales Leben befinden Sie sich in guter Gesellschaft. Quer durch alle Altersstufen und Gesellschaftsgruppen entscheiden sich immer mehr Menschen für einen klimaverträglichen Lebensstil.

Aus dem Wunsch, unser Erdklima nicht mehr zu schädigen, sondern lebensfördernde Spuren zu hinterlassen, übernehmen wir Verantwortung für die gesamte Menschheit, unsere nachfolgenden Generationen und für unsere Mitnatur. Wir können auf unserem Planeten klimaneutrales Leben verwirklichen! Und nicht nur das: Dieser Weg lässt sich sogar mit

einem Zugewinn an Lebensqualität verbinden. Ich wünsche Ihnen und uns auf diesem wichtigen Weg mutige Entscheidungen und engagiertes Handeln, spannende Entdeckungen und kreative Lösungen, Sinn- und Hoffnungserfahrungen sowie Gemeinschaftserlebnisse mit Ihren Mitmenschen und unserer Mitnatur!

**Stephan Schunkert,
Geschäftsführender Gesellschafter der KlimAktiv gGmbH**

Viele Menschen in Deutschland wissen, wie viel sie monatlich für ihren Strom oder ihr Auto ausgeben. Ein Gefühl für die eigene Klimawirkung zu entwickeln ist dagegen deutlich abstrakter und damit schwieriger. Für klimarelevante Handlungen zu

sensibilisieren und damit klimabewusste Entscheidungen zu ermöglichen, waren einst meine Motive für die Gründung von KlimAktiv – und sie treiben mich bis heute an. Auch im Projekt „KliX³ – Wege zum klimaneutralen Leben“ steht die Sensibilisierung für klimarelevantes Handeln im Zentrum. Wie und wo fange ich an? Welche Maßnahmen

sind für meinen individuellen Weg hin zu einem klimaneutralen Leben geeignet? KliX³ unterstützt Sie dabei, Ihre persönlichen Antworten auf diese Fragen zu finden. Mit Ihrem persönlichen Klimaplan können Sie wirksame Klimaschutzmaßnahmen entdecken, die zu Ihrer Lebenssituation passen und Ihnen eine nachhaltige Lebensweise erleichtern.

**Dr. Michael Bilharz,
Vorstandssprecher
3 fürs Klima e. V.**

Politik und Unternehmen stehen oft in der Kritik: Wo ist der Klimaplan zur Klimaneutralität? Wann werden aus den Plänen endlich Taten? Warum geht das nicht schneller? Doch wie schaut es bei uns selbst aus? Haben wir für uns einen Klimaplan? Was sind unsere Klimataten? Können wir das nicht noch ein bisschen besser?

Mit „KliX³ – Wege zum klimaneutralen Leben“ setzen wir genau hier an. Wir zeigen Wege auf, wie wir als Einzelne nicht nur „irgendwie irgendwas“ für den Klimaschutz tun, sondern wie wir besonders wirksam und dauerhaft tonnenweise CO₂ einsparen können. So verbessern wir nicht nur unsere eigene CO₂-Bilanz, sondern treiben den Umstieg auf erneuerbare Energien und den gesellschaftlichen Wandel hin zu

einer klimaneutralen Gesellschaft erfolgreich voran. Durch die Gestaltung von Alltagsstrukturen, durch den Blick auf die Big Points und vor allem durch die Erkenntnis, dass wir CO₂ nicht nur bei uns selbst, sondern auch bei und gemeinsam mit anderen einsparen können. Was beim Klimaschutz zählt, ist klar: mit- und gerne auch vormachen!

KLIX³ AUF EINEN BLICK

WELTWEIT BRINGT DIE KLIMAKRISE MENSCHEN IN BEWEGUNG

2015 einigt sich die Staatengemeinschaft im Übereinkommen von Paris erstmals völkerrechtlich verbindlich darauf, die Erderwärmung auf deutlich unter 2 °C gegenüber dem vorindustriellen Zeitalter zu begrenzen. Bis 2021 ratifizieren fast alle Staaten der Welt das Abkommen und verpflichten sich dazu, selbst zur Begrenzung der Erderhitzung beizutragen und gemeinsam Klimaneutralität zu erreichen. In Deutschland stärkt 2021 das Bundesverfassungsgericht unser Recht auf Zukunft und urteilt, dass das deutsche Klimaschutzgesetz von 2019 im Sinne der Generationengerechtigkeit überarbeitet werden muss. Die Gesetzesnovelle von 2021 verankert das Ziel der Treibhausgasneutralität für Deutschland bis 2045 sowie kontinuierliche Minderungsziele. 2023 beschließt das niederländische Parlament – nach erheblichen Klimaprotesten – staatliche Subventionen für fossile Brennstoffe abzubauen. Im selben Jahr gibt sich die Weltbank ein neues Leitbild und erklärt neben der Überwindung von Armut nun auch Klimaschutz und den Erhalt unserer natürlichen Lebensgrundlagen zu ihren Zielen. Diese Beispiele zeigen: Weltweit schmieden Menschen Bündnisse und gehen neue Wege, um das Leben auf unserem Planeten zu erhalten. Es bewegt sich viel: national wie international, im Großen wie im Kleinen. Mehr dazu lesen Sie im Kapitel Klimaneutralität als gemeinsames Ziel ab Seite 6.

Und was bewegt die Klimakrise bei Ihnen? Beschäftigt auch Sie die Frage, was jede:r Einzelne für wirksamen Klimaschutz tun kann? Dann sind Sie bei KliX³ genau richtig!

MIT KLIX³ IN EIN KLIMANEUTRALES LEBEN AUFBRECHEN

KliX³ unterstützt Sie darin, sich auf den Weg in ein klimaneutrales Leben zu machen. Das „X“ in KliX³ dient dabei als Platzhalter für all die Orte in Deutschland, in denen Menschen wie Sie Klimaschutz selbst in die Hand nehmen möchten. Aus abstrakten Beschlüssen zur Klimaneutralität wird schon heute gelebte Alltagspraxis, damit Klimaschutz bald überall gesellschaftliche Realität wird. Bei KliX³ mitwirken können neben Einzelpersonen auch Kommunen, Unternehmen, Schulen und Vereine. Denn wir finden: Klimaschutz wirkt gemeinsam am besten.

EIN GUTES KLIMA MIT DEM DREIKLANG FÜRS KLIMA

Der Dreiklang fürs Klima aus **CO₂-Bilanz erstellen**, **Fußabdruck verkleinern** und **Handabdruck vergrößern** bildet das Herzstück von KliX³. Er zeigt Ihnen, wie Sie Ihre persönlichen Klimaschutzpotentiale entdecken, Ihren CO₂-Fußabdruck verkleinern und im Sinne des Handabdrucks bei und mit anderen Treibhausgasen einsparen können. Der Dreiklang kann Ihnen den Einstieg in den Klimaschutz erleichtern: Nicht alles geht von heute auf morgen – manches aber schon. Denn: Klimaneutralität ist ein Weg, auf dem Sie den Dreiklang fürs Klima immer wieder neu durchschreiten. Er hilft Ihnen, kleine von großen Klimaschutzmaßnahmen zu unterscheiden, und macht Lust, Klimaschutz in unserer Gesellschaft voranzubringen. Mehr zum Dreiklang fürs Klima lesen Sie ab Seite 11.



CO₂-Bilanz erstellen

Mit dem Rechner des Umweltbundesamts

Fußabdruck verkleinern

Mit kleinen und großen Maßnahmen im Alltag – Schritt für Schritt

Handabdruck vergrößern

Mit Engagement, klimagerechter Kompensation und Geldanlage für den Klimaschutz

SCHRITT FÜR SCHRITT IN DIE ZUKUNFT

Manchmal fühlt es sich so an, als könnten wir als Einzelne nicht viel zum Erhalt unserer Lebensgrundlagen beitragen. Ein Kapitel im KliX³-Leitfaden beschäftigt sich daher mit der Frage, was Sie für sich tun können, um Ihre Motivation langfristig zu stärken. Mehr dazu ab Seite 22. Zudem bietet Ihnen KliX³ eine Vielzahl an begleitenden Angeboten, damit es Ihnen leichtfällt, Schritt für Schritt ins Handeln zu kommen.

Alle KliX³-
Angebote sind
gratis!

WELCHES KLIX³-ANGEBOT PASST ZU IHNEN?

Sie können sich ganz nach Ihren Wünschen einbringen und selbst entscheiden, welches Angebot zu Ihnen und Ihrer aktuellen Lebenssituation passt. Gern können Sie auch mehrere Angebote kombinieren. Hier finden Sie einen Überblick:



KliX³-CO₂-Panel

1) Ihre Erfahrungen teilen: Im **bundesweit ersten CO₂-Rechner-Panel** unterstützen Sie die Arbeit der Wissenschaft, indem Sie einmal jährlich Ihre CO₂-Bilanz mit dem Rechner des Umweltbundesamtes erstellen und die Ergebnisse anonymisiert teilen. Auf diese Weise helfen Sie mit, Erkenntnisse darüber zu gewinnen, wie ein klimaneutrales Leben im

Alltag langfristig gelingt. Bei Interesse können Sie als Panel-Teilnehmer:in auch zusätzlich an KliX³-Befragungen mitwirken und so gezielter Ihre persönlichen Erfahrungen weitergeben. Im Gegenzug erhalten Sie Forschungsergebnisse aus erster Hand und wertvolle Impulse für Ihr eigenes Klimaschutzhandeln.



KliX³-Toolbox

2) Ihren Klimaplan austüfteln: In der **KliX³-Toolbox** auf der KliX³-Website erfahren Sie alle Details zum Dreiklang fürs Klima und erstellen auf Basis Ihrer CO₂-Bilanz Ihren persönlichen Klimaplan. Dieser hilft Ihnen zu sortieren, welche wirksamen Klimaschutzmaßnahmen Sie gleich zu Beginn leicht umsetzen können

und wie Sie andere Maßnahmen geschickt für später einplanen. Die KliX³-Toolbox gibt Ihnen dabei konkrete Anregungen für mehr Klimaschutz im Alltag, liefert Hintergrundwissen und motiviert zur Umsetzung. Ganz in Ihrem eigenen Tempo.



KliX³-Workshops

3) Im Austausch mit anderen dazulernen: In der dreiteiligen **Online-Workshopreihe** tauchen wir tiefer in den Dreiklang und dessen praktische Anwendung ein. Sie erfahren Hintergründe zum CO₂-Rechner aus erster Hand.

Wir erkunden zusammen die KliX³-Toolbox, erstellen gemeinsam persönliche Klimapläne und tauschen uns mit Gleichgesinnten aus. In drei Modulen à zwei Stunden entdecken Sie mit uns Ihren Weg in ein klimaneutrales Leben.



KliX³-Multiplikator:in

4) Andere mitnehmen: Sie möchten als **Multiplikator:in** aktiv werden und Ihre Erfahrungen in einer **KliX³-Klimaschutzgruppe** an andere Menschen weitergeben? Beschreiten Sie gemeinsam den Weg in ein klimaneutrales Leben – zum Beispiel mit Ihrem Verein, einer Kirchengemeinde, Ihrer Familie oder Ihrem Freundeskreis.

Gerne können Sie an einem unserer digitalen Einführungsseminare für Multiplikator:innen teilnehmen, unseren Leitfaden für Multiplikator:innen oder unsere telefonische Beratung nutzen. Sprechen Sie uns bei Interesse an!

Vertiefende Informationen zu allen KliX³-Angeboten sowie aktuelle Termine, Anmeldung und Kontaktdaten finden Sie auf www.klix3.de. Seien Sie dabei, bei KliX hoch drei!

KLIMANEUTRALITÄT ALS GEMEINSAMES ZIEL

Die Klimakrise bringt weltweit Menschen in Bewegung – und Klimaneutralität als eines der weltweit wichtigsten Ziele in den Fokus. In diesem Kapitel sehen wir uns den Begriff „Klimaneutralität“ etwas genauer an: Was verstehen wir darunter? Weshalb ist Klimaneutralität so wichtig? Wie lässt sie sich erreichen? Und wer trägt bei all dem die Verantwortung?

EIN WELTWEITES ZIEL – AUF ALLEN EBENEN MENSCHLICHEN HANDELNS

„Der Klimawandel ist erwiesen und menschengemacht, hat gravierende Risiken, CO₂ ist die Ursache, wir können etwas tun.“

Michael Brüggemann, Professor für Klimakommunikation der Universität Hamburg

2015 einigt sich die Weltgemeinschaft im sogenannten „Klimaabkommen von Paris“ darauf, den weltweiten Temperaturanstieg möglichst auf 1,5 °C, auf jeden Fall auf deutlich unter 2 °C im Vergleich zum vorindustriellen Zeitalter, zu beschränken.¹ Im zuvor geschlossenen und 2020 ausgelaufenen Kyoto-Protokoll hatten sich nur wenige Industriestaaten dazu bekannt, ihre Treibhausgas-Emissionen reduzieren zu wollen. Mit dem Klimaabkommen von Paris nehmen sich dagegen fast alle Staaten der Welt selbst völkerrechtlich in die Pflicht, ihre Treibhausgas-Emissionen zu senken. Nur der Iran, Libyen und Jemen haben den Vertrag bisher nicht unterschrieben. Klimaneutralität ist damit auf höchster politischer Ebene angekommen. Weltweit erkennt die Politik die Notwendigkeit an, menschlich verursachte Treibhausgase schnell und drastisch reduzieren zu müssen – ein historischer Erfolg.

