

Bildungsmaterialien des Verbundprojekts #climatechallenge – Klimaschutz mit Hand und Fuß gestalten lernen

Zitiervorschlag:

climatechallenge-Projekt (2026). Bildungsmaterialien des Verbundprojekts #climatechallenge – Klimaschutz mit Hand und Fuß gestalten lernen. Germanwatch e.V., netzwerk n e.V. und Karlsruher Transformationszentrum am Karlsruher Institut für Technologie.

Inhalt:

- Ablaufpläne der Workshops 1-3
- Foliensätze der Workshops 1-3
- Arbeitsblätter:
 - Startkarte Footprint-Challenge
 - Handout Footprint-Challenges
 - Buddys für die #climatechallenge finden
 - Reflexionsfragen über die Footprint-Challenges
 - Entscheidungspfad für die Handprint-Challenge
 - Aktionsposter für die Handprint-Challenge
- Handreichung für Multiplikator:innen der #climatechallenge

Download der Materialien: www.climatechallenge.de/download

Autor:innen: Daniela Baum, Frauke Behrens, Annika Fricke, Kira Gatzemeier, Leonie Schröpfer, Carina Spieß, Markus Szaguhn, Eva Wendeborg, Sebastian Ziegler.

Projekt: Diese Unterlagen sind im Rahmen des Projekts „#climatechallenge – Klimaschutz mit Hand und Fuß gestalten lernen“ entstanden. Das Verbundprojekt wurde von Germanwatch e.V., netzwerk n e.V. und Karlsruher Transformationszentrum für Nachhaltigkeit und Kulturwandel am Karlsruher Institut für Technologie durchgeführt und von der Nationalen Klimaschutzinitiative des BMUKN sowie der Postcode-Lotterie finanziert.

Gestaltung dieses Foliensatzes: Germanwatch e.V. / Illustration: Holly McKelvey.

Ursprung: Das Konzept der #climatechallenge und die vorliegenden Materialien basieren auf der Arbeit des #climatechallenge-Teams aus Konstanz (Maike Sippel, Markus Szaguhn und Ilmari Binder): www.climatechallenge.cc

Lizenz: Diese Materialien sind lizenziert unter CC BY-NC-SA: Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz.



Ablauf der #climatechallenge

Termin 1: Impuls-Workshop / Start der Footprint-Challenge

Vorbereitung:

- TN können im Vorfeld ein Quiz machen unter www.klimaquiz.de
- TN sollten möglichst vorab Emissions-Daten zum eigenen Haushalt recherchieren (muss den TN vorab per Mail mitgeteilt werden)
- Das Vorwissen der Gruppe sollte bekannt sein (oder in Erfahrung gebracht werden)
- Als anleitende Person mit dem PPT-Foliensatz, der #cc-Handreichung für Multiplikator:innen, und dem CO2-Rechner vertraut machen
- Teilnehmer:innen sollen internetfähiges Gerät dabei haben (ein Smartphone mit "mobilen Daten" ist auch möglich) / alternativ: internetfähige Geräte besorgen

Verwendetes Material:

- Beamer
- #cc-Folien_Workshop1
- Startkarte Footprint-Challenge (s. Arbeitsblätter)
- Handout Footprint-Challenges (s. Arbeitsblätter)
- Fußabdrucktabelle_CO2-Bilanz (Excel-Datei, s. Arbeitsblätter)
- ggf. IPU_Postkarte (blanko) vorher ausdrucken
- Handout Challenge-Buddys_finden
- ggf. Flipchart, dicke Filzstifte, Moderationskarten
- zur Vorbereitung: #cc-Handreichung für Multis



von	bis	Dauer	Titel/Ziel	Inhalt	Methode	Material / Links	Kommentare/Notizen
00:00	00:10	00:10	Ankommen & Orientierung	Begrüßung der TN Vorstellung des Projekts #climatechallenge (Ablauf und Ziel der #cc; vom Footprint zum Handprint mit Veränderungsexperimenten...) WS-Ablauf vorstellen Wie wollen wir zusammenarbeiten/ Rederegeln....	Persönliche Begrüßung, Präsentation	#cc-Folien_Workshop1 ggf. WS-Ablauf auf Flipchart	Zeitpuffer einplanen - Start verzögert sich meistens etwas...
00:10	00:30	00:20	Wer und welches Wissen ist im Raum?	Kennenlernen: persönliche Vorstellungsrunde mit Name, Pronomen und einer Frage wie "Welches Klimaschutz-Projekt hat dir besonders viel Spaß gemacht?", "Womit verbringst du viel/gerne Zeit?", "Was ist dir beim Klimaschutz besonders wichtig?", "Wie geht es dir aktuell angesichts der Klimakrise / mit deinem Klimaengagement?"	Reflexion im Kreis; Anleitende Person kann Stichworte auf Flipchart festhalten	Methodenkasten s. #cc-Handreichung für Multis	Varianten bedenken - je nachdem, ob sich die Gruppe bereits kennt oder nicht Diskriminierungssensibilität: An Pronomenrunde denken (aber Nennung freiwillig)
00:30	00:50	00:20	Einführung ins Thema	Impulsvortrag zu Klimakrise / Klimagerechtigkeit / Klimaschutz	Vortrag / Präsentation	#cc-Folien_Workshop1, ggf. Video zeigen	Je nach verfügbarer Zeit und Vorwissen der Gruppe mehr oder weniger ausführlich gestalten. Wissen kann ggf. auch schon vorher vermittelt werden (zur Vorbereitung z.B. mit dem Klimaquiz)
00:50	01:00	00:10		Diskussion	Austausch über den Vortrag im Kreis	ggf. Flipchart für Notizen	
01:00	01:10	00:10		Pause			
01:10	01:25	00:15	Eigene CO2-Bilanz erstellen, verschiedene CO2-Quellen einordnen können (Heizung, Strom, Mobilität, Ernährung, sonstiger Konsum)	CO ₂ -Fußabdruck Berechnung: Die TN berechnen mit dem CO2-Rechner des Umweltbundesamtes ihren individuellen Fußabdruck und notieren die Teilwerte in ein Aufgabenblatt. Darstellung der Bilanzen in der Gruppe über Excel-Vorlage oder alternativ an der Tafel.	Berechnung mit Rechner/ Smartphone. Notieren der Teilwerte (pro Heizung, Strom, Mobilität...) in Fußabdrucktabelle_CO2-Bilanz (alternativ auf Tafel / Flipchart)	- #cc-Folien_Workshop1 - Startkarte Footprint-Challenge zum Eintragen der CO2-Bilanz - Website uba.co2-rechner.de -> CO2-Bilanz (Nicht den Schnelltest machen!) - Tafel, Kreide (bzw. Flipchart/ Excel-Vorlage etc.)	Vorbereitung für Erarbeitung der BigPoints. Wenn Daten über Wohnsituation nicht vorliegen, können Werte im CO2-Rechner abgeschätzt werden. Variante: Vor Berechnung eigene CO2-Bilanz schätzen, auf Zettel schreiben und im Anschluss an die Berechnung diskutieren.

01:25	01:40	00:15	Globale Einordnung / Klimagerechtigkeit	Die TN reflektieren über globale Klimagerechtigkeit und den eigenen Beitrag zum Klimawandel: Wo sehe ich mich? Wie ist meine CO2-Bilanz im Vergleich? Was ist meine Rolle im Bezug auf den Klimaschutz?	Kann auch interaktiv gestaltet werden z.B. mit soziometrischer Aufstellung oder Weltverteilungsspiel	#cc-Folien_Workshop1	Einordnung vor Big Points; hilft bei der Einschätzung: "Ist meine Bilanz mit Blick auf Klimaschutz eigentlich schon ganz gut oder problematisch?"
01:40	02:00	00:20	TN bekommen Blick für relevante individuelle Klimaschutzmaßnahmen mit viel Vermeidungspotenzial (wegkommen von "peanuts")	"Big Points" herausarbeiten	Anhand der Fußabdrucktabelle die einzelnen Teilwerte der Gruppe (Tafel/Excel) zusammen mit den Big Points besprechen und Input mittels Folien (inkl. IPU-Postkarte mit Zuordnungen lassen)	Fußabdrucktabelle_CO2-Bilanz und #cc-Folien_Workshop1	In Excel Minima und Maxima markieren. TN können daraufhin erklären, wie ihr Lebensstil ist, der sie zur entsprechenden Teilbilanz führt = Erfahrungsaustausch. Achtung: kein Blaming.
02:00	02:15	00:15		Pause			
02:15	02:35	00:20	TN haben für sich eine Footprint-Challenge ausgewählt	- Vorstellung der möglichen #cc-Footprint-Challenges (auf Basis der Liste, s. Handout Footprint-Challenges). - Gemeinsam über Challenges (und Messbarkeit etc.) austauschen. - Besprechen, welche Aspekte wichtig sind in der Dokumentation der Challenge. - Auswahl der individuellen Footprint-Challenge für die nächsten ca. 30 Tage. - Eintragen der konkreten Challenge in die Startkarte Footprint-Challenge.	Austausch zur Wahl der eigenen Footprint-Challenge zu zweit oder in Kleingruppen	#cc-Folien_Workshop1 Startkarte Footprint-Challenge Handout Footprint-Challenges	
02:35	02:45	00:10	Buddy-Prinzip verstehen und Buddy-Suche starten	Kurze Info zu Ziel & Zweck des Buddy-Prinzips Die TN überlegen sich, wen sie in ihrem Umfeld als Buddies für ihre Challenge ansprechen und zum Mitmachen motivieren möchten. Sie erstellen eine Liste von 4-6 Personen - Ziel wäre es, mind. 2 zum Mitmachen zu motivieren.	Reflexion Liste machen von 6 Personen, die man nach und nach anfragt.	Handout Challenge-Buddys_finden verwenden	
02:45	03:00	00:15	Abschlussrunde	Kurze Blitzlichtrunde oder einzelne TN können kurzes Statement abgeben. Gerne schon darauf hinweisen, dass alle TN für den Reflexions-WS ein Poster mit den Erfahrungen der Footprint-Challenge machen und mitbringen sollen (Erinnerung daran ggf. per Mail kurz vor dem nächsten WS)	Blitzlicht-Abschlussrunde		Variante: Mit Fragen arbeiten und TN zeigen Daumen hoch-quer-runter. Konkrete Leitfragen zur Evaluation des Workshops helfen, den nächsten Workshop ggf. anzupassen.

03:00

Ablauf der #climatechallenge

Termin 2: Reflexions-Workshop und Start der Handprint-Challenge

- Vorbereitung:**
- ggf. Teilnehmer:innen 3-5 Tage vor dem WS daran erinnern, ein Poster mit den Erfahrungen aus ihrer Footprint-Challenge zu erstellen und mitzubringen
 - Teilnehmer:innen können im Vorfeld einen TEDx Talk zum Handabdruck anschauen, um sich mit dem Handabdruck-Konzept vertraut zu machen:
<https://youtu.be/7IE3GWWvgVks?si=TKS3xqb613UzwctQ>
 - Teilnehmer:innen sollen internetfähiges Gerät dabei haben (ein Smartphone mit "mobilen Daten" ist auch möglich) / alternativ: internetfähige Geräte besorgen
 - ggf. an den Wänden Platz zum Aufhängen der Footprint-Poster oder Tischgruppen bilden und Poster ausbreiten (jeweils in Ser-Gruppen, Themen durchmischt)
 - Als anleitende Person mit dem PPT-Foliensatz und dem Handabdruck-Entscheidungsfad vertraut machen

Verwendetes Material:

- Beamer
- #cc-Folien_Workshop2
- ggf. Leitfragen Reflexion Footprint-Challenge ausdrucken (s. Arbeitsblätter)
- Handabdruck-Entscheidungspfad (s. Arbeitsblätter)
- Handabdruck-Beispiele_Good-Practices (s. Arbeitsblätter)
- Aktionsposter Handprint-Challenge (s. Arbeitsblätter)
- ggf. Flipchart, dicke Filzstifte, ggf. Moderationskarten
- Klebeband
- Stoppuhr
- Glöckchen, Klangschale o.ä.
- Fotoapparat oder Handy mit Kamera
- zur Vorbereitung: #cc-Handreichung für Multis



von	bis	Dauer	Titel/Ziel	Inhalt	Methode	Material / Links	Kommentare / Notizen
00:00	00:10	00:10	Ankommen & Orientierung	Begrüßung der TN Organisation, Vorbereitung - Klärung Ablauf - ggf. Stimmungsbild einholen / Check-in - Überleitung zur ersten Methode: Storytelling	Storytelling und Kurz-Feedback in Kleingruppen. TN schildern Footprint-Challenge: Erfolge, auch Hindernisse und Hürden. - Verteilung der Teilnehmer:innen auf 3er bis 5er-Gruppen (Jede Gruppe thematisch möglichst gemischt) - jeder: erzählt 3 Minuten ihre:seine Story anhand Poster (bis Signal durch anleitende Person) - 1 Minute: kurzes Feedback aus der Gruppe: Was finde ich bemerkenswert/interessant/unerwartet an deiner Footprint-Challenge? (bis Signal) - Anleitende Person gibt entsprechend Zeitsignale (3min, 1min, 3min, ...) - Abschluss im Plenum: 1 Person präsentiert die prägnantesten Aha-Erlebnisse der Footprint-Challenges der Kleingruppe für alle.	Flipchart - Ablaufplan	ggf. hier auch auf Vernetzungsmöglichkeit über die WeChange-Plattform hinweisen.
00:10	00:40	00:30	Erfahrungsaustausch Footprint-Challenge (Storytelling)	Leitfragen: - Was war meine Footprint-Challenge? - Was hat gut funktioniert? - Welche Hindernisse gab es? - Was sollte sich ändern, damit die Durchführung meiner Footprint-Challenge einfacher wird – für mich und für alle anderen?	Storytelling und Kurz-Feedback in Kleingruppen. TN schildern Footprint-Challenge: Erfolge, auch Hindernisse und Hürden. - Verteilung der Teilnehmer:innen auf 3er bis 5er-Gruppen (Jede Gruppe thematisch möglichst gemischt) - jeder: erzählt 3 Minuten ihre:seine Story anhand Poster (bis Signal durch anleitende Person) - 1 Minute: kurzes Feedback aus der Gruppe: Was finde ich bemerkenswert/interessant/unerwartet an deiner Footprint-Challenge? (bis Signal) - Anleitende Person gibt entsprechend Zeitsignale (3min, 1min, 3min, ...) - Abschluss im Plenum: 1 Person präsentiert die prägnantesten Aha-Erlebnisse der Footprint-Challenges der Kleingruppe für alle.	- mitgebrachte Poster der Teilnehmer:innen - Klebeband - Stoppuhr (auch Handytuhr) - Uhr und Glöckchen/ Klangschale (o.ä.) zum Signal geben - Fotoapparat zur Dokumentation? - Leitfragen für Kleingruppenarbeit auf Plakat	Variation: - geschriebene Stories der TN - Story + Gegenstand mitbringen, den man damit verbindet - stilles Tischgespräch zur Reflexion: Welchen Hürden bist du begegnet? Welche Hürden waren für dich leicht/schwer zu überwinden? Wer kann sich dieses klimafreundliche Leben überhaupt leisten - finanziell und zeitlich? Wer nicht? Wer verhält sich ebenso wie ich? Warum? Wer kann das nicht?
00:40	01:00	00:20	Handabdruck-Konzept kennenlernen	Blick weiten über den individuellen "Footprint-Tellerrand" hinaus: Welche Hindernisse gab es für eure Footprint-Challenges? Strukturelles Umfeld ist wichtig (Preise, Angebote, Akzeptanz, ...)	Kurzer Folienvortrag. Inputs und Feedback der TN sammeln. Für Variationen je nach Gruppe siehe #cc-Handreichung für Multiplikator:innen (z.B. interaktivere Methoden wie Traumreisen, Videos etc.)	#cc-Folien_Workshop2	Erklären: Was sind Strukturen und wer macht sie? (Beispiele aufzeigen) Was heißt es eine Struktur aufzubauen oder sie zu verändern? Warum bestimmen Strukturen unser Leben? Weiterführende Auseinandersetzung im Logbuch Handabdruck: https://www.germanwatch.org/de/93001
01:00	01:10	00:10	Pause				Die Methode für den Input an die jeweilige Gruppe anpassen.

01:10	01:35	00:25	Handabdruck-Entscheidungspfad durchlaufen und Handlungsoptionen entdecken	Handabdruck-Entscheidungspfad durchlaufen: Verbündete in der Gruppe finden. Wie können wir dazu beitragen, dass Klimaschutz für alle einfacher wird und gerecht für alle ist? Ideen und Ansatzpunkte für Aktivitäten der Gruppe präsentieren/sammeln (Zuschnitt bestenfalls auf den Einflussbereich der Zielgruppe).	- Allein oder in Kleingruppen anhand des Handabdruck-Entscheidungspfad eigenes Thema und Ebene für Handprint-Challenge finden. - Handabdruck-Beispiele ausdrucken und im Raum sichtbar machen Variationen: - stilles Tischgespräch - Videos von Good-Practice-Beispielen	<i>Handabdruck-Entscheidungspfad Handabdruck-Beispiele_Good-Practices</i>	-ggf. kurzer Input zu eigener Institution: Kirche/Schule/Hochschule etc. (siehe Erweiterungstollen Hochschule) - Arbeitsblatt Beispiele für Handabdruck-Projekte im Raum sichtbar machen - eigene Institution ist der Rahmen für die Challenge: Was soll dabei beachtet werden? Was sind Beispiele des Gelingens? -ggf. kleiner Input zu Strategie: Wie gehen wir am besten vor, um die Handprint-Aktion erfolgreich umzusetzen?
01:35	02:15	00:40	Handprint-Challenge festlegen	Alle Teilnehmer:innen haben (möglichst in Gruppen von 2-6 Personen) das Konzept für eine Handprint-Challenge entwickelt, die sie in den Wochen nach dem Workshop umsetzen wollen.	- jede Person stellt ihre Handabdruck-Idee vor - die anleitende Person versucht ggf. schon währenddessen die Ideen zu gruppieren - Gruppen clustern sich mit dynamischer Zuordnung zu einem gemeinsamen Thema - Kleingruppen füllen das <i>Aktionsposter Handprint-Challenge</i> aus - TN entscheiden, ob sie Buddys mit in die Gruppe aufnehmen wollen	<i>Aktionsposter Handprint-Challenge</i>	TN sollten möglichst in Gruppen arbeiten - das stärkt die kollektive Wirksamkeit. Bei jüngeren Zielgruppen kann es sich anbieten, nur ausgewählte Felder/Fragen aus dem Handabdruck-Aktionsposter auszuschneiden, um die Komplexität zu reduzieren.
02:15	02:25	00:10		Pause			
02:25	02:50	00:25	Gruppen stellen ihre Handprint-Challenges im Plenum vor	Gruppen stellen ihren aktuellen Stand der Handprint-Challenge im Plenum vor. Andere TN können Fragen zur Handprint-Challenge stellen, Feedback geben, mit weiteren Ideen anreichern (Coaching / Hilfestellung zur Entwicklung einer Handprint-Challenge; Co-Kreation)	Variationen: - Vorstellung mit Karten/Bildern/Postern: Wir & unsere Challenge - Feedback in Kleingruppen - Gallerywalk mit Feedback schriftlich auf den Postern / der Metaplanwand		Nochmal auf Strategie eingehen. Leitfragen: Wie gehe ich eine Challenge an? Was traue ich mir zu? Wo brauche ich Unterstützung? Wo finde ich Hindernisse - Hilfestellungen geben. WICHTIG: Klare Zuständigkeiten in den Gruppen verteilen. Wer macht was bis wann?
02:50	03:00	00:10	Abschluss	Klären: - Wann findet die nächste Supervision (digitales Treffen) statt? - Wie viel Zeit steht zur Verfügung für die Handprint-Challenge?	- Blitzlicht-Feedbackrunde - Hinweise zum Vernetzen - Hinweis auf kreative Darstellung der Handprint-Challenge beim Abschluss-Workshop - Termin für den letzten Workshop vereinbaren und ggf. für Supervision/Coaching online zwischen durch Variation: - TN können freiwillig ein Video über ihre Handprint-Challenge erstellen für den nächsten Workshop	ausgefüllte <i>Aktionsposter Handprint-Challenge</i> , oder andere Präsentation der Challenge-Pläne	

03:00

Ablauf der #climatechallenge

Termin 3: Abschluss-Workshop & Storytelling

Vorbereitung: - Teilnehmer:innen 3-5 Tage vor dem WS daran erinnern, dass sie ihre Handprint-Challenge beim Workshop (gerne kreativ) im Plenum vorstellen sollen.
- Als anleitende Person mit dem PPT-Foliensatz vertraut machen

Verwendetes Material:

- Beamer
- #cc-Folien_Workshop3
- Aktionsposter Handprint-Challenge (s. Arbeitsblätter)
- ggf. Handprint-Schablone_leer (s. Arbeitsblätter)
- ggf. Flipchart, dicke Filzstifte, Moderationskarten



von	bis	Dauer	Titel/Ziel	Inhalt	Methode	Material / Links	Kommentare / Notizen
00:00	00:10	00:10	Ankommen & Orientierung	Organisation, Vorbereitung - Klärung Ablauf - Überleitung zum Storytelling	Variationen: - andere Begrüßungsmethoden, erzählgerierende Fragen - Check-in: Wie bin ich heute da? Hier sind eine Vielzahl an Methoden möglich: - Handabdruck-Schablone_leer ausfüllen - Kreative Formate des Storytellings (z.B. Videos, Lieder, Märchen, Podcasts, ...)	Flipchart - Ablaufplan	
00:10	00:30	00:20	Vorbereitung der Projektpräsentation	Finale Vorbereitung: Wie möchten wir den anderen unser Handprint-Projekt präsentieren?	Vorstellung im Plenum. Applaus/Lubel für jedes Projekt.	- Aktionsposter Handprint-Challenge - ggf. Handprint-Schablone_leer - ggf. Utensilien zum Basteln für kreativere Methoden	Die kreative Methode erfordert meist mehr Überwindung, da sie ungewohnter ist. Es kann sich aber sehr lohnen, das kreative Präsentieren als einzige Aufgabe zu stellen, da die Ergebnisse oft allen Beteiligten am Ende sehr viel Spaß machen.
00:30	01:05	00:35	Teilen der Stories; anschließend Austausch und Feedback im Plenum	Die Gruppen stellen nacheinander im Plenum ihre Handprint-Challenges vor. Anleitende Person schafft Raum für Wertschätzung für die umgesetzten Challenges.		ggf. zusätzlich erforderliches Material organisiert durch die Arbeitsgruppen	Eine kreative Darstellung erfordert ggf. mehr Vorbereitungszeit, d.h. die TN müssen vorher informiert und rechtzeitig erinnert werden.
01:05	01:20	00:15	Pause				
01:20	01:50	00:30	Meine Handprint-Challenge und ich: Was hat das mit mir gemacht?	Reflexion der eigenen Challenge in der Gruppe z.B. entlang des Aktionsposters Handprint Challenge, und/oder Reflexion der Challenge individuell z.B. entlang dieser Leitfragen: - Was waren für mich die Highlights? - Wie habe ich mich im Projekt geföhlt? - Was hat uns geholfen? - Was hätte anders sein können? - Wie war für mich die Planung in der Gruppe? - Haben wir Gerechtigkeitsfragen beachtet? - Wie möchte ich gerne weitermachen?	Variationen: - Think, Pair, Share: Einzelreflexion (Journaling), dann zu zweit austauschen, dann Plenum - Speed-Dating (jeweils 2 Minuten zu zweit austauschen, ggf. mit Fragen) - Aufstellung im Raum mit soziometrischer Aufstellung - Einzelne zu Wort kommen lassen	- Aktionsposter Handprint-Challenge, um Gruppen-Reflexionen festzuhalten	- Bewusstsein dafür schaffen, dass das Handprint-Engagement zentral für die gesellschaftliche Transformation ist - den Perspektivwechsel vom Fußabdruck zum Handabdruck reflektieren (Unterschied zwischen struktureller Wirksamkeit und individuellen Verhaltensänderungen) - Commitment, selbst als Pionier:in des Wandels mitzugestalten. - Leitfragen für die Reflexion überlegen

01:50	02:10	00:20	Tue Gutes und rede darüber: Veröffentlichung der Projekte und Ergebnisse	Die Projektgruppen überlegen, wo sie von ihrer Handprint-Challenge erzählen und diese veröffentlichen möchten, z.B. Schülerzeitung, Stadtmagazin, Regionalzeitung, Social Media. Brainstorming in den Gruppen: Wie möchten wir von unserer Handprint-Challenge erzählen? (z.B. Überschrift, Claim, kurze Storyline, 2-3 Fotos)	Jede:r für sich oder in Kleingruppen.	Folie	
02:10	02:20	00:10		Pause			
02:20	02:40	00:20	Wie geht es weiter?	Abschluss der Challenge: - Was waren zentrale Erkenntnisse, die ihr mitnehmt? - Habt ihr Ideen und Ansatzpunkte für gemeinsame Folgeaktivitäten in der eigenen Schule/ Hochschule/ Stadt? - Wie kann ich euch weiterhin unterstützen?	- Mentimeter, um zentrale Erkenntnisse festzuhalten	Folie	Wenn die anleitende Person die Stadt/Region gut kennt, kann hier der Hinweis auf verwandte Projekte, Initiativen und Orte sein, bei denen die Teilnehmer:innen man sich anschließen können.
02:40	03:00	00:20	Abschlussrunde	Feedback: - Wie war der Workshopablauf allgemein für euch? (Input, Methoden, Pausen, Ablauf, Aufteilung in 3 WS,...) - Wie war die Stimmung der Workshops für euch? - Auf die Website www.climatechallenge.de hinweisen, falls jemand selbst Multiplikator:in für die #climatechallenge werden möchte.	Variationen: - Blitzlichtrunde reihum - Think, Pair, Share - Dixitkarten o.ä. in der Mitte - Fünf-Finger-Feedback	Folie	Hier auch gerne als anleitende Person mitmachen und der Gruppe Feedback geben: Wie war es für mich, die #ccc bei euch anzuleiten?