Das Klimaabkommen von Paris stößt in der Folge Klimaneutralitätsbeschlüsse bei sämtlichen gesellschaftlichen Institutionen an: 2019 beschließt die Europäische Union den „European Green Deal“, um die Ziele des Pariser Klimaabkommens sowie die Nachhaltigkeitsziele der Agenda 2030 umzusetzen.² Weltweit definieren Staaten ihre nationalen Klimabeiträge (englisch: Nationally Determined Contributions, NDCs) und legen damit unter anderem fest, wie stark sie ihre Treibhausgas-Emissionen bis zum Jahr 2030 senken wollen. Deutschland strebt bis 2030 eine Reduktion um 65 % aller Treibhausgase im Vergleich zu 1990 an. Klimaneutralität soll gemäß deutschem Klimaschutzgesetz im Jahr 2045 erreicht werden. Die nationalen Klimaneutralitätsziele wiederum setzen den Rahmen für die Klimaschutzstrategien von Unternehmen und Regionen. Auch immer mehr Kommunen und Städte in Deutschland fassen Klimaneutralitätsbeschlüsse und werden so zu Akteur:innen des Wandels. Es steht fest: Klimaneutralität als politisches Ziel steht nicht mehr infrage. Unterschiede bestehen vor allem hinsichtlich der konkreten Schritte zur Zielerreichung sowie deren Geschwindigkeit.³

ABB. 2

Netto-THG-Emissionen =
Positive + negative Emissionen zusammengefasst

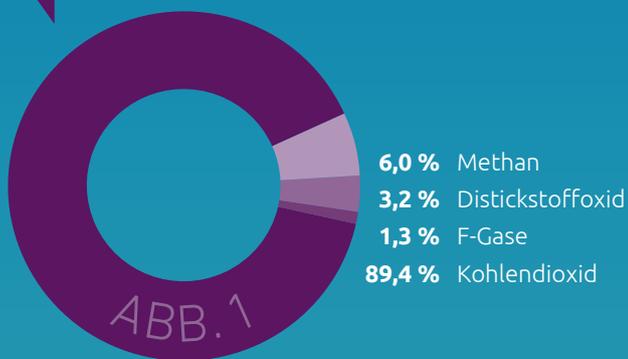
Summe der emittierten Treibhausgase (THG)

Summe der negativen THG-Emissionen:
natürliche und menschengemachte Senken

Was sind „Netto-Null-Emissionen“?

Von allen Treibhausgasen wird Kohlendioxid weltweit am meisten freigesetzt. In Deutschland belief sich der Anteil von CO₂ an den insgesamt 746 Millionen Tonnen Treibhausgas-Emissionen im Jahr 2022 auf 89,4 % (s. Abbildung 1). Auch wenn andere klimarelevante Gase wie Methan und Lachgas über ein wesentlich höheres Erwärmungspotential verfügen, wird CO₂ wegen seiner großen Verbreitung als Leitindikator verwendet. Treibhausgase werden daher

Anteile der Treibhausgase in Deutschland im Jahr 2022 (berechnet in CO₂e, Grafik in Anlehnung an UBA 2022)



oft in CO₂-Äquivalente (CO₂e) umgerechnet, was sie hinsichtlich ihrer Wirkung auf das Klima vergleichbar macht. Häufig ist vereinfachend jedoch nur von CO₂ die Rede. Als Bestandteil eines Namens oder einer Tätigkeit werden auch wir „CO₂“ verwenden (wie z. B. bei CO₂-Fußabdruck). Um die globale Erwärmung gemäß des Pariser Klimaabkommens auf 1,5 °C zu begrenzen, wurde zunächst angestrebt, die globalen CO₂-Emissionen bis 2030 um 48 % und bis 2040 um 80 % (im Vergleich zum Referenzjahr 2019) zu senken. In der zweiten Hälfte dieses Jahrhunderts sollte

schließlich nicht mehr CO₂ ausgestoßen werden, als der Atmosphäre zeitgleich durch sogenannte Kohlenstoffsenken entzogen wird. „Netto-Null-Emissionen“ bedeutet also, dass alle durch Menschen verursachten Emissionen im gleichen Zeitraum durch technologische, biologische und/oder geochemische Prozesse wieder aus der Atmosphäre entfernt werden. Die CO₂-Bilanz der Menschheit beträgt dann netto Null und menschliche Aktivitäten beeinflussen das Erdklima nicht mehr.

Eine wesentliche Eindämmung der Erderwärmung benötigt also zweierlei. Erstens: eine weltweite, schnelle und drastische Reduktion des Ausstoßes von CO₂ und weiteren Treibhausgasen – etwa durch den Ausbau erneuerbarer Energiequellen, durch das Beenden fossiler Subventionen sowie einen realistischen CO₂-Preis.⁴ Und zweitens: den Schutz und Ausbau natürlicher und technischer CO₂-Senken, also Maßnahmen, die CO₂ binden und so dessen Gehalt in der Atmosphäre senken können. Beispiele für solche Maßnahmen sind die Wiederherstellung küstennaher Feuchtgebiete⁵, die Wiedervernässung von Mooren⁶ sowie Holz als bevorzugter Baustoff^{7,8}. Mittelfristig sollen die „negativen Emissionen“ die tatsächlichen nicht nur ausgleichen, sondern sogar übersteigen, um so die globale Durchschnittstemperatur baldmöglichst wieder zu senken (vgl. Abbildung 2). Wir sind von diesem Ziel jedoch leider noch weit entfernt: Aktuelle Prognosen für die Erderwärmung bis zum Jahr 2100 fallen pessimistisch aus. Der „Climate Action Tracker“ etwa beziffert den Anstieg der globalen Durchschnittstemperatur bis zum Ende des Jahrhunderts auf 2,7 °C⁹. Laut Joachim Schellnhuber wird die 1,5 °C-Grenze der globalen Erwärmung in etwa 10-15 Jahren überschritten sein – Maßnahmen zur Rückholung und Bindung von CO₂ aus der Atmosphäre werden damit umso wichtiger^{10,11}. Eine Mammutaufgabe – und dabei zählt jede noch so kleine Menge an eingespartem oder gebundenem CO₂, um Klimaneutralität Wirklichkeit werden zu lassen.¹²



Treibhausgase (THG) im Laufe der Zeit, um weltweit Klimaneutralität zu erreichen (schematische Grafik in Anlehnung an IPCC 2022)¹³

DAS ZUSAMMENSPIEL VERSCHIEDENER AKTEURE

Wenn wir in die Geschichte der Menschheit zurückblicken, erkennen wir, dass wir als Spezies zahlreiche unglaubliche Dinge erreicht haben: Wir können heute mit Menschen auf der ganzen Welt in Kontakt treten – online oder offline! Medizinische Fortschritte haben unsere durchschnittliche Lebenserwartung deutlich erhöht! Durch Forschung verstehen wir uns selbst, unsere Umwelt und gar das Weltall

immer besser! Neben Kreativität und Neugier sind weitere wichtige Grundlagen für all diese Errungenschaften die Fähigkeit und der Wille zur Kooperation: Erst durch Zusammenarbeit und die Wissensweitergabe innerhalb und zwischen Generationen konnten wir unser Denken und unsere Handlungsmöglichkeiten als Menschen derart erweitern. In der psychologischen und evolutionsbiologischen For-

Um die Klimakrise einzudämmen und deren Folgen zu bewältigen, benötigen wir überall neue Allianzen.



„Das Bundesverfassungsgericht hat [...] die extreme Krisensituation beim Klimaschutz erkannt [...]. Der Gesetzgeber hat jetzt einen Auftrag für die Festlegung eines schlüssigen Reduktionspfads bis zur Erreichung der Treibhausgasneutralität. Abwarten und verschieben von radikalen Emissionsreduktionen auf später ist nicht verfassungskonform. Klimaschutz muss heute sicherstellen, dass zukünftige Generationen noch Raum haben.“

Rechtsanwältin Dr. Roda Verheyen

schung gibt es sogar die These, dass sich das Gehirn des Menschen im Vergleich zum Gehirn anderer Tiere vor allem so außergewöhnlich entwickelte, um komplexe Kooperationsbeziehungen besser erfassen und gestalten zu können.¹⁴

Ein etablierter Befund der Sozialpsychologie betont die Bedeutung gemeinsamer, übergeordneter Ziele zum Abbau von Vorurteilen und kleineren Interessenskonflikten.¹⁵ So gesehen birgt Klimaneutralität als menscheitsübergreifendes Ziel die Chance, dass wir als Menschheitsfamilie weiter zusammenwachsen. In jedem Fall ist die Fähigkeit

Klimaneutral **gut** leben

Ein Beitrag der KliX³-Mitinitiatorin
Dr. Lucia Jochner-Freitag

Gemäß unserer fachlichen Expertise und unserer persönlichen Erfahrung können wir sagen: Klimaneutral leben ist möglich! Und nicht nur das: Es ist sogar möglich, klimaneutral gut zu leben! Wir können unseren persönlichen Weg in ein klimaneutrales Leben mit einem Zugewinn an Lebensqualität verbinden! So kommt beispielsweise eine Reduktion des Fleischkonsums unserer eigenen Gesundheit und gleichzeitig der Gesundheit unseres Planeten zugute. Gleiches gilt für eine mitweltgerechte Mobilität: Radfahren und Zufußgehen dienen zuallererst unserer eigenen Gesundheitsvorsorge. Auch können Sie Ihren Weg zu einem klimaneutralen Leben als spannende Entdeckungsreise gestalten: Zukunftsweisende nachhaltige Technologien für Heizung, Stromerzeugung und Mobilität begeistern so manche Technikfreaks. Oder mal aus abgetragenen Hemden ein pfiffiges Kleid schneiden, einen Hühnerhaltungsversuch starten, einen Teil des Obst- und Gemüsebedarfs selbst anbauen oder aus Holzresten einen Stuhl schreinern. Für viele Menschen stellen Kreativität und Naturnähe wichtige Bestandteile eines glücklichen Lebens dar. Dabei geht es weder um Perfektionismus noch um Autarkie. Neben der Freude an selbst gestalteten Gegenständen ermesen wir erst im Selbsttun, welche Mühe, welche Rohstoffe und welche Kreativität von Menschen und Mitnatur in Lebensmitteln und Gebrauchsgegenständen stecken. Dies fördert auch einen wertschätzenden Umgang mit unseren Mit-Menschen, Tieren und Pflanzen. Unser Klimaengagement kann uns

zudem Sinnerfahrungen schenken und eine tiefe Verbundenheit mit anderen Menschen und unserer Mitnatur eröffnen. Nicht zuletzt birgt die Auseinandersetzung mit der Klimakrise die Möglichkeit, einen neuen befreienden Zugang zu Spiritualität zu finden, sodass für uns unerwartete Kraft- und Hoffnungsquellen spürbar werden. Sie haben vielleicht bemerkt: In den vorangehenden Überlegungen steckt mehrmals das Wörtchen „kann“. Es kommt also ganz darauf an, wie wir unseren persönlichen Weg in ein klimaneutrales Leben gestalten!