03:00

#climatechallenge

Impuls-Workshop & Start der Footprint-Challenge

Name der:s Referent:in

Ort/Institution/Gruppe, Datum, Uhrzeit von-bis



Diese Folien sind lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](#).

Willkommen zur #climatechallenge!



Agenda

Ablauf | Gesamtdauer: 3:00 Stunden



Ankommen & Orientierung	10 Minuten
Kennenlernen	20 Minuten
Impulsvortrag & Diskussion	30 Minuten
Pause	10 Minuten
CO2-Bilanz und globale Einordnung	30 Minuten
Klima – „Big Points“	20 Minuten
Pause	15 Minuten
Auswahl Footprint-Challenge und Buddy-Suche	30 Minuten
Abschluss	15 Minuten



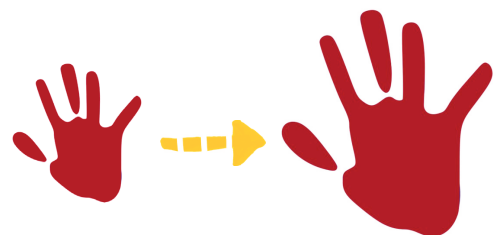
Das Projekt
#climatechallenge

Ein transformatives Bildungsangebot für wirksamen Klimaschutz

Ziel: Stärkung individueller Verhaltensänderungen
sowie politischen und gesellschaftlich wirksamen
Handelns



Fußabdruck
verkleinern



Handabdruck
vergrößern





Impuls-Workshop



Reflexions-Workshop



Abschluss-Workshop



Footprint-Challenge



Handprint-Challenge

Fragen?

Lasst uns starten!



Kennenlernen



Impulsvortrag



Folgen der Klimakrise - spürbar...

Welche Auswirkungen der Klimakrise treten bereits auf?

Welche Auswirkungen können wir schon in Deutschland beobachten?

Habt ihr selbst schon Folgen der Klimakrise gespürt?



Folgen der Klimakrise - spürbar...

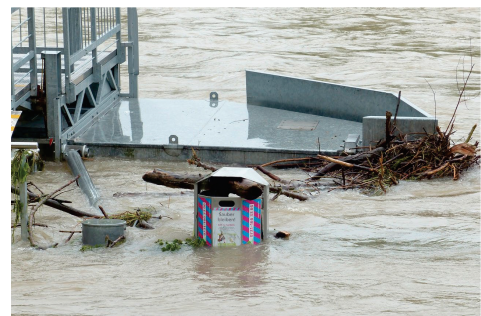


Folgen der Klimakrise - spürbar...



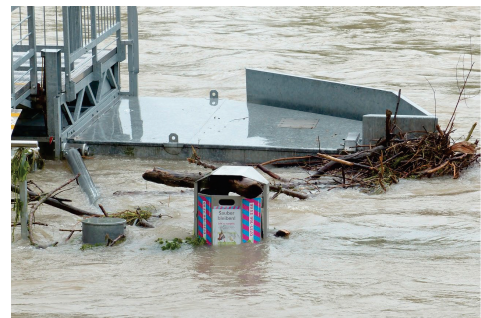
Bildquellen: Pixabay/ Pixabay Content License

Folgen der Klimakrise - spürbar...



Bildquellen: Pixabay/ Pixabay Content License

Folgen der Klimakrise - spürbar...



Bildquellen: Pixabay/ Pixabay Content License

Physische Veränderungen

Gestiegene Temperaturen
von Atmosphäre, Land und
Meeren

Höhere Wahrscheinlichkeit
von
Extremwetterereignissen

Abschmelzen von
Gletschern und
Eisschilden

Anstieg des
Meeresspiegels

Versauerung der
Meere

Auftauen des
Permafrostbodens

Folgen

Verlust und
Veränderung von
Ökosystemen

Ernährungs- und
Wasserunsicherheiten

Negativer Einfluss
auf Sterblichkeit und
mentale Gesundheit,
Traumata

Vertreibung

Schäden an
Infrastrukturen

Beeinträchtigung der
Wirtschaft





Physische Veränderungen

Gestiegene Temperaturen von Atmosphäre, Land und Meeren

Höhere Wahrscheinlichkeit von Extremwetterereignissen

Abschmelzen von Gletschern und Eisschilden

Anstieg des Meeresspiegels

Versauerung der Meere

Auftauen des Permafrostbodens



Folgen

Verlust und Veränderung von Ökosystemen

Ernährungs- und Wasserunsicherheiten

Negativer Einfluss auf Sterblichkeit und mentale Gesundheit, Traumata

Vertreibung

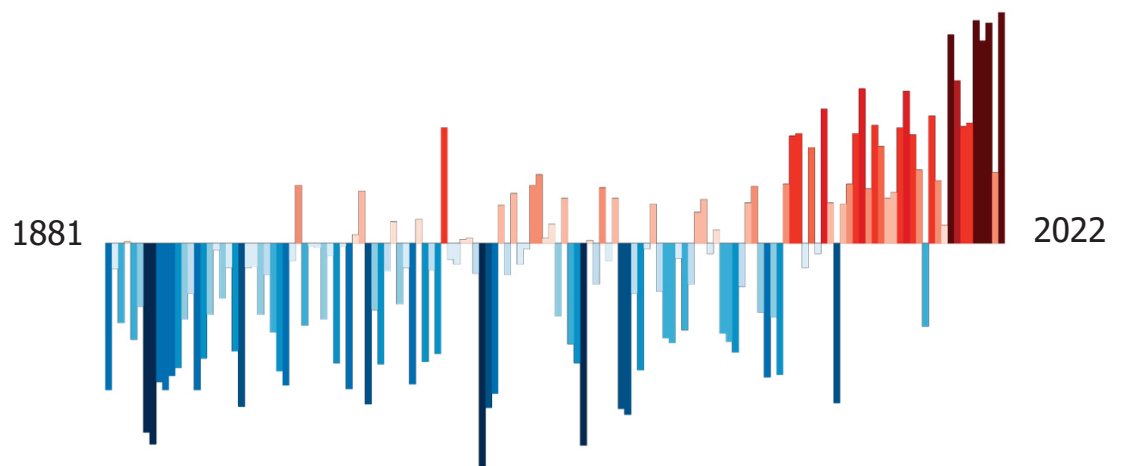
Schäden an Infrastrukturen

Beeinträchtigung der Wirtschaft

Datenquellen: IPCC 2023 - Summary for Policymakers, In: IPCC Climate Change 2023: Synthesis Report, WG I, II, III, AR6; Europäische Kommission o.J. – Folgen des Klimawandels, https://climate.ec.europa.eu/climate-change/consequences-climate-change_de



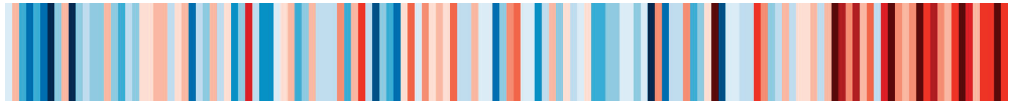
Temperaturänderungen in Deutschland



Bildquelle: Ed Hawkins, University of Reading 2023, verändert/ [CC BY-NC-SA 4.0 DEED/](https://showyourstripes.info/) <https://showyourstripes.info/>

Temperaturänderungen

weltweit



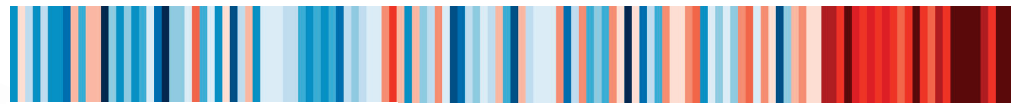
Afrika, Botswana



Nordamerika, Kanada



Australien

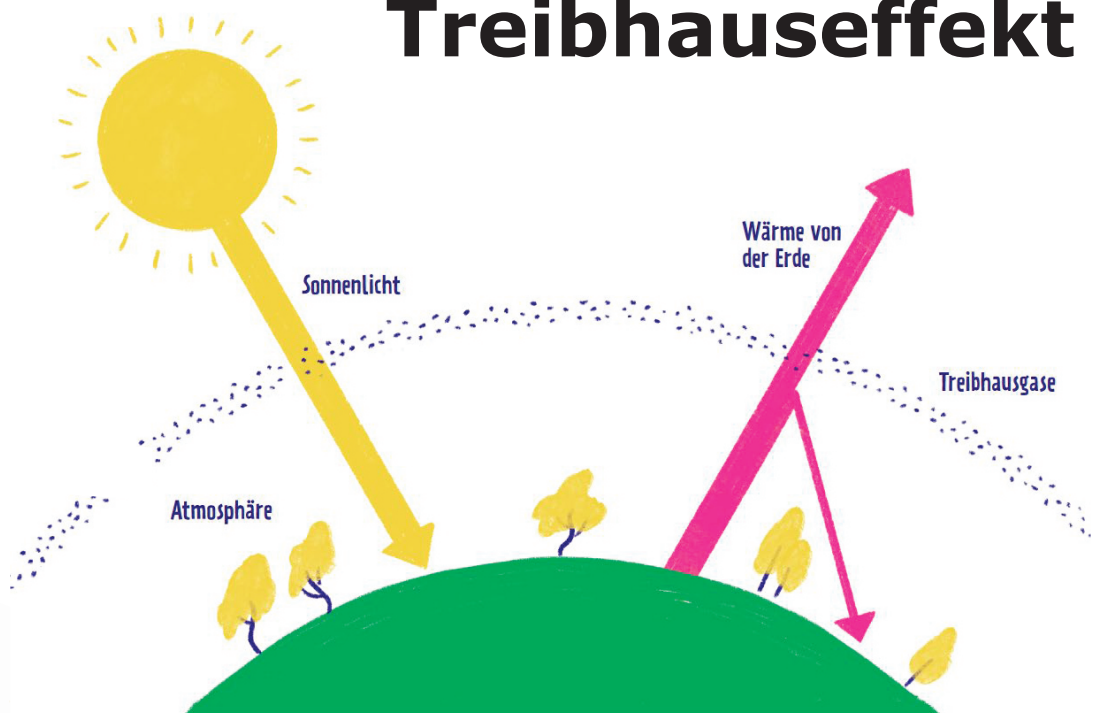


Mittlerer Osten, Iran



Bildquelle: Ed Hawkins, University of Reading 202, verändert/ [CC BY-NC-SA 4.0 DEED](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed/)/ <https://showyourstripes.info/>

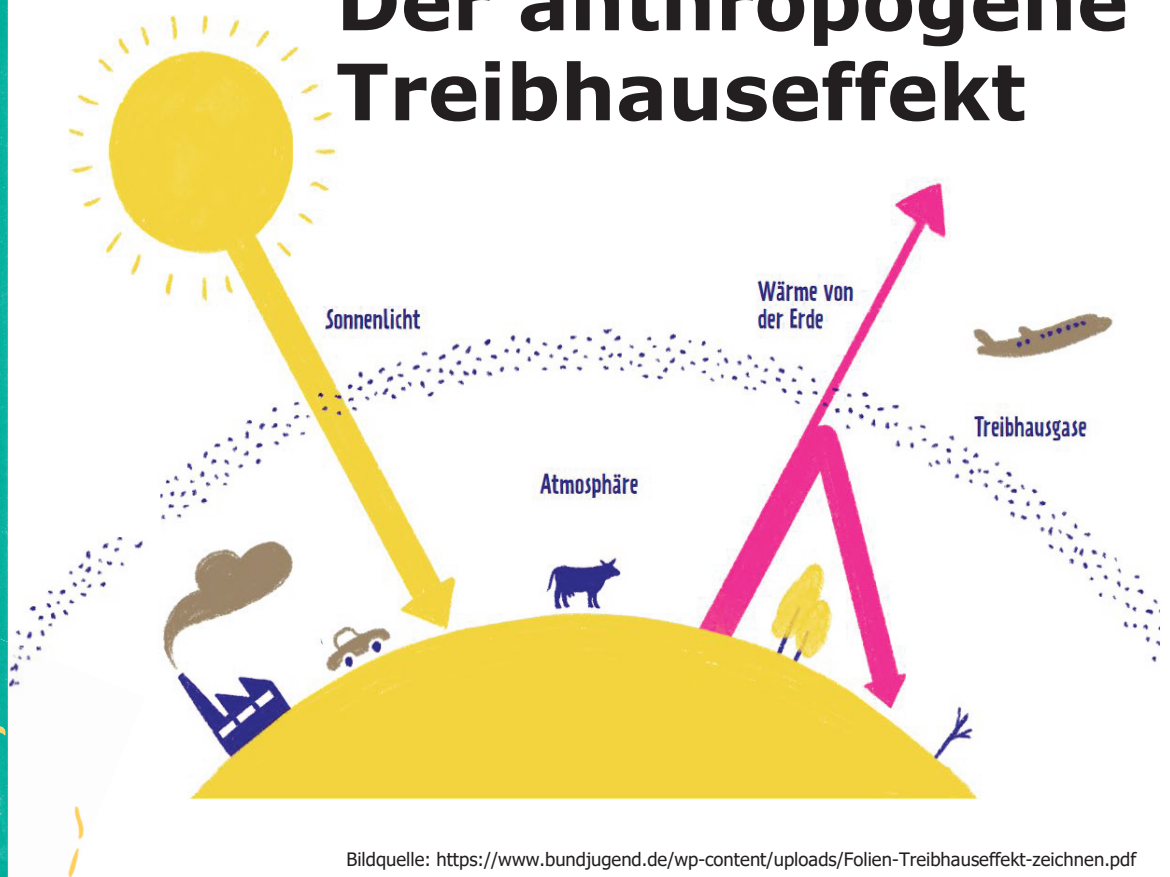
Der natürliche Treibhauseffekt



Bildquelle: <https://www.bundjugend.de/wp-content/uploads/Folien-Treibhauseffekt-zeichnen.pdf>