Manchmal begegnet uns im Zusammenhang mit klimaneutralem Leben die Befürchtung, dass eine entsprechende Lebensweise einem Verzicht auf die Annehmlichkeiten des modernen Lebens gleichkommt. In der Bildungsarbeit war deshalb „Verzicht“ lange Zeit als veraltet und uncool verpönt. In einer Gesellschaft jedoch, in der immer mehr Menschen bewusst wird, dass Konsum jenseits gestillter Grundbedürfnisse nicht zu immer größerem Glück führt, bekommt dieses unscheinbare Wort neue Bedeutung. Nicht wenige junge Menschen sehen inzwischen beispielsweise eine Bereicherung oder sogar Notwendigkeit im „Digital Detox“, der zeitweisen Abstinenz von digitalen Medien. Klassisches Fasten – also temporäre Einschränkungen beim Essen und Trinken – kann die Gesundheit fördern und sogar die Genussfähigkeit steigern. Verzicht kann uns bewusst machen, wie wunderbar und einzigartig das Leben auf unserem Planeten ist und ein Gefühl der Dankbarkeit entstehen lassen. Mit diesem Bewusstsein gehen wir den Weg in ein gutes klimaneutrales Leben aus Überzeugung. Denn es ist ein zukunftsweisender Weg, der sich stimmig anfühlt!

zum gemeinsamen Wirken für das Erreichen globaler Klimaneutralität zentral. Kooperation schließt dabei Konflikte nicht per se aus. Im Gegenteil: Sie wirken oft als Katalysatoren des Wandels. Mit den Schulstreiks von „Fridays for Future“ beispielsweise wurde ein innerer Konflikt öffentlich: Schüler:innen weltweit ertrugen den Widerspruch zwischen ihrem Wissen um die Klimakrise und der nur zögerlichen Umsetzung zielführender Klimaschutzmaßnahmen nicht weiter und entschieden sich, durch Schulstreiks ein sichtbares Zeichen zu setzen. Dieses Sichtbar-Machen war folgenreich. Es bildeten sich weltweit neue Allianzen: innerhalb einer Berufsgruppe (wie den „Architects“,

„Psychologists“ oder „Scientists for Future“¹⁶) ebenso wie zwischen Akteur:innen ganz unterschiedlicher Berufe und Herkünfte (wie etwa in der Zusammenarbeit der zivilgesellschaftlichen Initiative LocalZero mit kommunalen Behörden¹⁷). Dem klimaschutzrechtlich historischen Urteil des Karlsruher Verfassungsgerichts im Sinne eines generationengerechten Klimaschutzes ging eine Klage voraus: Neun Jugendliche hatten – unterstützt durch zivilgesellschaftliche Initiativen – gegen das 2019 verabschiedete Klimaschutzgesetz der deutschen Bundesregierung Beschwerde eingelegt und damit eine Überarbeitung des Klimaschutzgesetzes erwirkt.¹⁸ Den Weg des offenen Kon-

fliks gehen auch staatliche Akteure selbst: Kalifornien reichte im Herbst 2023 eine historische Klage gegen die fünf größten Öl- und Gasunternehmen der Welt ein. Der Vorwurf: Die Unternehmen hätten die Klimawirkung fossiler Energien verschleiert und sollten nun die Kosten der Umweltschäden tragen.¹⁹

All diese Beispiele zeigen, wie wichtig der rechtliche Rahmen ist, um Klimaneutralität zu erreichen – und gleichzeitig, dass die Impulse für Veränderung auch von nicht-staatlichen Akteur:innen ausgehen können. Neben dem Gerichtsweg steht diesen noch ein weiterer bedeutsamer Weg offen: die Etablierung neuer sozialer Normen. Eine Studie der Universität Hamburg identifizierte Anfang 2023 zwei gesellschaftliche Faktoren, die einer umfassenden Dekarbonisierung unserer Gesellschaften besonders im

Wege stehen: „Konsummuster“ und „Unternehmensstrategien“²⁰. Beide hängen von gesellschaftspolitischen Rahmenbedingungen ab – jedoch ebenso von Individuen, die bereit sind, neue gesellschaftliche Strukturen mitzugestalten. Wenn etwa eine bedeutsame Zahl an Menschen per Zug verweist oder Strom aus erneuerbaren Energien bezieht, wenn Angestellte ihr Unternehmen um ein Dienstrad bitten oder im Home-Office arbeiten statt zu pendeln, dann wächst in der Politik das Interesse, den gesetzlichen Rahmen für diese Verhaltensweisen zu verbessern. Das bedeutet: Gesetze können durch unser alltägliches Leben vorweggenommen werden. Wir benötigen nur genug klimabewegte Menschen, die bereit sind, Neues auszuprobieren und ein Vorbild für andere zu sein. In Politik, in Unternehmen, in der Wissenschaft, in den Medien und bei Alltagsentscheidungen. Kurz: Es braucht uns alle!

SELBSTWIRKSAMKEIT: AUCH SIE KÖNNEN TONNEN AN CO₂ BEWEGEN!

In Untersuchungen zur emotionalen Verarbeitung des Klimawandels rangiert neben Klimaangst ein weiteres Gefühl ganz vorne: das Gefühl von Hilflosigkeit bzw. Ohnmacht.²¹ Zu groß scheint die Klimakrise mit all ihren Folgen; zu komplex ihre vielfältigen, miteinander verzahnten Ursachen. Das Gefühl, selbst nichts bewirken zu können, ist besonders herausfordernd. Schließlich ist Selbstwirksamkeit – das Erleben, durch eigenes Handeln etwas bewirken zu können – eines unserer stärksten psychologischen Bedürfnisse.²² Genau an dieser Stelle setzt KliX³ an: Wir alle können sehr wohl etwas tun und unseren persönlichen Weg in ein nachhaltiges Leben finden!

Im nächsten Kapitel lernen Sie den Dreiklang fürs Klima ausführlich kennen. Sie erfahren Schritt für Schritt, wie Sie Ihre CO₂-Bilanz erstellen können und welche individuellen Handlungsmöglichkeiten für wirksamen Klimaschutz Ihnen offenstehen, damit auch Sie tonnenweise CO₂ einsparen können - bei sich selbst und bei anderen.



DER DREIKLANG FÜRS KLIMA



CO₂-Bilanz erstellen

Mit dem Rechner des Umweltbundesamts

Fußabdruck verkleinern

Mit kleinen und großen Maßnahmen im Alltag – Schritt für Schritt

Handabdruck vergrößern

Mit Engagement, klimagerechter Kompensation und Geldanlage für den Klimaschutz

ABB. 3

CO₂-BILANZ ERSTELLEN

Die persönliche CO₂-Bilanz ermöglicht es, sich einen Überblick über den eigenen CO₂-Ausstoß zu verschaffen und ein Bewusstsein für die Klimawirkungen alltäglicher Handlungen zu entwickeln: Was mache ich schon gut? Wo liegen meine Veränderungspotentiale? Wo kann ich mir noch etwas bei anderen abschauen und wo stoße ich an persönliche oder gesellschaftliche Grenzen?

Im folgenden Kapitel widmen wir uns zunächst der Geschichte der individuellen CO₂-Bilanz, betrachten dann, wie viele Treibhausgase ein Mensch in Deutschland durchschnittlich freisetzt und schließen mit Tipps ab, wie Sie den CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes nutzen können.

Kleine Geschichte des CO₂-Fußabdrucks

1972 veröffentlichte der Club of Rome mit „Die Grenzen des Wachstums“ einen „Bericht [...] zur Lage der Menschheit“. Er beschrieb erstmals öffentlichkeitswirksam die Problematik, wie auch das individuelle lokale Handeln von Menschen langfristig globale Auswirkungen für alles Leben auf Erden entfaltet. Seitdem ist viel passiert: Es wurden Umweltstandards für wirtschaftliches Handeln eingeführt, weltweite Konferenzen zu Ressourcenverbrauch, Artensterben und Erderhitzung etabliert und vieles mehr. Eine große Herausforderung ist und bleibt die Frage, wie sich globale politische Ziele, institutionelles, wirtschaftliches und individuelles Handeln wechselseitig unterstützen können.

Ein Instrument zur Eindämmung der Klimakrise ist die CO₂-Bilanzierung. Sie soll erfassen und objektiv vergleichbar machen, wie viele Treibhausgase durch verschiedene Akteure – beispielsweise ein Wirtschaftsunternehmen oder eine Einzelperson – und auch durch Produkte freigesetzt werden. Für die verschiedenen Organisationsebenen wurden verschiedene CO₂-Rechner entwickelt. Sie sollen abstrakte CO₂-Minderungsziele in konkretes Handeln überführen. Speziell für Einzelpersonen wurde der CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes konzipiert. Er vergleicht die Angaben von Einzelpersonen mit dem Bundesdurchschnitt und wird laufend aktualisiert. Seine Vorläufer stammen aus der Umweltbewegung wie etwa die Energiediät, die 1992 von Greenpeace und dem Global Challenges Network veröffentlicht wurde, oder der Footprint Calculator des WWF. In den 2000er Jahren integrierte der Ölkonzern BP einen CO₂-Rechner für Privatpersonen in die konzerneigene Öffentlichkeitsarbeit und trug so dazu bei, das Konzept des CO₂-Fußabdrucks weltweit bekannter zu machen. Noch heute entspinnen sich an diesem Vorgehen Kontroversen: Ist der persönliche CO₂-Fußabdruck ein hilfreiches Konzept, um das individu-

CO₂-Rechner

Ihre persönliche CO₂-Bilanz können Sie ganz einfach mit dem CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes erstellen:

www.uba.CO2-rechner.de

elle Verhalten umweltfreundlich zu gestalten? Oder ist er vielmehr ein Instrument für Gegner einer ambitionierten Klimapolitik, um die Verantwortung für Klimaschutz auf Individuen zu schieben?

Der kleine historische Ausflug zeichnet nach, wie der CO₂-Rechner im Rahmen der Umweltbewegung entwickelt wurde, um als Handlungsorientierung für den persönlichen, unternehmerischen und gesellschaftlichen Klimaschutz zu dienen. Diese eigentliche Intention schließt eine missbräuchliche Verwendung leider nicht aus. Es liegt an uns als aufmerksame Zivilgesellschaft, diesen Missbrauch zu erkennen und beim Namen zu nennen, ohne die positiven Aspekte des Instruments aus den Augen zu verlieren. Denn der Nutzen für wirksamen Klimaschutz ist enorm – wie Sie im Folgenden lesen können.

CO₂-Fußabdruck in Deutschland

Betrachtet man sämtliche Treibhausgase und nicht nur CO₂, setzt eine Person in Deutschland durchschnittlich

10,3 Tonnen an CO₂-Äquivalenten pro Jahr frei (vgl. Abbildung 4). Wie immer bei Durchschnittswerten bietet diese Zahl zunächst

Den eigenen CO₂-Fußabdruck zu reduzieren, ist ein unverzichtbarer Aspekt auf dem Weg zu einem klimaneutralen Leben!

nur eine Orientierung – einige Menschen setzen weniger frei und andere mehr. Für alle lautet das Ziel jedoch: Klimaneutralität im Sinne der Netto-Null. Um im Einklang mit den Zielen des Pariser Klimaabkommens zu leben, müsste damit der jährliche Pro-Kopf-Ausstoß auf durchschnittlich unter eine Tonne CO₂e sinken und die übrigen Emissionen durch CO₂-Senken wie Wälder wieder aus der Atmosphäre entfernt werden. Haben Sie schon einmal einen CO₂-Rechner genutzt und wissen, wo Sie gerade mit Ihrem CO₂-Ausstoß stehen? Falls nicht, können Sie Ihre persönliche CO₂-Bilanz einfach und kostenfrei mit dem CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes auf folgender Website erstellen: www.uba.co2-rechner.de.

Der CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes hat sich in Deutschland für die Erstellung der individuellen CO₂-Bilanz etabliert. Die darin verwendeten Parameter werden durch die KliX³-Partnerin KlimAktiv gGmbH in Zusammenarbeit mit dem ifeu-Institut regelmäßig aktualisiert und berücksichtigen neueste wissenschaftliche Erkenntnisse. Im CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes werden verschiedene Bereiche des alltäglichen Lebens unterschieden: Wohnen, Strom, Mobilität, Ernährung, sonstiger Konsum und öffentliche Infrastruktur. Ihre CO₂-Bilanz gibt Ihnen damit einen Überblick, wie groß Ihre Emissionen in den verschiedenen Bereichen ausfallen. So sehen Sie, in welchen Bereichen

DURCHSCHNITTLICHER CO₂-FUSSABDRUCK IN DEUTSCHLAND

Bereich	CO ₂ -Ausstoß (t CO ₂ e)	Anteil (%)
Wohnen	2,0 t CO ₂ e	19%
Strom	0,5 t CO ₂ e	5%
Mobilität	2,2 t CO ₂ e	22%
Ernährung	1,7 t CO ₂ e	17%
Sonstiger Konsum	2,7 t CO ₂ e	26%
Öffentliche Infrastruktur	1,2 t CO ₂ e	11%

Stand heute
10,3 t CO₂e / Kopf

Klimaziel
< 1 t CO₂e / Kopf



ABB. 4

Grafik in Anlehnung an Kompetenzzentrum Nachhaltiger Konsum 2023 (Zahlen: UBA CO₂-Rechner)²³

CHECKLISTE

	Erstbilanz	Folgejahr 1	Folgejahr 2
WOHNEN			
Wohnfläche (m ²)			
Heizungsart (z. B. Erdgas, Fernwärme, Heizöl, Pellets ...)			
Heizung: Jahresverbrauch (z. B. in kWh/Jahr)			
STROM			
Jahresverbrauch (in kWh/Jahr)			
MOBILITÄT			
Entfernung Schule/Ausbildung/Job (in km, einfache Strecke)			
Fahrzeug: jährliche Fahrleistung (in km)			
ÖPNV: jährliche Fahrleistung (in km)			
Fahrrad: jährliche Fahrleistung (in km)			
Reisen (auch Kurz-Trips): Anzahl und Distanz (in km, hin und zurück)			
Flugreisen: Flugzeit Europa oder transkontinental (in h)			
Kreuzfahrten (in Tagen pro Jahr)			

Ihre Hauptemissionsquellen liegen – und damit auch Ihre größten Einsparpotentiale. Im Jahr 2023 wurde der Rechner zuletzt erweitert. Seither werden Details im Bereich „Sonstiger Konsum“ differenzierter erfasst.

Jährliche CO₂-Bilanz

Um die Erfolge Ihrer Klimaschutzmaßnahmen im Blick zu behalten oder gegebenenfalls nachjustieren zu können, lohnt es sich, den CO₂-Rechner wiederholt zu nutzen und beispielsweise einmal im Jahr erneut Bilanz zu ziehen. Kürzere Zeiträume sind weniger sinnvoll, da die täglichen CO₂-Emissionen im Laufe eines Jahres erheblichen Schwankungen unterliegen (Winter versus Sommer, Arbeits- versus Ferienzeit, seltene, aber relevante Großeinkäufe, ...). Im Rahmen des „CO₂-Rechner-Panels“ (vgl. KliX³-Angebote S. 5) können Sie mit einer jährlichen CO₂-Bilanz zudem die Arbeit von KliX³ unterstützen und Ihre Erkenntnisse mit anderen teilen.

Aller Anfang ist leicht

Wenn Sie schon neugierig geworden sind, können Sie Ihre CO₂-Bilanz gleich selbst erstellen! Planen Sie sich dafür ein Zeitfenster von 30 Minuten ein. Die meisten Fragen werden Sie auswendig beantworten können. In der folgenden Tabelle finden Sie die Werte, die Sie vermutlich nicht sofort parat haben. In Vorbereitung können Sie diese zusammentragen und in der Checkliste notieren. Alle Verbrauchswerte

beziehen sich dabei auf das vorhergehende Kalenderjahr. Sie können Stromverbrauch und Co also einfach den Jahresrechnungen Ihres Energielieferanten entnehmen. Beim ersten Mal benötigt das Daten-Zusammensuchen vielleicht etwas Zeit, schärft dafür aber bereits Ihren Blick für klimarelevante Bereiche.

Weiterführende Links

Umfassende Informationen zum CO₂-Fußabdruck finden Sie auf der Website des Umweltbundesamtes:
www.umweltbundesamt.de/tags/co2-fussabdruck.

CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes:
www.uba.co2-rechner.de.

Einmal jährlich Bilanz ziehen ist besonders sinnvoll, da die CO₂-Emissionen jahreszeitlichen Schwankungen unterliegen.

FUSSABDRUCK VERKLEINERN

Um Klimaneutralität zu erreichen, muss neben staatlichen und unternehmerischen Emissionsminderungen auch der persönliche CO₂-Fußabdruck erheblich reduziert werden. Doch wie ist das möglich? In welchen Bereichen kann in der Regel am meisten eingespart werden? Welche einmaligen Klimaschutzmaßnahmen lohnen sich besonders? Wo fangen Sie persönlich am besten an? Diese Fragen beantworten wir im folgenden Kapitel.

Das Ziel: Weniger als eine Tonne CO₂e pro Person und Jahr

Um die Zielvorgaben des Pariser Klimaabkommens zu erfüllen, muss jede:r von uns den persönlichen CO₂-Fußabdruck mittelfristig im Schnitt auf eine Tonne reduzieren. Doch wie kann man in kurzer Zeit zehn Tonnen einsparen? Ist dies überhaupt möglich? Generell gilt: Wir alle starten mit unterschiedlichen Voraussetzungen und haben unterschiedliche Handlungsmöglichkeiten.

Für viele Menschen ist der Verzicht auf Autofahren beispielsweise ein sogenannter „Big Point“ nachhaltigen Konsums, d.h. eine besonders wirksame Klimaschutzmaßnahme. Eine Person, die kein Auto besitzt und auch kein Carsharing nutzt, kann mit dem Tipp „Verzichte auf Autofahrten“ dagegen nichts mehr an ihrer CO₂-Bilanz verändern – und dafür andere Wege beschreiten.

Eine wichtige übergeordnete Rolle für die persönliche CO₂-Bilanz spielt die Höhe des Einkommens. In der Regel steigt der CO₂-Ausstoß mit dem Einkommen. Menschen, die über mehr Geld verfügen, können in größeren Wohnungen leben, häufiger reisen, sich ein größeres Auto leisten und generell mehr konsumieren. Doch dies muss nicht so sein: Ein höheres Einkommen ermöglicht auch den Kauf von Produkten, die wegen ihrer besseren Klimabilanz unter Umständen aufwendiger und damit teurer hergestellt wurden. Ein höherer Wohlstand gibt uns daher auch mehr Gestaltungsmöglichkeiten für die Umsetzung eines klimaverträglicheren Lebensstils. Je nach unserer individuellen Lebenssituation können wir also unterschiedliche Wege einschlagen, um im Sinne des Dreiklangs fürs Klima die CO₂-Freisetzung bei uns selbst und bei anderen zu minimieren. Und je weiter der gesellschaftliche Wandel in Politik, Wirtschaft und privaten Haushalten voranschreitet, desto leichter wird ein klimaneutraler Lebensstil für alle.

Das Große im Kleinen

Es gibt sehr viele Ideen und kleine Maßnahmen, mit denen wir Klima- und Umweltschutz im Alltag „ein bisschen mehr Geltung“ verschaffen können. Manchmal steckt in diesen kleinen Maßnahmen aber mehr: Eine starke Idee, eine Blaupause für ein anderes, klimaneutrales Wirtschaften. Das Umweltbundesamt untersucht z. B. derzeit (Stand:



ABB. 5

Herbst 2023) sogenannte „Schlüsselprodukte“, die „kleine Botschafter für die große sozial-ökologische Transformation“ sind. Beispiele hierfür sind:

- Torffreie Blumenerde – damit Moore als bedeutende CO₂-Senken geschützt werden
- Pflanzliche Milchalternativen – als Wegweiser, um CO₂-intensive Lebensmittel zu reduzieren
- Bio-Lebensmittel – für eine Landwirtschaft, die Artenvielfalt erhält, Bodenfruchtbarkeit erhöht und Gewässer schützt
- Balkonsolarkraftwerke – als sichtbares Zeichen für die Energiewende hin zu 100 % erneuerbaren Energien.

Mit Big Points den Fußabdruck halbieren

Big Points sind Maßnahmen, die besonders großen Einfluss auf den CO₂-Fußabdruck einer Person haben. Ein Big Point kann Einsparungen von hunderten Kilogramm CO₂ oder mehr pro Jahr ermöglichen. Wer bei seinen persönlichen Big Points ansetzt, reduziert den eigenen CO₂-Fußabdruck daher besonders effektiv. Wichtige Stellschrauben im Bereich „Mobilität“ stellen etwa die Zahl der Fernreisen, die gefahrenen Autokilometer und der Kraftstoffverbrauch des Autos dar. Im Bereich „Wohnen“ haben die Größe der Wohnfläche sowie deren Wärmedämmung einen großen Einfluss auf den Heizenergieverbrauch. Und im Bereich „Ernährung“ wirken sich insbesondere die Menge des Konsums von Fleisch und anderen tierischen Produkten wie Käse, aber auch der Kauf von Bioprodukten aus. Abbildung 5 zeigt anhand von Durchschnittswerten, wie ein Mensch in Deutschland schon mit wenigen Maßnahmen seinen CO₂-Fußabdruck halbieren kann.

Da Durchschnittswerte nur eine grobe Orientierung bieten, schauen wir uns ein Beispiel genauer an: Ein Mensch, der dem deutschen Durchschnitt entspricht und jährlich um die 10,3 t CO₂e freisetzt, kann durch Flugverzicht durchschnittlich 0,5 Tonnen CO₂e im Jahr einsparen. Eine Person, die dagegen viel fliegt und statt 10,3 beispielweise 20 t CO₂e im Jahr freisetzt, kann durch den Verzicht auf Flüge sogar deutlich mehr einsparen. Ist ein Flugverzicht zunächst nicht möglich, könnte die Person auch andere Maßnahmen wählen, um ihren Fußabdruck zu verkleinern und in der Summe beispielsweise 11,3 t CO₂e einsparen. Die verbleibenden Emissionen von 9,7 t CO₂e könnte sie anderweitig ausgleichen – etwa durch eine Spende an zertifizierte Klimaschutzprojekte (vgl. Abbildung 6).

Wir halten fest: Welche Maßnahmen in Ihrem Fall geeignet sind, Ihren CO₂-Fußabdruck zu verkleinern, hängt von Ihrer Lebenssituation ab. Bei einer Person ist es das Balkonkraft-

werk, bei einer anderen das Carsharing oder ein E-Auto – und bei fast allen der in seinem Einsparpotential oft unterschätzte Sparduschkopf. Mithilfe Ihrer CO₂-Bilanz können

DIE KLIX³- KLIMANEUTRALITÄTSFORMEL

Mein Fußabdruck

– Reduktionsmaßnahmen

– Ausgleichsmaßnahmen

= Netto-Null

ABB. 6

auch Sie sich auf die Suche nach Ihren individuellen Big Points machen und herausfinden, welche Klimaschutzhebel Sie gegenwärtig in der Hand haben. Besonders empfehlenswert sind dabei Maßnahmen, die Sie – wie beim Wechsel zu einem Ökostrom-Anbieter – nur einmalig ergreifen müssen und mit denen Sie ganz einfach Ihre alltäglichen Rahmenbedingungen verändern. Ein Deutschlandticket oder eine Bahncard kann etwa das Bahnfahren attraktiver machen. Mit einem Konto bei einer sozial-ökologischen Bank unterstützt Ihr Geld ohne Ihr weiteres Zutun nachhaltige Einrichtungen und Projekte. Die Mitgliedschaft in einer solidarischen Landwirtschaft kann regionale Versorgungsstrukturen stärken. Kurz: Es gibt viele Wege, ein nachhaltiges Leben zur sozialen Norm werden zu lassen.

Ihre persönlichen Big Points können Sie mit dem CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes herausfinden!

Zum Weiterlesen

Zur Idee der Schlüsselprodukte:

www.umweltbundesamt.de/publikationen/ab-in-den-mainstream.

Eine Übersicht zu den Big Points:

www.umweltbundesamt.de/themen/deutschland-krisenfester-nachhaltiger-machen.

Weitere Umwelttipps für den Alltag:

www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag.