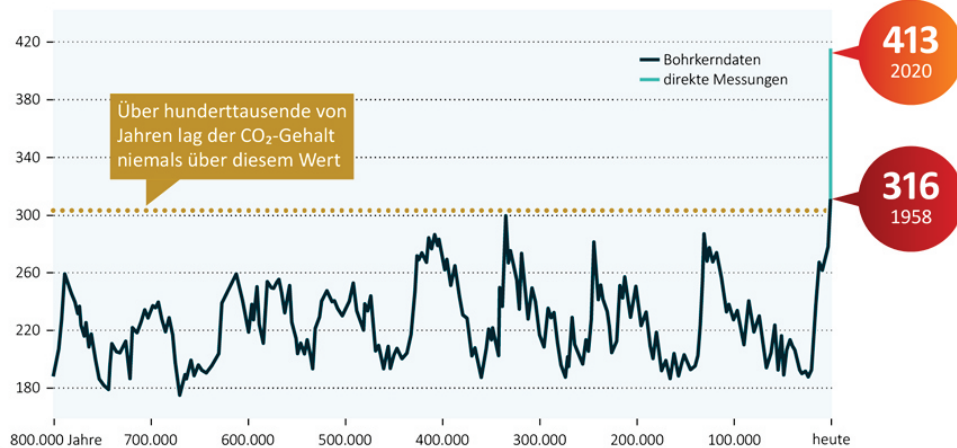
Der anthropogene Treibhauseffekt



Ursache

Anstieg von Treibhausgasen in der Atmosphäre

CO₂-Gehalt der Atmosphäre in den letzten 800.000 Jahren
in ppm („parts per million“ = Millionstel Teile)



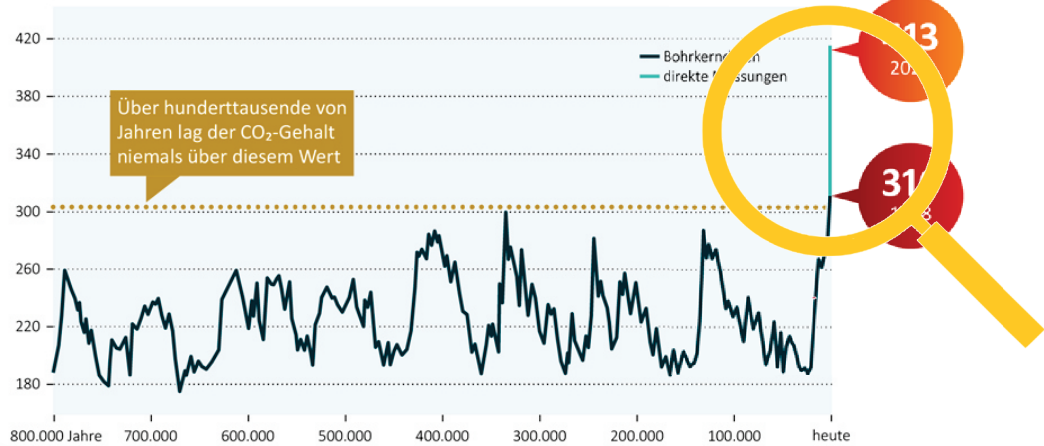
Grafik: Leopoldina Factsheet Klimawandel (2021), CC BY-ND 4.0
Quelle: Lüthi et al. (Nature 2008), Keeling et al. (Scripps CO₂ Program Data)

Ursache

Anstieg von Treibhausgasen in der Atmosphäre

CO₂-Gehalt der Atmosphäre in den letzten 800.000 Jahren

in ppm („parts per million“ = Millionstel Teile)



Grafik: Leopoldina Factsheet Klimawandel (2021), CC BY-ND 4.0

Quelle: Lüthi et al. (Nature 2008), Keeling et al. (Scripps CO₂ Program Data)

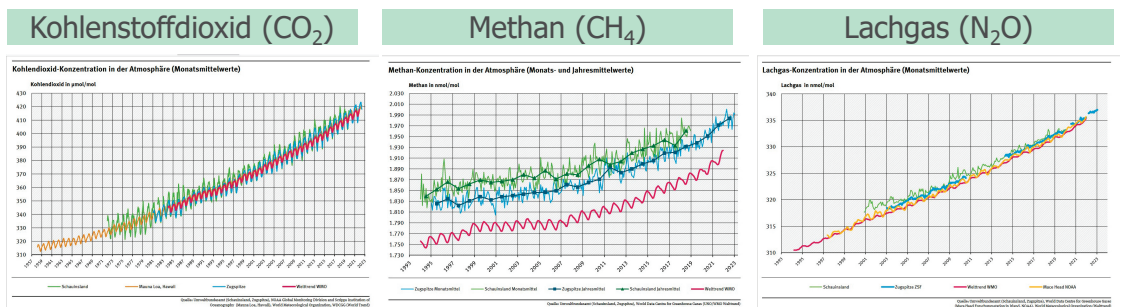
Icon: Pixabay, verändert/ Pixabay Content License



Bildquelle: Deutsche Akademie der Naturforscher Leopoldina e. V. 2021 - Klimawandel: Ursachen, Folgen und Handlungsmöglichkeiten/
<https://www.leopoldina.org/publikationen/detailansicht/publication/klimawandel-ursachen-folgen-und-handlungsmoeglichkeiten-2021/>
 CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Ursache

Anstieg von Treibhausgasen in der Atmosphäre



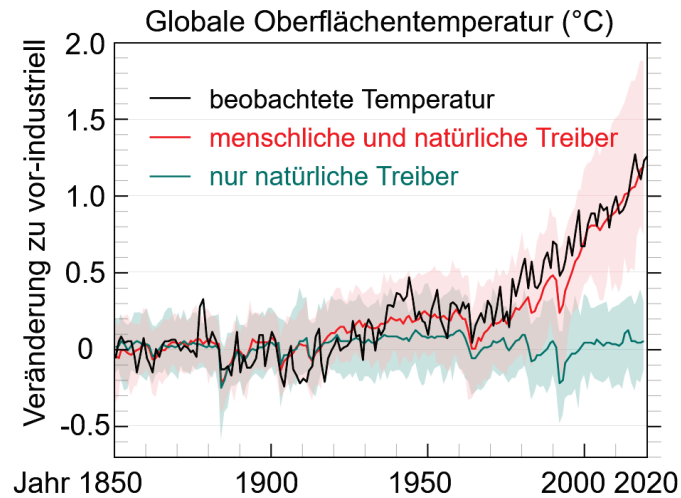
Anstieg der Treibhausgasemissionen im Vergleich zur vorindustriellen Zeit um 48% (CO₂), 160% (CH₄) und 23% (N₂O)*

*Stand 2019

Bildquellen: Umweltbundesamt (UBA) 2023/ [CC BY-NC-SA 4.0 DEED](https://www.umweltbundesamt.de/daten/klima/atmosphaerische-treibhausgas-konzentrationen#kohlendioxid)
 https://www.umweltbundesamt.de/daten/klima/atmosphaerische-treibhausgas-konzentrationen#kohlendioxid-
 Datenquelle: World Meteorological Organization 2021 - State of the Global Climate 2020, WMO-No. 1264



Verantwortlichkeit



Klimamodelle, die nur natürliche Treiber mit einbeziehen, können nicht die beobachtbaren Temperaturmuster seit ca. 1950 darstellen

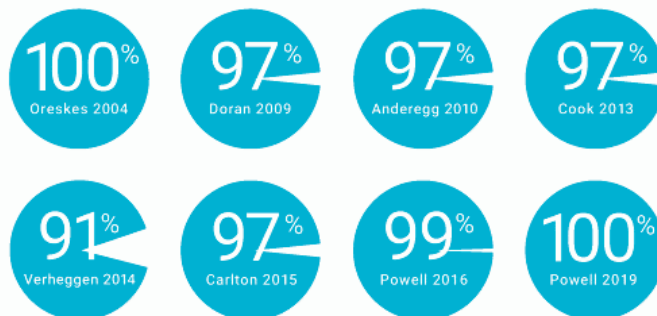
Bildquelle: Efbrazil, (basierend auf IPCC 2023 AR6 WGI) ,Abbildung SPM.1b, S. SPM-7 / CC BY-SA 4.0/
<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=87373456>

Datenquelle: Hegerl et al. 2007 – Understanding and Attributing Climate Change In: IPCC Climate Change 2007: The Physical Science Basis, WG I, AR4



Fakt oder Diskussion?

Etliche Studien belegen, dass sich die Forschung einigt über Grundfragen zum menschengemachten Klimawandel



Quelle: klimafakten.de/konsens

Bildquelle: [klimafakten.de](https://www.klimafakten.de) /CC BY-NC-SA 4.0 DEED

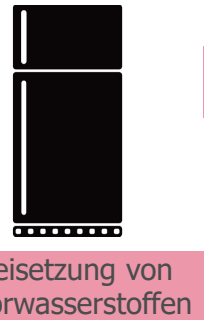
Die Wissenschaft ist sich sehr sicher:

Metaanalysen von veröffentlichten Studien kamen zum Schluss, dass mindestens 91% der Autor:innen von einem menschengemachten Klimawandel ausgehen.

Datenquelle: John Cook, klimafakten.de 2021, <https://www.klimafakten.de/behauptungen/behauptung-es-gibt-noch-keinen-wissenschaftlichen-konsens-zum-klimawandel>

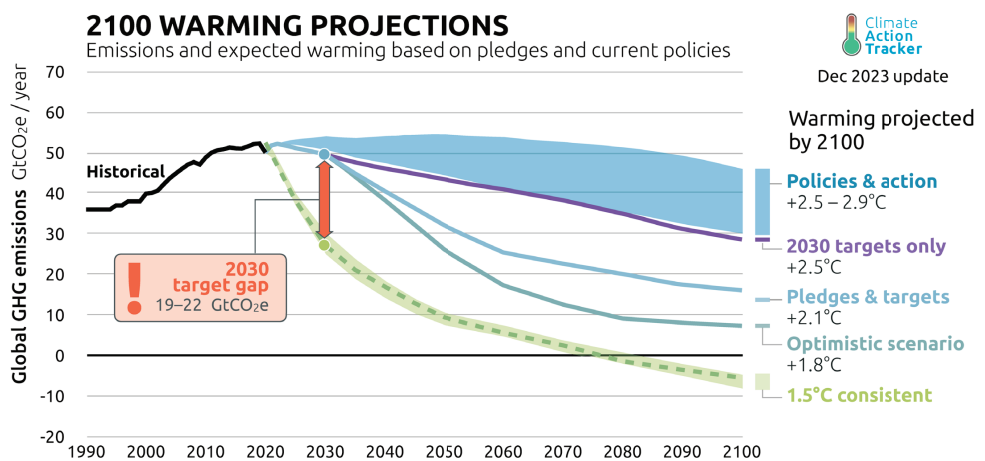


Menschliche Ursachen



Datenquelle: Europäische Kommission o.J. – Ursachen des Klimawandels, https://climate.ec.europa.eu/climate-change/causes-climate-change_de
Icons: Pixabay, teilweise verändert/ Pixabay Content License

Aussichten



Unsere derzeitigen Treibhausgasemissionen sind zu hoch! Um das 1,5°C-Ziel zu erreichen, müssen wir die Treibhausgasemissionen relativ zu 2019 bis 2030 um ca. 43 % und bis 2050 um ca. 84 % senken.

→ rasche und tiefgreifenden Reduktion der Treibhausgasemissionen in verschiedenen Bereichen notwendig!

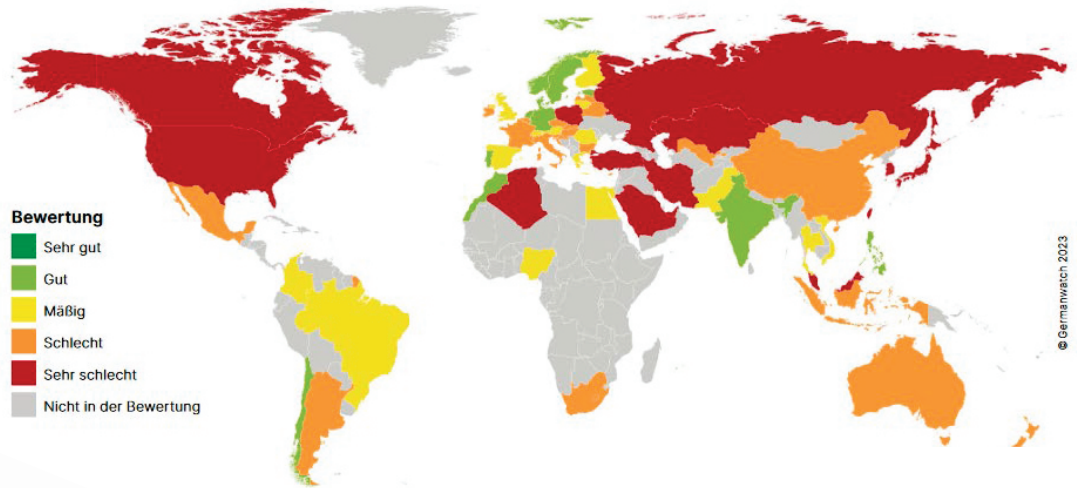


Bildquelle: Climate Action Tracker (Climate Analytics & NewClimate Institute) 2023/
<https://climateactiontracker.org/global/temperatures/>

Datenquelle: IPCC 2023 - Summary for Policymakers, In: IPCC Climate Change 2023: Synthesis Report, WG I, II, III, AR6

Klimaschutz-Index

Gesamtergebnis des Klimaschutz-Index 2024



Bildquelle: Burck et al. (Germanwatch e.V., NewClimate Institute, Climate Action Network International) 2023 - CCPI 2024: Die wichtigsten Ergebnisse



CO₂- neutrales Deutschland?