DIE VIELFALT DES HANDABDRUCKS

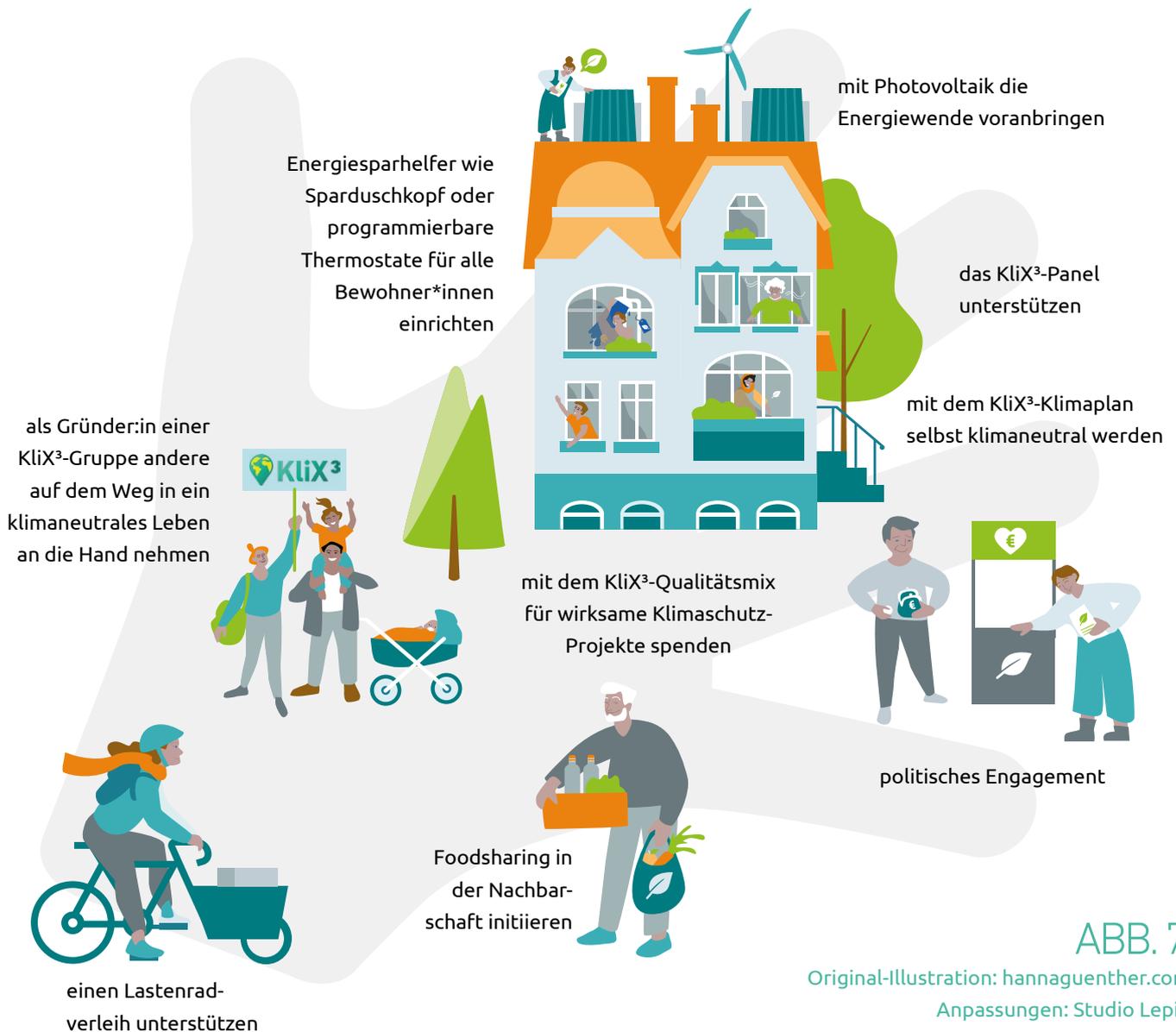


ABB. 7

Original-Illustration: hannaguenter.com

Anpassungen: Studio Leping

HANDABDRUCK VERGRÖßERN

Maßnahmen, die den individuellen CO₂-Fußabdruck verkleinern, ermöglichen es Menschen in Deutschland, ihre persönlichen CO₂-Emissionen durchschnittlich auf einen Wert von etwa 5 bis 6 Tonnen zu reduzieren. Eine deutliche Reduktion im Vergleich zu den durchschnittlich 10,3 Tonnen CO₂e pro Person und Jahr! Mit dem Dreiklang fürs Klima haben wir aber noch mehr Instrumente in der Hand! Durch den Handabdruck können wir weit über unseren eigenen Alltag hinaus wirken und CO₂-Emissionen sowohl bei als auch mit anderen Menschen reduzieren – etwa indem wir durch unser alltägliches Handeln ein Vorbild für andere sind, durch gemeinsames Engagement für veränderte politische Rahmenbedingungen, durch Spenden für Klimaschutzprojekte oder durch eine um-

weltverträgliche Geldanlage. Bei KliX³ werden all diese Möglichkeiten unter dem Handabdruck zusammengefasst.

Die Vielfalt des Handabdrucks nutzen

Zum Einstieg einige Beispiele: Ihre Eltern erwägen, eine Solaranlage zu installieren und Sie unterstützen sie bei Recherche und Umsetzung? Es fährt kein Bus zum Fußballtraining Ihrer Tochter – also nehmen Sie die drei Kinder aus der Nachbarschaft einfach in Ihrem Auto mit? Sie spenden Geld an Umweltschutzverbände oder haben ein Konto bei einer sozial-ökologisch ausgerichteten Bank? All das und noch viel mehr lässt Ihren Handabdruck wachsen. Die CO₂-Einsparung findet hier mit bzw. bei anderen Menschen statt: bei Ihren Eltern, der Nachbarschaft oder durch

die Aktivitäten von Umweltschutzverbänden oder Ihrer Bank. Das Gute: Für den Klimaschutz spielt der Ort der Einsparung keine Rolle. Die tatsächliche CO₂-Einsparung lässt sich beim Handabdruck zwar oft nicht leicht beziffern – das Potential allerdings ist enorm! Bei KliX³ werden im Handabdruck drei Bereiche unterschieden: Engagement, klimagerechte Kompensation und Geldanlage für den Klimaschutz. Mehr dazu erfahren Sie auf den folgenden Seiten. Viel Freude damit!

Engagement für den Klimaschutz

Engagement ist wunderbar vielfältig und umfasst privates wie politisches Handeln. So findet jede:r eine passende Form von Engagement – die oft auch Spaß macht: Kleidertauschpartys, Bildungsveranstaltungen organisieren, Menschen in ein Reparatur-Café mitnehmen, den Urlaub im Freund:innenkreis ohne Flug oder lange Autoanreise planen, die Familie für Ökostrom motivieren, in der Hausgemeinschaft eine Fassadenbegrünung anregen oder gar das eigene Klimaengagement zum Beruf machen. Ihnen fallen bestimmt noch viele weitere Dinge ein! Allgemeines Prinzip dabei: mit Freude vorleben und motiviert weiterzählen hilft.

Durch den Handabdruck Strukturen verändern

Formen des Engagements, welche dauerhaft die Rahmenbedingungen für sozial-ökologisches Handeln verbessern und damit nachhaltiges Verhalten erleichtern, stehen beim Handabdruck-Konzept der Nichtregierungsorganisation Germanwatch im Fokus. Beispiele hierfür sind die Gründung einer politischen Initiative, die finanzielle oder zeitliche Unterstützung von Umweltverbänden, die Teilnahme an politischen Demonstrationen, Petitionen oder das Kreuzchen bei der nächsten Wahl. Besonders leicht und wirksam lässt sich dabei in der eigenen Umgebung etwas verändern. Wenn Sie sich gemeinsam mit anderen dafür einsetzen, dass Ihre Schule, Ihre Hochschule, Ihr Sportverein, Ihre Religionsgemeinschaft oder Ihr Arbeitgeber sich auf den Weg zu einer klimaneutralen Institution macht, nachhaltig einkauft, eine vegetarische oder vegane Ernährung anbietet, Ökostrom bezieht etc., spart dieses Handeln Treibhausgase auf Ebene der gesamten Institution.

Oft können diese Veränderungen, wenn sie einmal gelungen sind, dann Vorbild für weitere Institutionen sein oder gar auf die nächsthöhere Ebene übertragen werden: von der Abteilung auf das gesamte Unternehmen, von der Gemeinde auf die Landeskirche oder das Bistum, vom Quartier auf die Stadt. Auch wenn dieser Wandel an der einen oder anderen Stelle mühsam sein kann: Die Mühe lohnt sich! CO₂ wird langfristig tonnenweise eingespart – und Sie

können den gemeinsamen Erfolg, Ihre kollektive Selbstwirksamkeit und die neuen Strukturen jedes Mal beim Betreten der Institution stolz genießen.

Zum Weiterlesen

Viele Ideen und einen Selbsttest finden Sie unter:

www.handabdruck.eu. Mitmachangebote sowie Unterstützung zur Gründung einer KliX³-Gruppe finden Sie auf www.klix3.de unter „Mitmachen“. Anregungen für strukturveränderndes Handeln finden Sie unter www.climate-challenge.de. Projekte und Initiativen in Ihrer Umgebung finden Sie beispielsweise auf www.kartevonmorgen.org sowie auf www.nebenan.de.

EIN KLEINES EXPERIMENT



Gehen Sie eine Woche lang mit der „Handabdrucks-Brille“ durch Ihren Alltag. Welches Klimathema liegt Ihnen besonders am Herzen? Was stört Sie? Was wünschen Sie sich schon lange? Auf welcher Ebene

könnten Sie ansetzen und mit wem könnten Sie gemeinsam eine Veränderung in die Wege leiten? Wie würde es sich anfühlen:

- Wenn Ihre Wünsche in Erfüllung gingen?
- Wenn Ihre Kommune umfassend begrünt würde und Ihnen mit großzügigen Plätzen zum Verweilen und unversiegelten Flächen ein gesundes Stadtklima böte?
- Wenn Sie selbstverständlich eine Berufsberatung in Anspruch nehmen könnten, bei der zukunftsfähiges, nachhaltiges Handeln für die Gesellschaft im Vordergrund stünde?
- Wenn Ihr Unternehmen nachhaltig und fair erzeugte Produkte und Ökostrom beziehen würde und in der Kantine leckere, gesunde und pflanzenbetonte Speisen angeboten würden?
- Wenn Ihre Nachbarschaft eine Tauschbörse initiieren würde?
- Wenn ein Lieferkettengesetz bei allen Produkten die Einhaltung von Menschenrechten und Umweltstandards garantieren würde?
- Wenn ... Was möchten Sie hinzufügen?

Das wäre doch schön, oder?

KLIMAGERECHTE KOMPENSATION

Freiwillige CO₂-Kompensation bietet eine weitere Möglichkeit, bei und mit anderen Menschen Klimaschutz voranzubringen. Sie kann Klimaschutzprojekte ermöglichen, den Aufbau erneuerbarer Energien und anderer CO₂-armer Infrastrukturen unterstützen und damit immense Mengen an Treibhausgasen einsparen. Hochwertige Kompensation trägt damit zu mehr Klimagerechtigkeit bei – sowohl zwischen verschiedenen Nationen als auch zwischen unterschiedlichen Generationen.

Bei Privatpersonen führt freiwillige CO₂-Kompensation jedoch bisher ein Schattendasein. Gerade Klimabewegte Menschen bekommen oft Bauchschmerzen bei diesem Thema und scheuen davor zurück, sich näher mit ihm zu beschäftigen. Lassen Sie uns deshalb genauer hinschauen: Was ist freiwillige CO₂-Kompensation und was kann sie bewirken? Woher kommen die unangenehmen Gefühle und wie können wir dieses Instrument mit einem guten Gewissen wirkungsvoll einsetzen?

Kompensation – kurz und knapp

Bei der freiwilligen CO₂-Kompensation handelt es sich um Spenden für Klimaschutzprojekte. Als Spender:in erhalten Sie weder eine materielle Gegenleistung noch Zinsen (wie z. B. bei einer Investition in einen Windpark). Kompensationsprojekte müssen neben den üblichen Kriterien für gemeinnützige Spenden – Sinnhaftigkeit, Durchführungsqualität, effiziente Mittelverwendung – noch weitere Kriterien erfüllen. Insbesondere müssen sie:

- **wirksame Finanzierungshebel sein:** Kompensationszahlungen schließen in der Regel eine noch offene Finanzierungslücke der Kompensationsprojekte. Eine Kompensationsspende kann damit der entscheidende Auslöser für eine noch viel größere Investition in CO₂-einsparende Maßnahmen sein. Dadurch besitzt sie – im Vergleich etwa zum Bezug von Ökostrom oder dem Kauf von Bioprodukten – eine besonders große Hebelwirkung (vgl. Kasten).
- **messbar CO₂-Emissionen reduzieren:** Um als Kompensationsprojekt ausgewählt zu werden, muss die Zusätzlichkeit der Maßnahmen gewährleistet und deren CO₂-Einsparpotential ermittelt worden sein. Für den KliX³-Qualitätsmix wurde eine Auswahl solcher Kompensationsprojekte zusammengestellt. Mit einer Spende von 25 Euro lässt sich im KliX³-Qualitätsmix damit messbar eine Tonne CO₂e einsparen (Stand: Herbst 2023).
- **eine virtuelle Gutschrift ermöglichen:** Durch die Messbarkeit kann man als Spender:in eine Rückmeldung zur eigenen „Klimawirkung“ erhalten (z. B. „Durch Ihre Spende wurde eine Tonne CO₂e eingespart.“). Dieser Wert kann der individuellen CO₂-Bilanz als „negative Emission“ gutgeschrieben werden. Die Verrechnung mit den eigenen Emissionen bietet damit eine Orientierung für die Frage: Wie viel sollte ich mindestens spenden?

Darüber hinaus müssen Kompensationsprojekte im globalen Süden neben der eigentlichen Klimaschutzwirkung den

UNGLAUBLICH, ABER WAHR

20.000
STUNDEN VIDEOSTREAMING
VERMEIDEN

1.000
LITER HAFERMILCH STATT
VOLLMILCH TRINKEN

spart
1 Tonne
CO₂

25€

FÜR DEN KLIX³-QUALITÄTSMIX SPENDEN

50.000
PLASTIKFOLIEN BEI
SALATGURKEN VERMEIDEN

6.000
AUTOKILOMETER
EINSPAREN



Menschen vor Ort zugute kommen, also den Menschen, die heute schon am meisten unter den Klimaveränderungen leiden. Deshalb sprechen wir von klimagerechter Kompensation.

Herausforderungen und deren Lösung

Kompensationsprojekte stehen häufig in der Kritik, wobei es hier meist um die freiwillige CO₂-Kompensation von Unternehmen geht. Ein Vorwurf: Nutzen Unternehmen das Label „klimaneutral“ vorwiegend aus Marketinggründen, handelt es sich um Greenwashing. Ein Unternehmen sollte also nachweislich bemüht sein, selbst Emissionen einzusparen. Privatpersonen haben durch das Label „klimaneutral“ in der Regel keine Vorteile. Einige Herausforderungen gelten für unternehmerische wie individuelle CO₂-Kompensation jedoch gleichermaßen. Beispielsweise ist es häufig nicht einfach, die tatsächliche CO₂-Minderungsleistung eines Projekts einzuschätzen. Was ein effizienter Kocher, eine Solaranlage oder eine Aufforstung an CO₂ einspart oder bindet, hängt unter anderem davon ab, welche Vergleichswerte man heranzieht. Um Projekte vergleichbar zu machen und sie unabhängig überprüfen zu können, werden transparente Bilanzierungsregeln benötigt. Es gibt bereits Schritte in diese Richtung: Ein verbreiteter internationaler Kompensationsstandard ist der sogenannte Gold Standard.

Ein weiterer Vorbehalt gegenüber Kompensationsprojekten lautet, dass der Preis für eine Tonne CO₂ mit beispielsweise 25 Euro zu niedrig sei. Schließlich müsse eine Tonne CO₂ laut Umweltbundesamt 195 Euro kosten. Um diesen Widerspruch aufzulösen, lohnt sich die Unterscheidung in „Schadens-“ und „Vermeidungskosten“. Beim Wert des Umweltbundesamtes handelt es sich um Schadenskosten, also um eine Schätzung darüber, wie hoch die gesellschaftlichen Kosten langfristig ausfallen, wenn eine zusätzliche Tonne CO₂ in der Atmosphäre abgelagert wird. Dieser CO₂-Anstieg wird durch Kompensation verhindert. Der Preis für Kompensationsprojekte beziffert also die Kosten für die Vermeidung der CO₂-Emissionen und ist unabhängig von eventuellen Schadenskosten. Um es an einem einfachen Beispiel zu verdeutlichen: Bei einem durch Alkoholkonsum verursachten Autounfall können die Schadenskosten sehr hoch ausfallen. Hätte die Person stattdessen ein Taxi genommen, wären die Vermeidungskosten deutlich niedriger gewesen. Da die Finanzierungslücken für Klimaschutzprojekte sehr unterschiedlich ausfallen, variieren die Kosten für Kompensationsprojekte zusätzlich.

Wie kompensiere ich richtig?

Die Grundidee der freiwilligen CO₂-Kompensation ist einfach. Im Detail gibt es jedoch viele Aspekte zu beachten. Hierfür einige Hilfestellungen:



© Zentrum für Europäischen Verbraucherschutz e. V.

- Qualität durch vertrauenswürdige Siegel und Anbieter:** Mit dem Gold Standard hat sich ein anspruchsvolles und vertrauenswürdige Siegel für Kompensationsprojekte etabliert. Und mit Klima-Kollekte, myclimate, atmosfair, Primaklima oder ForTomorrow gibt es gemeinnützige Anbieter, die sich für wirksamen Klimaschutz einsetzen.
- Kompensation aller vergangenen Emissionen:** Manchmal wird empfohlen, nur vermeidbare Emissionen zu kompensieren. Was sind aber vermeidbare Emissionen? Flugreisen? Autofahrten? Die Erdgasheizung? Die von uns im vergangenen Jahr verursachten Emissionen sind geschehen und dafür können wir Verantwortung übernehmen.
- Kompensation des gesamten eigenen CO₂-Fußabdrucks:** Unternehmen bieten teilweise die Kompensation einzelner Produkte oder Dienstleistungen an. Flugreisen werden am häufigsten kompensiert. Allerdings machen Flugreisen im deutschen Durchschnitt nur etwa 5% der Treibhausgasemissionen aus. Es empfiehlt sich deshalb, einmal im Jahr den gesamten CO₂-Fußabdruck zu ermitteln und zu kompensieren.
- Vielfältige Projekte als Antwort auf vielfältige Herausforderungen:** Kompensationsprojekte können überall in der Gesellschaft ansetzen: Erneuerbare Energien, Aufforstungen an Land oder am und im Meer (z. B. Mangrovenwälder und Seegraswiesen) sowie weitere CO₂-Senken (z. B. Pflanzenkohle und Humusaufbau) bieten mögliche Projektfelder. Jedes davon birgt spezifische Risiken. Die Wirksamkeit von Aufforstungen wird beispielsweise durch Waldbrände bedroht. Eine Risikostreuung durch einen ausgewogenen Mix unterschiedlicher Projekttypen ist daher sinnvoll. Bei KliX³ gibt es aus diesem Grund den KliX³-Qualitätsmix!

Der KliX³-Qualitätsmix

Die freiwillige CO₂-Kompensation bietet einen wichtigen individuellen Hebel im Klimaschutz. Nicht jede:r hat jedoch Muße und Zeit, sich in die komplexe Welt der freiwilligen CO₂-Kompensation einzulesen und hineinzudenken. Wir haben deshalb für alle klimabewegten Menschen den KliX³-Qualitätsmix entwickelt:

- **Vielfältige Projekte:** Ob erneuerbare Energien oder Energieeffizienz, ob Aufforstung an Land oder CO₂-Bindung an Küsten, ob Pflanzenkohle oder die Lösung von Emissionsrechten aus dem europäischen Emissionshandel – wir benötigen all diese Ansätze, um Klimaschutz möglichst schnell voranzutreiben.
- **In Deutschland und weltweit:** Klimagerechtigkeit erfordert die Unterstützung ärmerer und vulnerabler Regionen. Projekte hier vor Ort ermöglichen hingegen eine höhere Identifikation und auch Erfolgskontrolle. Wir haben daher beides im Mix integriert.
- **Gemeinnützige Partner mit langjähriger Erfahrung und etablierten Standards:** Unsere Partner arbeiten gemeinnützig und sind seit vielen Jahren im Klimaschutz engagiert. Die meisten Projekte sind mit Gold Standard zertifiziert und stiften über den Klimaschutz hinausgehenden sozialen Mehrwert. Zudem unterstützen wir nach Möglichkeit kleinere Projekte.
- **Spendenbescheinigung:** Als gemeinnütziger Verein können wir Ihnen Ihre Spende bescheinigen und Sie Ihre Spenden für den KliX³-Qualitätsmix von der Steuer absetzen.

Zum Weiterlesen:

Details zum internationalen Gold Standard für Kompensationsprojekte finden Sie unter www.goldstandard.org. Den KliX³-Qualitätsmix mit einer ausführlichen Beschreibung geförderter Projekte finden Sie unter www.klix3.de/klimaschutzprojekte.

GELDANLAGE UND KLIMASCHUTZ

Wir wissen bereits: Mehr Geld bedeutet häufig auch mehr Konsum und einen höheren CO₂-Fußabdruck. Die gute Nachricht ist, dass Sie nicht nur mit Konsumentscheidungen, sondern auch mit Ihrem Vermögen und Ihren Anlagestrategien Einfluss aufs Klima nehmen können. Klar ist: Der Aufbau einer erneuerbaren Energieversorgung, einer klimaneutralen Wirtschaft und ein umfassender Umweltschutz benötigen Geld – warum also nicht auch mit Privatvermögen dazu beitragen? Warum es sinnvoll ist, Geld „grün“ anzulegen, wie eine solche Anlage wirkt und welche Anlageformen infrage kommen, wird in diesem Kapitel beleuchtet.

BANKEN MIT NACHHALTIGKEITSANSPRUCH

- GLS Bank
- Triodos Bank
- Ethikbank
- Umweltbank

Warum sollte ich mein Geld „grün“ anlegen?

Angenommen, es kommen zwei Menschen aus Ihrem Bekanntenkreis auf Sie zu und bitten Sie darum, ihnen 5.000 Euro zu leihen: Die eine Person möchte es in die Pflege eines an Hitzetagen kühlenden Parks investieren, die andere in einen vollversiegelten Parkplatz für den eigenen SUV. Wem würden Sie das Geld lieber geben? Das Beispiel ist etwas stereotyp und plakativ. Aber um Ähnliches geht es beim Thema Geldanlage: Wem möchten wir unser Geld leihen? Was soll damit passieren? Wo soll es wirken? Das Geld, das wir einer Bank geben oder in Wertpapiere investieren, finanziert ganz konkrete Projekte – und welche das sind, darauf können wir Einfluss nehmen. Nicht immer direkt, aber zumindest indirekt. Es lohnt sich genau hinzuschauen, welche Wirkung Ihr Geld erzielt. Die Herausforderung: „Klimafreundliche“, „grüne“ und „ethische“ Geldanlagen sind keine geschützten Begriffe – daher ist ein kritischer Blick wichtig: Stimmt das Finanzprodukt mit Ihren Werten überein?

Wie wirkt eine klimafreundliche Geldanlage?

Anders als im oben beschriebenen Beispiel lässt sich die Wirkung einer Investition nicht immer eindeutig beschreiben. Grundsätzlich lassen sich direkte und indirekte Auswirkungen einer klimafreundlichen Geldanlage unterscheiden:

Direkte Wirkung

- **Renditeverzicht:** Durch Akzeptanz einer geringeren Rendite haben Anleger:innen die Möglichkeit, Projekte zu finanzieren, die sonst nicht rentabel wären. Die Geldanlage schließt damit eine Finanzierungslücke für ein Projekt, das unter marktüblichen Bedingungen keine ausreichende Finanzierung erhalten hätte. Oder aber die geringeren Kreditkosten ermöglichen den Projekten, höhere Umweltstandards umzusetzen.
- **Einfluss auf das Management:** Als Anteilseigner:innen haben Banken und private Anleger:innen die Möglichkeit, Unternehmen zu einem stärkeren Engagement für den Klimaschutz zu bewegen – im Dialog oder durch Bedingungen bei der Kreditvergabe.

Indirekte Wirkung

- **Verschiedene Mechanismen:** Eine Investition kann beispielsweise indirekt Wirkung entfalten, wenn klimafreundlich agierende Unternehmen als Arbeitgeber attraktiver werden, zusätzliche Kund:innen gewinnen können oder bei Kreditinstituten als weniger riskant eingestuft werden und dadurch günstigere Kredite erhalten.

Außerdem kann eine höhere Nachfrage nach grünen Geldanlagen zu einer höheren Aufmerksamkeit für Nachhaltigkeitskriterien sorgen und den öffentlichen Druck erhöhen, politische Rahmenbedingungen ökologisch und sozial zu gestalten.

Anlageformen – worauf Sie achten sollten

- **Sparen:** Das klassische Girokonto, Tagesgeld oder Sparbriefe gibt es auch in Grün: Etwa bei der GLS Bank, der Triodos Bank, der Ethikbank oder der Umweltbank. Diese Banken bieten für Sparer:innen die gleichen Leistungen wie konventionelle Banken. Was diese Banken anders machen: Sie vergeben ihre Kredite nur unter Einhaltung von Nachhaltigkeitskriterien und schließen bestimmte Bereiche wie etwa fossile Energien grundsätzlich aus.
- **Investieren:** Auch bei langfristiger Geldanlage gibt es klimafreundliche Alternativen. Eine Abwägung zwischen Verfügbarkeit, Sicherheit und Rendite ist hier genauso notwendig wie bei konventionellen Angeboten und abhängig von Ihrer persönlichen Situation. Nutzen Sie Checklisten, zum Beispiel im „Greenpeace Finanzguide“²⁴, um sich über Ihre eigenen Präferenzen bewusst zu werden: Was möchten Sie finanzieren – was nicht? Und dann schauen Sie genau hin, fragen kritisch nach und lassen sich unabhängig beraten. Bislang gibt es keine verbindlichen Kriterien für nachhaltige Geldanlagen – die häufig genannten ESG-Kriterien (environmental, social, governance – übersetzt: Umwelt-, Sozial- und Führungskriterien) stellen keinen einheitlichen Standard dar und sollten gut geprüft werden. Das FNG-Siegel bietet eine erste Orientierung.²⁵
- **Spenden:** Spenden bilden keine klassische Geldanlage: Sie sind eine Investition in die Gesellschaft und die Rendite kommt allen zugute. Spenden sind eine wirksame Maßnahme, um den eigenen Handabdruck zu vergrößern, denn sie ermöglichen und unterstützen die Aktivitäten engagierter Menschen. Ihre Wirkung ist in der Regel zielgerichtet und vergleichsweise hoch. Vergleichen Sie hierzu auch das vorherige Kapitel zu klimagerechter Kompensation. Auch hier gilt: Was ist Ihnen besonders wichtig? Politische Lobbyarbeit, öffentlichkeitswirksame Kampagnen, Bildungsarbeit oder Naturschutz?