Wuppertal Institut: Deutschland kann bis 2035 CO₂-neutral werden



Datenquelle: Wuppertal Institut 2020 - CO₂-neutral bis 2035: Eckpunkte eines deutschen Beitrags zur Einhaltung der 1,5°C-Grenze



Fragen?

Anmerkungen?

Raum für Diskussion



Pause



Agenda

Ablauf | Gesamtdauer: 3:00 Stunden

Ankommen & Orientierung	10 Minuten
Kennenlernen	20 Minuten
Impulsvortrag & Diskussion	30 Minuten
Pause	10 Minuten
CO₂-Bilanz und globale Einordnung	30 Minuten
Klima-„Big Points“	20 Minuten
Pause	15 Minuten
Auswahl Footprint-Challenge und Buddy-Suche	30 Minuten
Abschluss	15 Minuten



Der CO₂-Fußabdruck



Erfassung des eigenen CO₂-Fußabdrucks



https://uba.co2-rechner.de/de_DE/

→ Meine CO₂-Bilanz



Der CO₂-Fußabdruck

in Deutschland

Durchschnittlicher CO₂-Fußabdruck pro Kopf in Deutschland

Wohnen		19%
2,0 t CO ₂ e		
Strom		5%
0,5 t CO ₂ e		
Mobilität		21%
2,2 t CO ₂ e		
Ernährung		17%
1,8 t CO ₂ e		
Sonstiger Konsum		27%
2,9 t CO ₂ e		
Öffentliche Infrastruktur		11%
1,2 t CO ₂ e		



CO₂e: Die Effekte von unterschiedlichen Treibhausgasen (z.B. Methan) werden zu CO₂-Äquivalenten umgerechnet und in die Berechnung einbezogen.

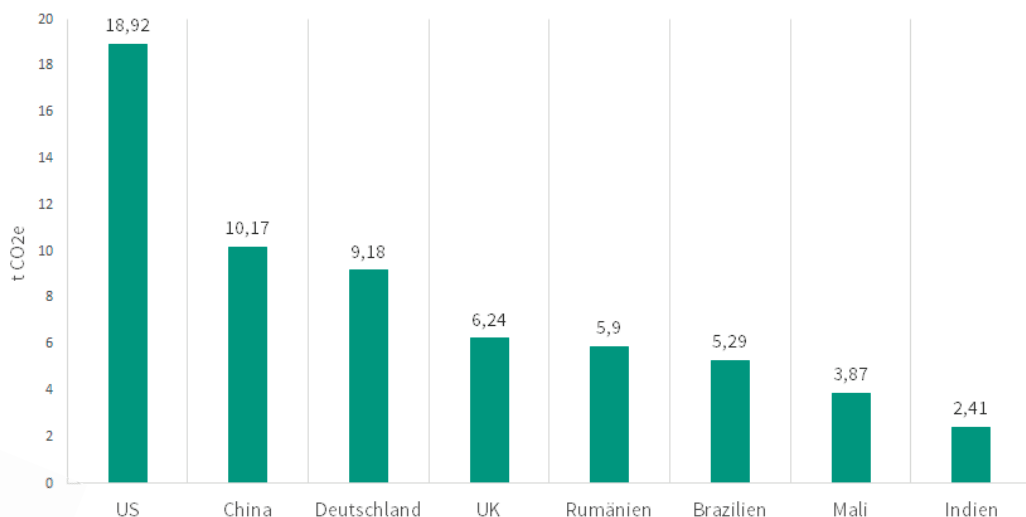
Quelle: Umweltbundesamt CO₂-Rechner (Stand 2023)
© Kompetenzzentrum Nachhaltiger Konsum

Dieses Werk ist unter einer Creative Commons Lizenz vom Typ Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International zugänglich

Der CO₂-Fußabdruck

weltweit

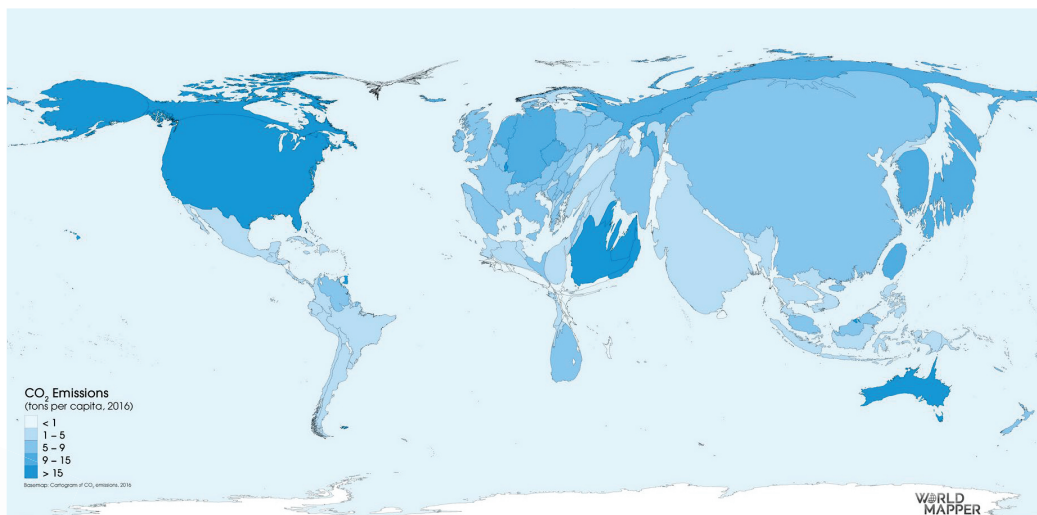
Pro-Kopf-Treibhausgasemissionen 2021



Bildquelle: Eigene Grafik, Daten: Gütschow & Pflüger 2022 - The PRIMAP-hist national historical emissions time series (1750-2021) v2.4 über Climate Watch: <https://www.climatewatchdata.org>, PIK, per capita, year 2021

Globale Gerechtigkeit - CO₂-Ausstoß

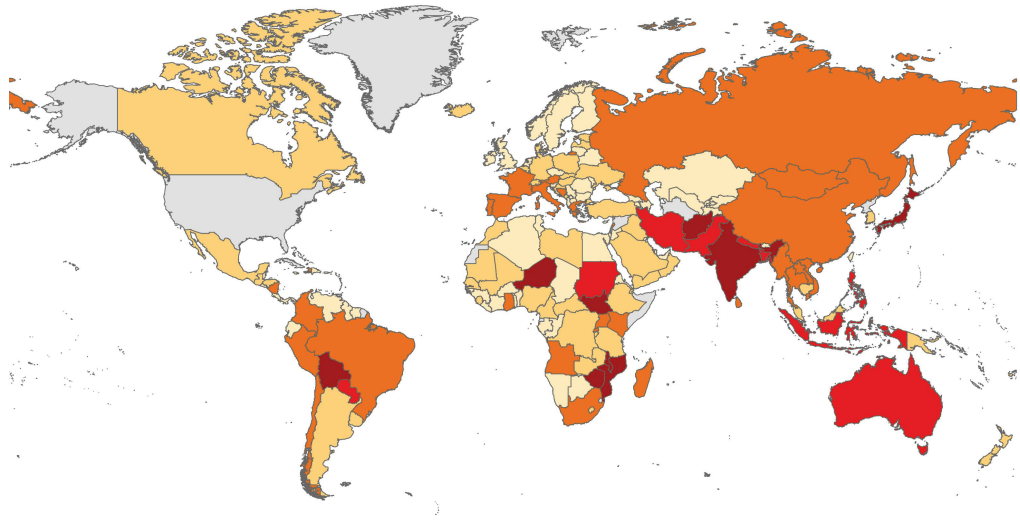
Pro-Kopf-CO₂-Emissionen je Land,
proportional dargestellt als Fläche



Bildquelle: Worldmapper/ [CC BY-NC-SA 4.0 DEED](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) / <https://worldmapper.org/maps/emissions-co2-relative-2016/>



Klima-Risiko-Index



Klima-Risiko-Index: Ranking 2019

1 - 10	11 - 20	21 - 50	51 - 100	>100	Keine Daten
--------	---------	---------	----------	------	-------------

Bildquelle: Eckstein et al. 2021 (Germanwatch e.V.) - Global Climate Risk Index 2021



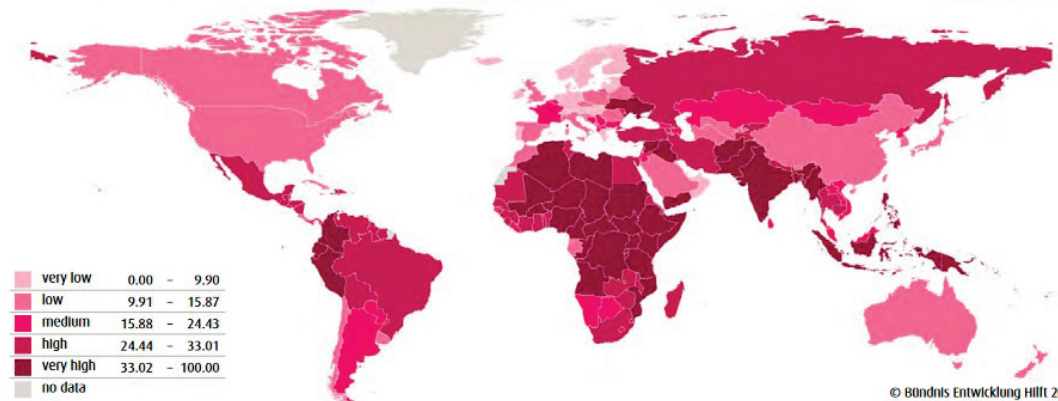
Globale Gerechtigkeit - Verletzlichkeit

Bündnis Entwicklung Hilft
 Gemeinsam für Menschen in Not.

Vulnerability

Sphere of societal vulnerability consisting of susceptibility, lack of coping capacities and lack of adaptive capacities

RUHR UNIVERSITÄT BOCHUM **RUB**
 IFHV



very low	0.00 - 9.90
low	9.91 - 15.87
medium	15.88 - 24.43
high	24.44 - 33.01
very high	33.02 - 100.00
no data	

© Bündnis Entwicklung Hilft 2023



Bildquelle: Bündnis Entwicklung Hilft 2023/ [CC BY-NC-SA 4.0 DEED](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Von Peanuts und Big Points



Big-Points

Mit welchem Verhalten kannst du wie viele Treibhausgas-emissionen im Jahr einsparen?

Beschrifte!

1. Vegan ernähren
2. Flugfrei leben
3. Alle Glühbirnen durch LEDs ersetzen
4. Autofrei leben
5. Auf Flugobst und -gemüse verzichten
6. Leitungswasser statt Flaschenwasser trinken
7. Auf Coffee-to-go-Becher verzichten
8. Wohnen auf weniger als 20 m² pro Person
9. Plastikverpackungsfrei leben



Was tust du für den Klimaschutz?

Male die Felder aus, die zutreffen.

- Alle Glühbirnen durch LEDs ersetzen
- Plastikverpackungsfrei leben
- Auf Flugobst und -gemüse verzichten
- Leitungswasser statt Flaschenwasser trinken
- Auf Coffee-to-go-Becher verzichten



Flugfrei leben

Nutzung eines sehr sparsamen Autos (unter 5 l/100 km)

Autofrei leben

Wohnen auf weniger als 30 m² pro Person

auf weniger als 20 m² pro Person

Wenig Fleisch essen (1-2 mal pro Woche)

Vegetarisch ernähren

Vegan ernähren

Engagement für den Klimaschutz

Spenden für den Klimaschutz



Bildquelle: Sebastian Neubert | IPU e.V/ [CC BY-NC-SA 4.0 DEED](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed/) | <https://ipu-ev.de/postkarte/>

Big Points für den Klimaschutz

Heizung	Strom	Mobilität	Ernährung	Sonstiger Konsum
Geringe Wohnfläche	Ökostrom	Wenige Flugreisen	Vegetarisch/Vegan	Teilzeit arbeiten
Guter Energiestandard	Geringe Geräteausstattung	Wenige Autokilometer	Bio	Second Hand einkaufen
Erneuerbare Wärme		Kein Auto besitzen	Regional & Saisonal	Lange Nutzungsdauer
Sparsames Heizen		ÖPNV, Rad & Mitfahrgelegenheiten		Ökologische Geldanlage
				CO ₂ -Kompensation



Pause



Agenda

Ablauf | Gesamtdauer: 3:00 Stunden

Ankommen & Orientierung	10 Minuten
Kennenlernen	20 Minuten
Impulsvortrag & Diskussion	30 Minuten
Pause	10 Minuten
CO2-Bilanz und globale Einordnung	30 Minuten
Klima – „Big Points“	20 Minuten
Pause	15 Minuten
Auswahl Footprint-Challenge und Buddy-Suche	30 Minuten
Abschluss	15 Minuten



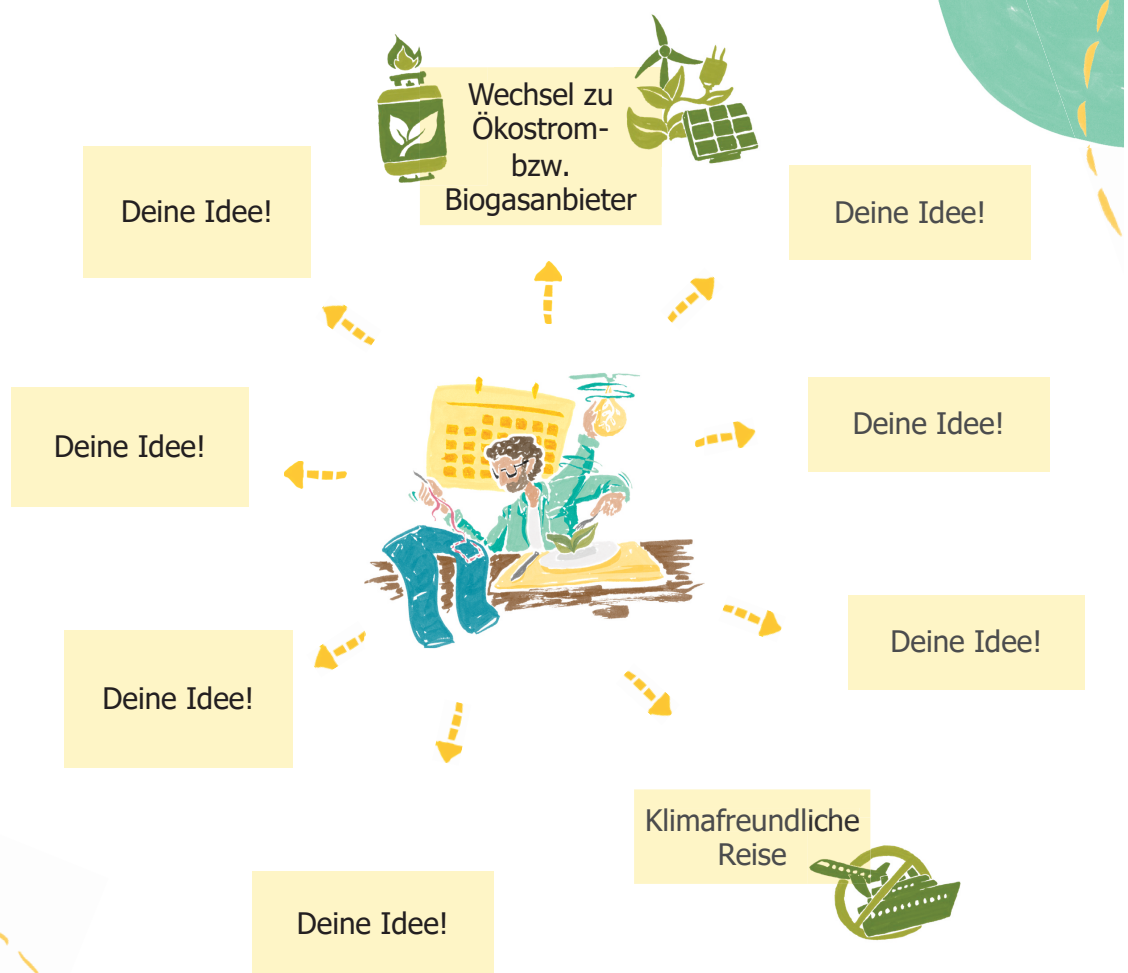
Wähle deine Footprint-Challenge



Deine Footprint-Challenge



Deine Footprint-Challenge Booster!



Deine Challenge für die nächsten 30 Tage!

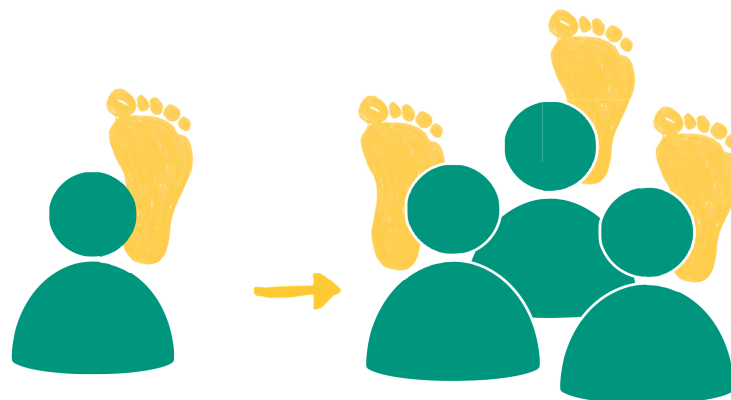


Wähle deine Buddys



Deine Buddys

Finde 2 Buddys, mit denen du die Footprint-Challenge durchführst!



Gemeinsam ist es viel leichter, denn:

- ▶ In einer Gruppe sind Verhaltensänderungen leichter anzufangen und durchzuhalten.
- ▶ Man kann sich gegenseitig unterstützen, austauschen und motivieren.
- ▶ Die Einsparung von Treibhausgasen ist zusammen viel größer.





Projektbezogene Kooperation von:



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Umwelt, Klimaschutz,
und nukleare Sicherheit



NATIONALE
KLIMASCHUTZ
INITIATIVE

und mit Mitteln der



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages


Danke und bis zum nächsten Mal!



Autor:innen: Daniela Baum, Frauke Behrens, Annika Fricke, Kira Gatzemeier, Leonie Schröpfer, Carina Spieß, Markus Szaguhn, Eva Wendeberg, Sebastian Ziegler.

Projekt: Diese Materialien sind im Rahmen des Projekts „#climatechallenge – Klimaschutz mit Hand und Fuß gestalten lernen“ entstanden. Das Verbundprojekt wurde von Germanwatch e.V., netzwerk n e.V. und Karlsruher Transformationszentrum für Nachhaltigkeit und Kulturwandel am Karlsruher Institut für Technologie vom 01.01.2023 bis 31.03.2026 durchgeführt und von der Nationalen Klimaschutzinitiative des BMUKN sowie der Postcode-Lotterie finanziert. Gestaltung dieses Foliensatzes: Germanwatch e.V. / Illustration: Holly McKelvey.

Ursprung: Das Konzept der #climatechallenge und die vorliegenden Materialien basieren auf der Arbeit des #climatechallenge-Teams aus Konstanz (Maïke Sippel, Markus Szaguhn und Ilmari Binder):
www.climatechallenge.cc

Lizenz  Diese Materialien sind lizenziert unter [CC BY-NC-SA: Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Zitiervorschlag: climatechallenge-Projekt (2026). Bildungsmaterialien des Verbundprojekts „#climatechallenge – Klimaschutz mit Hand und Fuß gestalten lernen“. Germanwatch e.V., netzwerk n e.V. und Karlsruher Transformationszentrum am Karlsruher Institut für Technologie.



#climatechallenge

Reflexions-Workshop & Start der Handprint-Challenge

Name der:s Referent:in

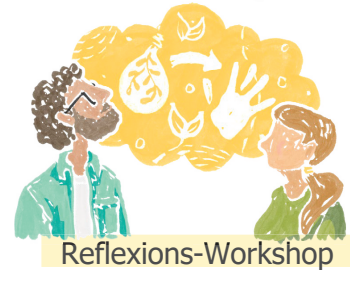
Ort/Institution/Gruppe, Datum, Uhrzeit von-bis



Diese Folien sind lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](#).

Willkommen zum 2. Workshop der #climatechallenge!





Agenda

Ablauf Gesamtdauer: 3 Stunden	
Einstieg	10 Minuten
Storytelling Footprint-Challenges	30 Minuten
Impulsvortrag „Handabdruck“	20 Minuten
Pause	10 Minuten
Handprint-Challenges festlegen	65 Minuten
Pause	10 Minuten
Vorstellung Handprint-Challenges	25 Minuten
Abschluss	10 Minuten




Storytelling: Austausch zu euren Footprint- Challenges




Storytelling




Was war meine Footprint-Challenge?



Was hat gut funktioniert?



Welche Hindernisse gab es?



Was sollte sich ändern, damit die Durchführung der Footprint-Challenge einfacher wird?



Reflexion



Impulsvortrag Handabdruck
- Hürden

Was sind Hürden für klimafreundliches Verhalten?

Was hat euch daran gehindert, euch
konsequent klimafreundlicher zu verhalten?

Welche gesellschaftlichen Strukturen
standen im Weg?

Warum bestimmen diese Strukturen unser
Verhalten?





Finanzielle Nachteile



➔ Häufig ist die nachhaltigere Variante teurer.

Bildquelle: Pixabay / Pixabay Content License



Kein Angebot



➔ Häufig ist eine nachhaltigere Variante nicht verfügbar oder sehr unattraktiv.

Bildquelle: Pixabay/ Pixabay Content License



Soziale Akzeptanz fehlt



Häufig ist nachhaltiges Handeln nicht die Norm und trifft auf Ablehnung.

Bildquelle: Shutterstock / Shutterstock Lizenz



Hohe Komplexität



Häufig ist nicht offensichtlich, welche die nachhaltigere Variante ist.

Bildquelle: Pixabay / Pixabay Content License

Klimafreundliches Verhalten ist oft:

Teuer

Kompliziert

(Zeit-)aufwendig

Sozial nicht akzeptiert

Nicht verfügbar

...



Die schiefe Ebene

nachhaltiges Handeln



nicht-nachhaltige Strukturen





Der CO₂-Fußabdruck

Von einem Ölkonzern ins Zentrum der öffentlichen Debatte gebracht

- 250 Mio.US-\$ teure Werbekampagne von BP (British Petroleum)
- 2004/2005: BP hat ein Geschäftsinteresse daran, dass das Verbrennen fossiler Energieträger weiterhin möglich ist.



Fußabdruck kann eine interessante Messgröße sein, aber:

- Suggestiert, privates Konsumverhalten von Individuen sei die Hauptursache der Klimakrise
- Überträgt die Verantwortung zur Lösung der Klimakrise auf Einzelne mit dem „Hebel“ der Verkleinerung des eigenen Fußabdrucks
- Lenkt vom nötigen Strukturwandel von Unternehmen und Politik ab

Datenquellen: Marie Heitfeld und Alexander Reif in "Transformation gestalten lernen" (2020)
| Gabriel Baunach in "Hoch die Hände Klimawende" (2023) | <https://de.wikipedia.org/wiki/CO2-Bilanz>; Illustration: Holly McKelvey



Was können wir tun?

... um Klimaschutz und Nachhaltigkeit effektiv zu fördern?

... um nachhaltiges Verhalten für alle zu erleichtern?



Inspiration

Was können wir sonst noch tun?

Eine Schule entscheidet sich aufgrund einer Anfrage der Schulgemeinschaft und ihres Engagements für Richtlinien zur fairen & ökologischen Beschaffung von Arbeitsmaterialien.



Bildquelle: Germanwatch e.V., Antonia Koch

An einer Universität gründen Studierende mithilfe des GreenOffice eine Fahrradwerkstatt, in der Studierende ihr Fahrrad kostenlos selbst reparieren können.



Bildquelle: Pexels Content License

Ein Verein setzt sich bei der Stadt für mehr Grünflächen und barrierefreie, altersunabhängige Begegnungsorte in seinem Quartier ein.