- **Sonstige Investitionen:** Auch Investitionen in die eigene Immobilie sind „grüne Geldanlagen“: eine Photovoltaik-Anlage auf dem Dach oder die energetische Sanierung. Oder Sie fördern finanziell den Aufbau von Gemeinschaften wie Bürger:innen-Energiegenossenschaften. Oder Sie nehmen Geld in die Hand, um einen der anderen Big Points aus dem Kapitel „Fußabdruck verkleinern“ ab Seite 14 anzugehen.

Lassen Sie Ihr Geld im Sinne Ihrer Werte wirken!



Zum Weiterlesen

Vertiefende Informationen finden Sie beispielsweise beim Umweltbundesamt unter www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag/haushalt-wohnen/nachhaltige-geldanlage-gruen-sparen-investieren oder im „Greenpeace Finanzguide“ unter www.act.greenpeace.de/finanzguide-cs.

Einen Überblick zu Banken und Versicherungen bietet der „Fair Finance Guide“ auf www.fairfinanceguide.de.

Eine Datenbank über „faire Fonds“ finden Sie auf www.faire-fonds.info.

MOTIVATION STÄRKEN

Die Eindämmung der Klimakrise und die Bewältigung ihrer Folgen wird uns als Menschheit noch lange beschäftigen. Allgemein gilt: Je besser wir unsere eigenen Motive und Werte, aber auch unsere persönlichen Herausforderungen kennen, desto leichter fällt es uns, auch langfristig unsere Ziele zu verfolgen. In diesem Kapitel widmen wir uns daher einigen psychologischen Befunden zur menschlichen Wahrnehmung sowie Methoden, mit denen Sie Ihre eigene Motivation stärken können.

DER BLICK INS HIER UND JETZT: KLIMAKRISE IN DEUTSCHLAND

Die deutliche Mehrheit der Menschen in Deutschland macht sich große Sorgen wegen des Klimawandels. Das zeigt etwa die im Sommer 2023 veröffentlichte „Umweltbewusstseinsstudie“ von Umweltbundesamt und Bundesumweltministerium.²⁶ 85 % der Befragten gaben an, „starke“ oder „sehr starke“ Auswirkungen des Klimawandels wahrzunehmen – in Form anhaltender Trockenheit, sinkender Wasserstände oder der Zunahme von Hitzetagen. Entsprechend groß ist der Wunsch nach einer wirksamen Eindämmung des Klimawandels: 91 % der Befragten plädieren für einen klimafreundlichen Umbau der Wirtschaft! Die Untersuchungen von „More in Common“ weisen in dieselbe Richtung. Die Initiative möchte durch ihre Forschung Erkenntnisse zum gesellschaftlichen Zusammenhalt erhalten und führt hierfür aufwendige Interviews durch.²⁷ Diese ergaben, dass – über alle gesellschaftlichen Gruppen hinweg – 76 % bereit sind, ihr Verhalten im Sinne des Klimaschutzes zu ändern. Diese Zahlen machen Mut. Sie zeigen, dass Klimaschutz in unserer Gesellschaft als wichtiges Ziel erkannt wird und eine große Bereitschaft besteht, auch im eigenen Leben Veränderungen vorzunehmen!

Beim Klimaschutz unterschätzen wir oft unsere Mitmenschen. Diese Wahrnehmung folgt einem allgemeinen Muster, das in der psychologischen Forschung „better than average effect“ genannt wird. Dabei schätzen wir uns selbst oft besser ein als andere: Wir denken, wir seien gebildeter, gewissenhafter, klimaschutzmotivierter etc. Einfach, weil wir danach streben, uns selbst positiv zu sehen. Psychologisch geht es hier also um den Schutz unseres Selbstwerts. Wenn wir uns dies bewusst machen, fällt es uns leichter, neben uns selbst auch anderen etwas zuzutrauen!



85 %

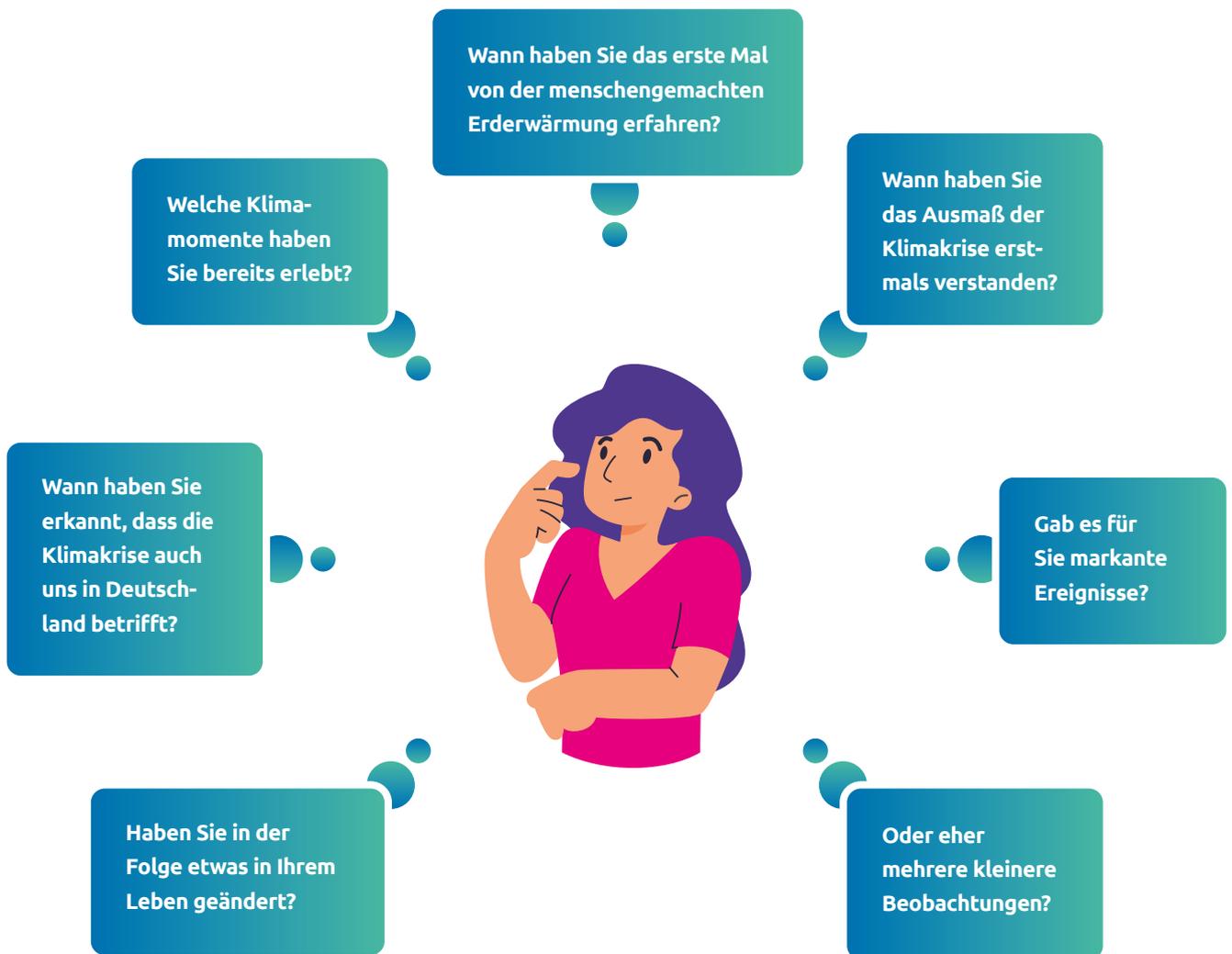
GEBEN AN, „STARKE“ ODER „SEHR STARKE“ AUSWIRKUNGEN DES KLIMAWANDELS WAHRZUNEHMEN

91 %

PLÄDIEREN FÜR EINEN KLIMAFREUNDLICHEN UMBAU DER WIRTSCHAFT!

76 %

SIND BEREIT, IHR VERHALTEN IM SINNE DES KLIMASCHUTZES ZU ÄNDERN.



DER BLICK ZURÜCK: IHRE KLIMAMOMENTE

Nehmen Sie sich einen Moment Zeit und blicken Sie in Ihre eigene Klimabiografie zurück! Vielleicht möchten Sie die nachfolgenden Fragen auch mit einem Menschen besprechen, der Ihnen nahesteht. Klimamomente sind Augenblicke, in denen uns die Erderwärmung bewusst wird: ein ausgetrockneter See, in dem wir als Kind gebadet haben, ein sterbender Fichtenwald oder auch sommerliche Temperaturen im Oktober. All diese Momente machen die Klimakrise für uns erfahrbar und können uns damit wertvolle Handlungsimpulse bieten.

Fiel Ihnen die Beantwortung der Fragen leicht oder benötigten Sie etwas mehr Zeit, um sich an konkrete Klimamomente aus Ihrem Leben erinnern zu können? Falls Letzteres der Fall ist, sind Sie nicht allein: Wir sind es in Europa noch gewohnt, über die Klimakrise eher als abstrakte Bedrohung in der Zukunft oder an weit entfernten Orten zu sprechen. Lange verbanden wir die Klimakrise kaum mit

eigenen konkreten, sinnlichen Erfahrungen. Generell ist die große Herausforderung bei der Erderwärmung: Wir spüren die Folgen CO₂-intensiven Handelns erst verzögert. Dieses fehlende unmittelbare Verhaltensfeedback erschwert es uns, zu lernen, „das Richtige zu tun“. Wenn wir etwa als Kind eine heiße Herdplatte berühren, ist dies anders: Wir lernen sofort, dass uns diese Handlung schadet und wiederholen sie in der Regel nicht noch einmal. Welches Verhalten klimaschädlich ist und welches nicht, erfahren wir dagegen nicht unmittelbar über unsere Sinne – wir müssen uns das nötige Wissen aktiv über unseren Verstand aneignen und damit indirekt lernen, wie wir uns verhalten sollten. Mit dem Voranschreiten der Klimakrise ändert sich dies allmählich: Wir erleben, dass es sehr wohl Folgen für uns hat, wie CO₂-intensiv wir leben. Klimamomente laden uns dazu ein, innezuhalten und zu überlegen, wie wir von jetzt an leben möchten.

DER BLICK NACH VORN: DIE WOOP-METHODE

In der psychologischen Motivationsforschung gilt eine Methode als besonders wirksam, um eigene Ziele zu erreichen. Sie nennt sich „WOOP-Methode“.²⁸ Jeder Buchstabe steht für einen bestimmten Handlungsschritt: „W“

für „Wish“, „O“ für „Outcome“ sowie „Obstacle“ und „P“ für „Plan“. In der folgenden Tabelle wird die WOOP-Methode anhand eines Beispiels vorgestellt.

Handlungsschritt	Beschreibung	Beispiel
W 1. WISH (WUNSCH)	Denken Sie an die nächsten vier Jahre. Was ist für diesen Zeitraum ein wichtiger Klimawunsch für Sie? Bitte wählen Sie einen Wunsch, der für Sie herausfordernd, aber realisierbar ist. Notieren Sie ihn in 3 – 6 Sätzen!	Grüne Klimaoasen aus Bäumen und Pflanzen senken die Temperatur um zwei bis acht Grad im Vergleich zur unbeschatteten Umgebung. Die EU-Kommission will daher, dass Städte ihre Grünflächen ausweiten. Ich möchte meine Stadt dabei unterstützen!
O 2. OUTCOME (ERGEBNIS)	Was wäre das Allerschönste und Beste, wenn Sie sich Ihren Klimawunsch erfüllen würden? Wie würden Sie sich dann fühlen? Nehmen Sie sich einen Moment Zeit und stellen Sie sich diesen schönsten und besten Aspekt in all seinen Details vor. Notieren Sie anschließend Ihre Gedanken in 3–6 Sätzen!	Wenn alles ideal läuft, gibt es in meinem Wohnort schon in wenigen Jahren mehr autofreie Gebiete. Vor meinem Fenster sehe ich dann Bäume statt Asphalt. Morgens werde ich nicht von Autos geweckt, sondern von Vogelgezwitscher. An heißen Sommermorgen geht von den mit Tau bedeckten Pflanzen die kühlende Frische der Nacht aus. Bei Starkregen kann das Wasser durch die von Pflanzen aufgelockerten Böden besser abfließen. Ich und alle anderen Menschen genießen das veränderte Mikroklima der Stadt.
O 3. OBSTACLE (HINDERNIS)	Manchmal laufen die Dinge nicht so, wie wir es uns wünschen oder wir stehen uns selbst im Weg. Was ist es in Ihnen, das Sie daran hindert, Ihren Wunsch zu erfüllen? Was hält Sie zurück? Was ist Ihr zentrales, inneres Hindernis? Nehmen Sie sich einen Moment Zeit. Stellen Sie sich Ihr Hindernis in all seinen Details vor. Notieren Sie anschließend Ihre Gedanken in 3–6 Sätzen!	Hm. Hier gibt es gleich mehrere. Ich bin z. B. unsicher, an wen ich mich wenden könnte und ob ich überhaupt Verbündete für mein Anliegen finden würde. Auch kenne ich mich mit dem rechtlichen Rahmen nicht gut aus. Unsicherheit ist also vermutlich die erste große Hürde.
P 4. PLAN	Was können Sie tun, um Ihr Hindernis zu überwinden? Bitte nennen Sie eine effektive Handlung oder einen Gedanken, mit der oder dem Sie Ihr Hindernis überwinden können. Stellen Sie dann einen Plan nach folgendem Muster auf: „Wenn mein genanntes Hindernis auftritt, dann werde ich die genannte Handlung (Gedanken) ausführen.“	„Wenn ich Unsicherheit spüre, dann sage ich mir, dass diese ganz normal ist, wenn man etwas Neues ausprobiert, und lasse mich von ihr nicht bremsen.“

Und nun zu Ihren Klimawünschen! Bevor Sie mit WOOP beginnen, noch ein paar Hinweise: Bei WOOP geht es um Ihre freien Gedanken und Vorstellungen und nicht um rein analytisches Denken. Schreiben Sie Ihre Gedanken also ungefiltert und assoziativ auf.

Atmen Sie tief ein und machen Sie es sich bequem. Es ist wichtig, dass Sie während der Übung ungestört sind. Beginnen Sie die Übung, wenn Sie sich ruhig und entspannt fühlen.

Ihr Klimawunsch

in 3 – 6 Sätzen

Das bestmögliche Ergebnis für Sie

in 3 – 6 Sätzen

Ihr zentrales inneres Hindernis

in 3 – 6 Sätzen

Ihr Wenn-Dann-Plan in einem Satz

in einem Satz

Mit Ihren persönlichen Klimamomenten und der WOOP-Methode wird es Ihnen künftig bestimmt schon leichter fallen, trotz Herausforderungen an Ihren Zielen dranzubleiben. Im letzten Abschnitt dieses Kapitels widmen wir uns nun noch einmal unserer Wahrnehmung – die selbst ein inneres Hindernis darstellen kann.

VON ANDEREN LERNEN: GLAUBE NICHT ALLES, WAS DU DENKST!

Wenn Sie diesen Leitfaden in Ruhe Revue passieren und auf sich wirken lassen: Was empfinden Sie dabei? Haben sich gedanklich neue Wege für Sie aufgetan? Oder lösen all die Zahlen und Grafiken eher ein Gefühl von Ohnmacht oder Angst vor Veränderung in Ihnen aus? Besprechen Sie Ihre Wahrnehmungen gern auch mit anderen! Vielleicht sieht Ihr Umfeld einige Dinge ganz anders als Sie selbst? Ganz allgemein gilt: Wie wir Dinge bewerten, was wir für „richtig“ oder „falsch“, „gut“ oder „schlecht“ empfinden, sogar was wir überhaupt für „wahr“ nehmen, hängt wesentlich davon ab, ob etwas mit unseren persönlichen Zie-

len vereinbar ist oder nicht. Auf manche Probleme können wir uns sogar erst dann wirklich einlassen, wenn wir am Horizont eine Lösungsmöglichkeit erkennen können. Viele Menschen meiden etwa die Auseinandersetzung mit der Klimakrise, da sie für sich selbst keine (zufriedenstellenden) Handlungsmöglichkeiten sehen können. Die Vermeidung von Problemen nimmt uns jedoch die Chance, uns mit den Anforderungen unseres Lebens bewusst auseinanderzusetzen und gezielt zu handeln. Dabei sind wir als Menschen – und insbesondere in Gruppen – sehr anpassungsfähig. Das gilt auch für unsere Wahrnehmung: Sie ist alles andere als „unumstößlich wahr“ und kann sich sehr schnell ändern. Unser Denken passt sich oft sogar unmittelbar unserem Handeln an! Ein Beispiel: Das Schweizer Projekt „tsuku“²⁹ begleitet Einrichtungen wie Restaurants und Theaterstätten in ein nachhaltigeres Wirtschaften. Den Nachhaltigkeitsberater:innen von tsuku fiel dabei immer wieder dasselbe Muster auf: Vor der Verhaltensänderung stießen Sie bei der Belegschaft auf Widerstände und Zweifel – nach der Verhaltensänderung trafen Sie auf Freude, Stolz und Zuversicht. In der folgenden Tabelle finden Sie eine kleine Gegenüberstellung festgehaltener Vorher-Nachher-Zitate.

Beispiel: Gastronomie

Vorher

„Die Mitarbeiter wehren sich.“
„Das nützt doch nichts.“
„Wir haben schon genug zu tun.“

Nachher

„Es hat ganz neuen Schwung gebracht.“
„Jeder kann seinen Teil beitragen.“
„War gar kein Problem!“

Beispiel: Theater

Vorher

„Nachhaltigkeit & freie Kunst sind im Prinzip gegenläufig.“

Nachher

„Mit Grenzen zu spielen kann gerade reizvoll sein.“

Sie sehen also: Es lohnt sich, die eigenen Gedanken auch mal kritisch zu hinterfragen und Dinge einfach auszuprobieren. Und noch ein letzter Tipp: Halten Sie beim Wunsch nach Veränderung stets Ausschau nach Menschen, die be-

reits Ähnliches erreicht haben.³⁰ Vorbilder schenken uns Inspiration, sind soziales Modell und erleichtern es uns auf diese Weise, schneller zu wachsen. In welchem Bereich möchten Sie als nächstes wachsen?

WEGBEGLEITUNG DURCH KLIX³

Mit dem Dreiklang fürs Klima haben Sie ein Rahmenkonzept kennengelernt, das Ihnen helfen kann, die zahlreichen Handlungsmöglichkeiten im individuellen Klimaschutz sowie Klimaneutralität als übergeordnetes Ziel im Blick zu behalten. Ein klares Ziel und das Bewusstsein um die verschiedenen Wege dorthin sind die Voraussetzung für wirkungsvolles Handeln. Denn der Wandel zu einer klimaneutralen Gesellschaft ist komplex. Mit dem Dreiklang fürs Klima als Rahmenkonzept fällt es Ihnen hoffentlich leichter, den Wald trotz – oder: gerade wegen – seiner vielen Bäume sehen und entspannt genießen zu können.

Wie kliXen Sie weiter?

Das „X“ in „kliXen“ ist ein Platzhalter und steht für all die Orte in Deutschland, in denen sich Menschen wie Sie auf den Weg in ein klimaneutrales Leben machen – also auch für Ihren Wohnort!

Sie möchten nun selbst bei KliX³ aktiv werden? Blättern Sie gern noch einmal auf Seite 5 und spüren in sich hinein, ob eines oder gar mehrere der KliX³-Angebote für Sie passend sind. Gerne können Sie etwa als Teilnehmer:in des CO₂-Rechner-Panels beginnen und erst später entscheiden, ob Sie Ihren Klimaplan a) mithilfe der KliX³-Toolbox in Ihrem eigenen Tempo erstellen möchten oder b) im Rahmen der KliX³-Workshopreihe mit anderen Teilnehmer:innen. Gern können Sie auch als KliX³-Multiplikator:in mit uns zusammenarbeiten und selbst andere Menschen mit auf den Weg in ein klimaneutrales Leben nehmen.

Noch mehr KliX³

KliX³ bietet Einzelpersonen Orientierung für ihren persönlichen Weg in ein klimaneutrales Leben. Zusätzlich arbeitet KliX³ mit Gruppen und Institutionen zusammen. Vielleicht möchten Sie KliX³ auch hierbei unterstützen? Hier sind Ihre Möglichkeiten:

Partnerschaften mit Unternehmen, Kommunen und bestehenden Initiativen

Ihre Kolleg:innen sind beim Klimaschutz hellhörig, aber so richtig gefunkt hat es noch nicht? Sie kennen die Klimaschutzmanagerin Ihrer Stadt und wollen KliX³ bekannter machen? Oder sie haben Lust, in Ihrer Kirchengemeinde einen Bilanzierungstag zu veranstalten und damit das CO₂-Rechner-Panel zu unterstützen? Erzählen Sie Ihrem Umfeld von KliX³ und nehmen Sie mit uns Kontakt auf!

Beratung für Ihre selbst gegründete KliX³-Gruppe

Wenn Sie selbst eine KliX³-Gruppe gründen möchten oder bereits gegründet haben, bietet KliX³ Ihnen neben einem Auftaktworkshop und einem digitalen Leitfaden für Multiplikator:innen auch einen unterstützenden Workshop vor Ort und persönliche telefonische Beratung an. Ob Sie sich fragen, wie Ihre Gruppe ins Handeln kommt oder wie sie langfristig motiviert bleibt: Wenden Sie sich gern an uns!

Partnerschaft mit Schulen

Mit Unterstützung von KliX³ organisieren Schüler:innen des Annette-Kolb-Gymnasiums Traunstein die Projektwerkstatt „WeDo! – klimaneutral leben“. Die Schüler:innen bilden in dreitägigen Veranstaltungen (Inzell und München) Schüler:innen und Lehrkräfte anderer Schulen zu Multiplikator:innen aus. Sie arbeiten selbst an einer Schule und möchten mehr erfahren? Nehmen Sie Kontakt zu uns auf!



**Seien auch Sie dabei –
mit KliX hoch Drei!**

Kontakt

Sie sind an unseren Angeboten interessiert oder haben Fragen zum Projekt? Aktuelle Termine und Informationen finden Sie auf www.klix3.de. Das KliX³-Projektteam freut sich außerdem auf Ihre E-Mail via kontakt@klix3.de oder Ihren Anruf! Telefonnummern finden Sie auf www.klix3.de/unser-team.

Über KliX³

Gefördert wird KliX³ durch die Nationale Klimaschutzinitiative (NKI) des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz (BMWK). KliX³-Initiator:innen sind der Verein 3 fürs Klima e.V. sowie die KlimAktiv gemeinnützige Gesellschaft zur Förderung des Klimaschutzes mbH. Assoziierte Partner sind das Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung e. V. (PIK) sowie das Umweltbundesamt (UBA). Weitere KliX³-Partner sind die Initiative 100xklimaneutral und die Werkstatt für eine lebenswerte Zukunft des Annette-Kolb-Gymnasiums Traunstein.

Aus KliB wird KliX³: KliX³ ist das Folgeprojekt des erfolgreichen, ebenfalls durch die NKI geförderten Projekts **Klimaneutral leben in Berlin** (KliB). Im Rahmen von KliB wurden mehr als 100 Berliner Haushalte ein Jahr lang wissenschaftlich dabei begleitet, ihren CO₂-Ausstoß zu reduzieren. KliX³ geht nun einige Schritte weiter: Menschen aus ganz Deutschland können an KliX³ mitwirken – und das nach ihren Vorlieben. Etwa als Teilnehmer:in des ersten bundesweiten CO₂-Rechner-Panels, als Nutzer:in der kostenlosen KliX³-Toolbox, als Teilnehmer:in einer dreiteiligen Online-Workshopreihe oder als Multiplikator:in, um selbst andere Menschen zu mehr Klimaschutz zu motivieren.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Wirtschaft
und Klimaschutz



NATIONALE
KLIMASCHUTZ
INITIATIVE

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

IMPRESSUM

Herausgeber

3 fürs Klima e.V.
Wilhelm-Müller-Str. 13
06844 Dessau

Kontakt

Internet: www.klix3.de
E-Mail: kontakt@klix3.de

Autor:innen

Anika Weinsdörfer, Luzia Walsch, Ursula Harlfinger,
Wilfried Schneider, Dr. Lucia Jochner-Freitag,
Dr. Michael Bilharz

Redaktion

Anika Weinsdörfer, Dr. Lucia Jochner-Freitag,
Dr. Michael Bilharz, Ursula Harlfinger
Lektorat: Vera Feix

Für den Inhalt dieser Publikation ist
„3 fürs Klima e. V.“ verantwortlich.

Bildnachweise

S. 16: hannaguenter.com
S. 19: Zentrum für Europäischen Verbraucherschutz e. V.
S. 21: Freepik.com

Diese Publikation sowie ein ausführliches Abbildungs- und Quellenverzeichnis können im Internet als PDF abgerufen werden unter www.klix3.de/leitfaden

Produktion

Satz & Layout: Studio Lepie & Bergsee, blau
Druck: dieUmweltDruckerei GmbH, Hannover

Auf Recyclingpapier mit EU Ecolabel gedruckt.



Stand

Herbst 2023



KliX³ bietet ein fundiertes Rahmenkonzept für wirksamen Klimaschutz auf individueller Ebene.

Mit dem Dreiklang fürs Klima, bestehend aus **CO₂-Bilanz erstellen, Fußabdruck verkleinern und Handabdruck vergrößern** können Sie engagiert Ihren Weg zu einem klimaneutralen Leben beschreiten.