Bildquelle : Shutterstock Lizenz

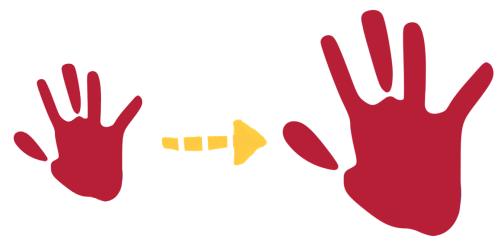


Vom Fußabdruck zum Handabdruck



**Fußabdruck
verkleinern**

Innerhalb bestehender
Strukturen

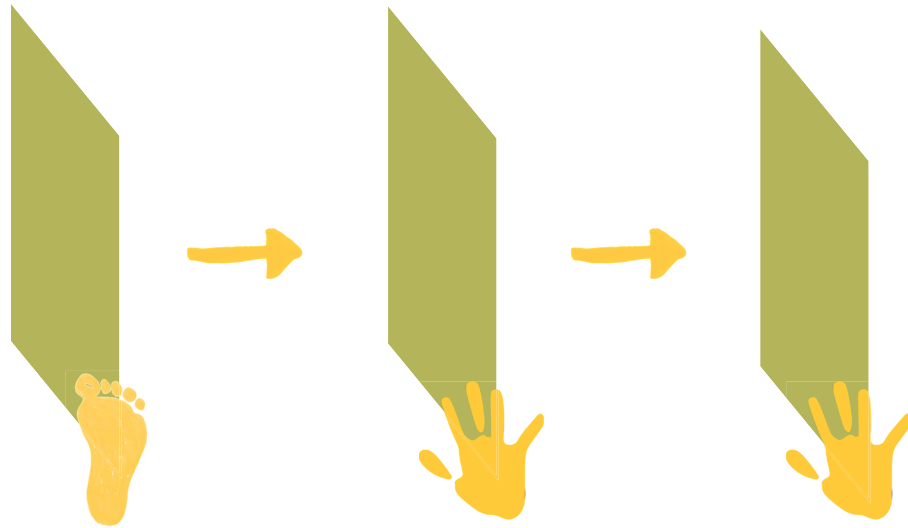


**Handabdruck
vergrößern**

Strukturen verändern und
mitgestalten



Die drei Ebenen unseres Klimaschutz-Engagements



Sich innerhalb der bestehenden Strukturen möglichst nachhaltig verhalten

Gemeinsam Regeln setzen und Strukturen direkt schaffen

Sich an der Debatte über zukünftige Regeln und Strukturen beteiligen



Transformatives Engagement mit dem Handabdruck

Ehrenamtliches/Bürger-schaftliches Engagement

Transformatives Engagement

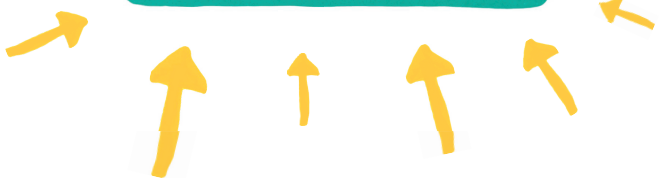
freiwillig

gemeinschaftlich

öffentlich

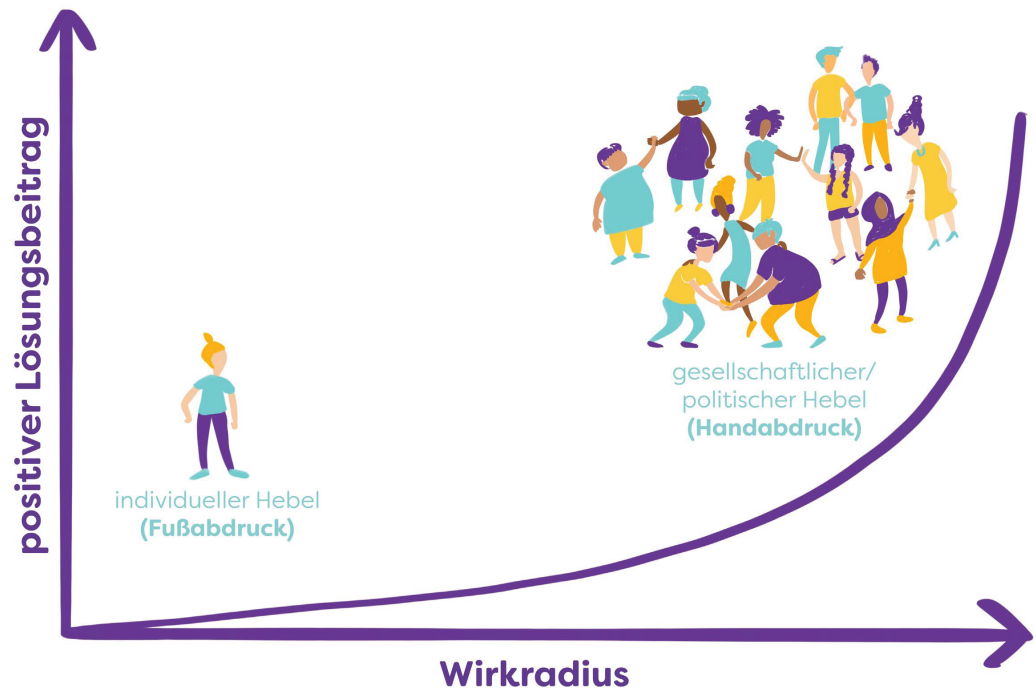
gemeinwohlorientiert

Zielgerichtet:
nachhaltige Rahmenbedingungen
und Strukturen verankern





Wirkungsvolles Engagement



Die schiefe Ebene kippt, wenn...

...Kostennachteile beseitigt werden.

...finanzielle Anreize geschaffen werden.

...fehlendes Angebot / Infrastruktur verbessert wird.

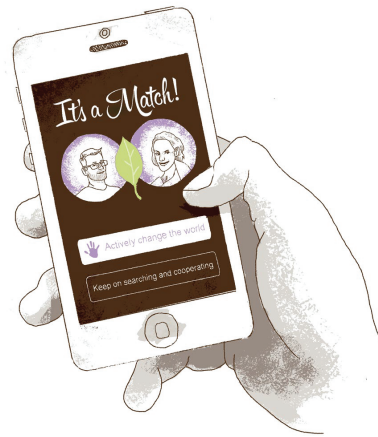
...Regeln und Strukturen angepasst werden.



nachhaltige Strukturen



Hebel für den eigenen Handabdruck



Verbündete

Freund:innen

Expert:innen

Medienvertreter:innen

Kolleg:innen

Politiker:innen

Wirtschaftsakteur:innen

Bildquelle: Germanwatch e.V. / Illustration: Benjamin Bertram

Pause



Agenda

Ablauf | Gesamtdauer: 3 Stunden

Einstieg	10 Minuten
Storytelling Footprint-Challenges	30 Minuten
Impulsvortrag „Handabdruck“	20 Minuten
Pause	10 Minuten
Handprint-Challenges festlegen	65 Minuten
Pause	10 Minuten
Vorstellung Handprint-Challenges	25 Minuten
Abschluss	10 Minuten



Eure Handprint-Challenge

Findet eure Handprint-Challenge...

Entscheidungspfad

Finde deine passende Handprint-Challenge!



Unser Entscheidungspfad soll dir helfen, über die Verringerung des Fußabdrucks hinauszudenken und neue strukturelle Handlungsmöglichkeiten zu entdecken.

Kreise hierfür bei jeder Frage deine Antwort ein. Schreibe anschließend deine ersten Schritte auf, um deinen Handabdruck zu vergrößern.

1 Für welche Themen brenne ich und möchte mich gerne (noch stärker) einsetzen?

- Ökologische Landwirtschaft
- Schutz von Ökosystemen
- Erneuerbare Energien
- Nachhaltige Digitalisierung
- Menschenrechte
- Unternehmensverantwortung
- Teilhabe & Partizipation

Deine Ideen:

2 Auf welcher Ebene möchte ich strukturelle Veränderungen bewirken?

- In der Schule/ Hochschule
- Am Arbeitsplatz
- Im Verein
- Auf Bundesebene

Deine Ideen:

- In der Stadt/ Gemeinde
- In der Nachbarschaft

3 Wie kann ich mein Vorhaben am besten erfolgreich umsetzen?

- Nachhaltige Optionen kostengünstiger machen
- Mit Entscheidungsträger:innen reden
- Petition oder Volksbegehren
- Kreativer Protest/ Kunst & Kultur
- Aktives Engagement in Organisationen
- Alternativen aufzeigen

Deine Ideen:

4 Welche Verbündeten brauche ich dafür?

- Mitschüler:innen
- Kolleg:innen
- Politiker:innen
- Medienvertreter:innen





Findet eure Handprint-Challenge...

...mit noch mehr Inspiration:

www.handabdruck.eu

Wie kannst du deinen Handabdruck vergrößern? Finde es heraus im Test!

Hier geht's los!

Was ist der Handabdruck? →

Alle Hebel auf einen Blick →

FAQ - Eure häufigsten Fragen →



Findet eure Handprint-Challenge...

...und legt gemeinsam los!

Vergrößert euren gesellschaftlichen Handabdruck

Tools, Tipps & Checklisten – euer Platz zum Planeschmieden

Der Handabdruck

- Schiefe Ebene kippen**
Nicht-verantwortliche Systeme und Strukturen verändern
- Standards verändern**
Neue und sozial-ökologische Normen für alle entwickeln
- Rahmen setzen**
Benötigte Strukturen schaffen, stärken, ausbauen
- Miteinander**
Gemeinsam neue Strukturen angehen und mehr bewegen
- Engagement**
Hohes und gesellschaftliches Engagement fördern und anheben

Macht den Handabdruck-Test

Unsere Handprint-Challenge:

Zeitraum:

Ziel	Zwischenziele	Unser Team
Handlungsebene (z. B. Arbeitsplatz, Uni, Verein, Schule ...)		Kooperationspartner:innen
Was haben wir schon? (Zeit, Know-how, Tools, Geld ...)	Was brauchen wir noch?	Abgrenzung (Womit machen wir einen Unterschied?)
Herausforderungen & zu klärende Fragen	Hebel & Strategien	Erste Schritte

Projektplanung

Analysiert die Ausgangslage Was ist das Problem? Welche Lösungswegschritte sind bereits vorhanden, bereits umzusetzen und wünschenswert?

Wann kann Zeit mit dem Handabdruck-Test Was willst du erreichen, was ist dein Handabdruck, was ist dein Ziel? Woher hast du die Idee für diese Handprint-Challenge? Welche Ressourcen hast du? Welche Kooperationspartner:innen brauchst du? Brauchst du Unterstützung? Hast du die Größe des Projekts zu einem Ressourcenplan?

Erstellt einen Zeitplan Welche Meilensteine gibt es auf dem Weg zum Ziel? Was ist die wichtigste Meilensteine, damit die Handprint-Challenge erfolgreich sein kann? Welche Aufgaben sind zu erledigen? Wann? Wo? Mit wem? Welche Ressourcen sind dafür notwendig? Welche Verantwortlichkeiten sind zugeordnet? Welche Aufgaben sind zu erledigen? Wann? Wo? Mit wem? Welche Ressourcen sind dafür notwendig? Welche Verantwortlichkeiten sind zugeordnet?

Macht eine Aktivitätsanalyse Welche wichtigsten Anreize gibt es? Welche Hindernisse sind zu überwinden? Welche Ressourcen sind zu mobilisieren? Welche Verantwortlichkeiten sind zugeordnet? Welche Aufgaben sind zu erledigen? Wann? Wo? Mit wem? Welche Ressourcen sind dafür notwendig? Welche Verantwortlichkeiten sind zugeordnet?

Findet Mitarbeiter:innen Wie könnt ihr eure Gruppe vergrößern? Zum Beispiel über den eigenen Profiling und Bekanntheitsgrad, im Internet durch eine Informationskampagne oder über andere Engagementkanäle und diese in den sozialen Medien bewirken.

Erreicht eure Strategie Welche Mittel nutzt ihr? Welche Ressourcen sind dafür notwendig? Welche Verantwortlichkeiten sind zugeordnet? Welche Aufgaben sind zu erledigen? Wann? Wo? Mit wem? Welche Ressourcen sind dafür notwendig? Welche Verantwortlichkeiten sind zugeordnet?

Ideenpool

Zeitstrahl mit Meilensteinen

en wir weiter? Haben wir unser weiteres Engagement?



**Fragen?
Viel Spaß!**



Pause

Agenda

Ablauf | Gesamtdauer: 3 Stunden

Einstieg	10 Minuten
Storytelling Footprint-Challenges	30 Minuten
Impulsvortrag „Handabdruck“	20 Minuten
Pause	10 Minuten
Handprint-Challenges festlegen	65 Minuten
Pause	10 Minuten
Vorstellung Handprint-Challenges	25 Minuten
Abschluss	10 Minuten



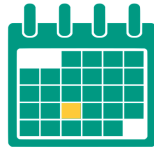
Vorstellung eurer Handprint-Challenges



Und sonst noch...



Termin für Rücksprache oder Beratung durch die workshopleitende Person: (digital): **Datum einfügen**



Termin Abschluss-Workshop: **Datum einfügen**

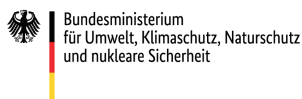


Bildquellen: Icons: Pixabay, teilweise verändert/ Pixabay Content License

Projektbezogene Kooperation von:



Gefördert durch:



und mit Mitteln der



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages


Danke und bis zum nächsten Mal!



Autor:innen: Daniela Baum, Frauke Behrens, Annika Fricke, Kira Gatzemeier, Leonie Schröpfer, Carina Spieß, Markus Szaguhn, Eva Wendeberg, Sebastian Ziegler.

Projekt: Diese Materialien sind im Rahmen des Projekts „#climatechallenge – Klimaschutz mit Hand und Fuß gestalten lernen“ entstanden. Das Verbundprojekt wurde von Germanwatch e.V., netzwerk n e.V. und Karlsruher Transformationszentrum für Nachhaltigkeit und Kulturwandel am Karlsruher Institut für Technologie vom 01.01.2023 bis 31.03.2026 durchgeführt und von der Nationalen Klimaschutzinitiative des BMUKN sowie der Postcode-Lotterie finanziert. Gestaltung dieses Foliensatzes: Germanwatch e.V. / Illustration: Holly McKelvey.

Ursprung: Das Konzept der #climatechallenge und die vorliegenden Materialien basieren auf der Arbeit des #climatechallenge-Teams aus Konstanz (Maike Sippel, Markus Szaguhn und Ilmari Binder):
www.climatechallenge.cc

Lizenz:  Diese Unterlagen sind lizenziert unter [CC BY-NC-SA: Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Zitiervorschlag: climatechallenge-Projekt (2026). Bildungsmaterialien des Verbundprojekts „#climatechallenge – Klimaschutz mit Hand und Fuß gestalten lernen“. Germanwatch e.V., netzwerk n e.V. und Karlsruher Transformationszentrum am Karlsruher Institut für Technologie.



#climatechallenge

Abschluss-Workshop & Storytelling

Name der:s Referent:in

Ort/Institution/Gruppe, Datum, Uhrzeit von-bis



Diese Folien sind lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](#).

**Willkommen zum
3. Workshop der
#climatechallenge!**





Agenda

Ablauf Gesamtdauer: 3 Stunden	
Einstieg	10 Minuten
Vorbereitung des Storytellings	20 Minuten
Storytelling Handprint-Challenges	35 Minuten
Pause	15 Minuten
Reflexion: Mein Handabdruck	30 Minuten
Tue Gutes und rede darüber	20 Minuten
Pause	10 Minuten
Wie geht es weiter?	20 Minuten
Abschlussrunde: Feedback	20 Minuten



Finale Vorbereitung

Wie möchten wir den anderen unsere Handprint-Challenge präsentieren?



**Es ist Zeit für
eure Geschichten!**



Pause



Agenda

Ablauf | Gesamtdauer: 3 Stunden

Einstieg	10 Minuten
Vorbereitung des Storytellings	20 Minuten
Storytelling Handprint-Challenges	35 Minuten
Pause	15 Minuten
Reflexion: Mein Handabdruck	30 Minuten
Tue Gutes und rede darüber	20 Minuten
Pause	10 Minuten
Wie geht es weiter?	20 Minuten
Abschlussrunde: Feedback	20 Minuten



Meine Handprint-Challenge



Was waren die Highlights?

Was hat uns geholfen?



Wie haben wir uns dabei gefühlt?

Was hätte anders sein können?



Haben wir Gerechtigkeitsfragen beachtet?

Wie machen wir weiter?



Tue Gutes & rede darüber

Wo möchtet ihr von eurer Handprint-Challenge erzählen?



Pause



Agenda

Ablauf | Gesamtdauer: 3 Stunden

Einstieg	10 Minuten
Vorbereitung des Storytellings	20 Minuten
Storytelling Handprint-Challenges	35 Minuten
Pause	15 Minuten
Reflexion: Mein Handabdruck	30 Minuten
Tue Gutes und rede darüber	20 Minuten
Pause	10 Minuten
Wie geht es weiter?	20 Minuten
Abschlussrunde: Feedback	20 Minuten



**Wie geht es nach der
#climatechallenge
weiter?**



**Abschlussrunde:
Euer Feedback**





Projektbezogene Kooperation von:



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Umwelt, Klimaschutz,
Naturschutz
und nukleare Sicherheit



NATIONALE
KLIMASCHUTZ
INITIATIVE

und mit Mitteln der



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages




Vielen Dank!

Autor:innen: Daniela Baum, Frauke Behrens, Annika Fricke, Kira Gatzemeier, Leonie Schröpfer, Carina Spieß, Markus Szaguhn, Eva Wendeberg, Sebastian Ziegler.

Projekt: Diese Materialien sind im Rahmen des Projekts „#climatechallenge – Klimaschutz mit Hand und Fuß gestalten lernen“ entstanden. Das Verbundprojekt wurde von Germanwatch e.V., netzwerk n e.V. und Karlsruher Transformationszentrum für Nachhaltigkeit und Kulturwandel am Karlsruher Institut für Technologie vom 01.01.2023 bis 31.03.2026 durchgeführt und von der Nationalen Klimaschutzinitiative des BMUKN sowie der Postcode-Lotterie finanziert. Gestaltung dieses Foliensatzes: Germanwatch e.V. / Illustration: Holly McKelvey.

Ursprung: Das Konzept der #climatechallenge und die vorliegenden Materialien basieren auf der Arbeit des #climatechallenge-Teams aus Konstanz (Maïke Sippel, Markus Szaguhn und Ilmari Binder):
www.climatechallenge.cc

Lizenz:  Diese Materialien sind lizenziert unter [CC BY-NC-SA: Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Zitiervorschlag: climatechallenge-Projekt (2026). Bildungsmaterialien des Verbundprojekts „#climatechallenge – Klimaschutz mit Hand und Fuß gestalten lernen“. Germanwatch e.V., netzwerk n e.V. und Karlsruher Transformationszentrum am Karlsruher Institut für Technologie.



Startkarte Footprint-Challenge



Die unten aufgelisteten Fragen kannst du entweder in einem selbst gestalteten Poster oder direkt auf dem Arbeitsblatt beantworten, falls du kein Poster anfertigst. Den Fußabdruck kannst du als Ausgangspunkt für das Poster verwenden.



1 Was will ich konkret tun?

Empty rounded rectangular box for answer 1.

2 Was motiviert mich dazu?

Empty rounded rectangular box for answer 2.

3 Was könnte mir dabei schwer fallen?

Empty rounded rectangular box for answer 3.

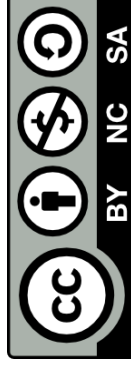
4 Wie kann ich diese Hindernisse überwinden?

Empty rounded rectangular box for answer 4.



Handout Footprint-Challenges

Du hast dich im Rahmen der #climatechallenge dazu entschieden, innerhalb der nächsten vier Wochen in einem bestimmten Bereich deines Lebens Treibhausgase einzusparen. Das bedeutet, dass du klimabelastende Gewohnheiten überwindest, um deinen Alltag (noch) klimaschützender zu gestalten. Die folgenden Erläuterungen zu den möglichen Footprint-Challenges unterstützen dich zu verstehen, wie genau diese Veränderungen aussehen können und welche klimarelevante Wirkung du damit erreichst. Die Beschreibungen umfassen den Ablauf deiner Challenge, Hintergrundinfos und Tipps für einen leichteren Einstieg.



Dieses Handout ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung – Nicht-kommerziell – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](#).

Übersicht der Footprint-Challenges der #climatechallenge

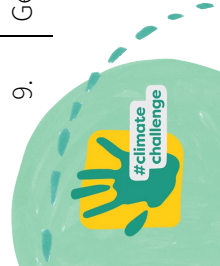
In dieser Tabelle sind die Footprint-Challenges und ihr jeweiliger CO₂-Einsparwert dargestellt. Wie du diese CO₂-Einsparung erreichen kannst, ist auf den nachfolgenden Seiten zu den jeweiligen Footprint-Challenges beschrieben.

	Name der Footprint-Challenge / des Boosters	Einsparwert
1.	Einmal vegetarisch, bitte!	18 kg CO _{2äq}
2.	Vegan ist mein Plan.	47 kg CO _{2äq}
3.	Regional & Saisonal sind genial!	4 kg CO _{2äq}
4.	Nix für die Tonne.	6 kg CO _{2äq}
5.	Ich nehme die Bahn.	88 kg CO _{2äq}
5.1	Booster: Klimafreundliche Reise	230 kg CO _{2äq}
6.	Ich gehe zu Fuß.	93 kg CO _{2äq}
7.	Weniger ist mehr!	114 kg CO _{2äq}
8.	Pulli statt heizen.	33 kg CO _{2äq}
8.1	Booster: Wechsel zu Ökostromanbieter	76 kg CO _{2äq}
8.2	Booster: Wechsel zu Biogasanbieter	48 kg CO _{2äq}
9.	Gegen den Strom, das kann ich schon!	19 kg CO _{2äq}

Hinweis: Deine mögliche CO₂-Einsparung geben wir in CO₂-Äquivalente (kurz CO_{2äq}) für jede Challenge an. Die CO_{2äq} schließt neben Kohlenstoffdioxid auch andere Treibhausgase wie Methan oder Stickoxid ein.

Ablauf deiner Footprint-Challenge

1. Wähle während des ersten #climatechallenge-Workshops aus, welche Footprint-Challenge du machen möchtest.
2. Führe die Challenge 30 Tage lang durch. Trage dir am besten hierfür eine Erinnerung in deinen Kalender ein oder hänge einen Zettel gut sichtbar in der Küche auf. Tausche dich regelmäßig mit deinen Buddys aus: Wie ergeht es euch mit der Challenge? Deine Erfahrungen während der Footprint-Challenge kannst du auf einem Poster festhalten und beim nächsten Workshop präsentieren.
3. Im zweiten #climatechallenge-Workshop wirst du dann in der Umfrage dazu befragt, welche Challenge du gemacht hast, wie die Challenge für dich verlaufen ist und ob du in dem Bereich der Challenge schon im Voraus aktiv warst. War es einfach? Welche Hindernisse gab es? War es überhaupt möglich, die Challenge konsequent durchzuziehen?





1. Einmal vegetarisch, bitte!

In deinem Leben ist bisher alles Mögliche, darunter auch Fleisch, Wurst oder Fisch auf deinen Teller gekommen? Dann kann „Einmal vegetarisch, bitte!“ eine tolle Challenge für dich sein! Du ernährst dich einen Monat lang vegetarisch. Konkret bedeutet das, keine Produkte toter Tiere zu konsumieren.

Der Hintergrund

Sich vegetarisch zu ernähren bedeutet, weder Fleisch und Wurst noch Fisch zu essen. Stattdessen Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte und Getreide in aller Vielfalt sowie Milchprodukte und Eier.

Vor allem die Tierhaltung ist im Zusammenhang von Klimaschutz und Vegetarismus relevant.¹ Diese verursacht fast die Hälfte der Treibhausgas-Emissionen aus der Landwirtschaft. Methan entsteht unter anderem bei der Verdauung von Wiederkäuern wie Rindern oder Schafen. Die Lagerung und Ausbringung von Mist und Gülle setzt wiederum Methan und Lachgas frei. Außerdem braucht der Futtermittelanbau sehr viel Fläche. Der Anbau von Kraftfutter wie Soja findet häufig auf gerodeten Regenwaldflächen in Südamerika statt, was bedeutet, dass wertvolle Wälder als CO₂-Speicher verloren gehen und auch die Böden dieser Flächen weniger CO₂ speichern können.² Auch die Überfischung unserer Meere führt zum Artensterben von Pflanzen und Tieren, dem Zerstören ganzer Ökosysteme und weiteren Folgen, welche den Klimawandel begünstigen.³

Um die CO₂-Einsparung an einem Beispiel zu verdeutlichen: Die Produktion von einem Kilo Rindfleisch verursacht zwischen 7 und 28 Kilo Treibhausgas, während Obst oder Gemüse bei weniger als einem Kilo liegen.⁴

Achtung: Gleichst du Fleisch, Wurst und Fisch mit einem höheren Konsum an Milchprodukten und Eiern aus, wirst du nur wenig oder kein CO₂ einsparen. Denn diese Produkte setzen ebenfalls Tierhaltung voraus und haben einen großen CO₂-Fußabdruck.

Aktuell ernähren sich bereits über 8 Millionen Menschen in Deutschland vegetarisch.⁵ Eine vegetarische Ernährungsweise kann dir neue Sichtweisen eröffnen und du kannst



Je mehr du deinen Fleischkonsum reduzierst, desto mehr CO_{2,eq} kannst du einsparen. Im Optimalfall kannst du innerhalb der Challenge von 30 Tagen ca. **18 kg CO_{2,eq}** einsparen.

viel dabei lernen: Entdecke neue Gemüsesorten, Hülsenfrüchte oder probiere dich durch das Angebot von Ersatzprodukten. Beispielsweise gibt es Tofu in etlichen Varianten oder auch eine große vegetarische Wurstausswahl – das Angebot ist mittlerweile groß. Auch hier lohnt es sich, einen Blick auf die Zutatenliste zu werfen, denn die Produkte bestehen häufig zum Großteil aus tierischem Eiweiß.

Lass der Kreativität in der Küche freien Lauf! Inspirationen gibt es in zahlreichen vegetarischen Kochbüchern und Kochblogs. Willkommen in der wunderbaren Welt der Kichererbsen!

Tipps

- Suche im Internet oder in Kochbüchern nach Inspirationen und Rezepten. Fange mit einfachen Rezepten an und freue dich am Kochen mit neuen Ideen und Zutaten! Hier ein paar Webseiten mit vegetarischen Rezepten:
 - [Meine Gemüseküche](#)
 - [KRAUTKOPE](#)
 - [Elisa kocht](#)
 - [Slowly Veggies](#)
- Schau beim Einkaufen genau hin. Verarbeitete Lebensmittel wie Gummibärchen, Wackelpudding und Geliermittel enthalten z.B. Gelatine (= tierisches Gewebe).
- Wenn du Essen gehen möchtest, schaue dir vorher am besten die Speisekarte an. Oder suche auf [Love Veggies](#) ein vegetarisches Restaurant in deiner Nähe.

Weitere Infos

- ¹[UBA: Treibhausgas-Emissionen aus der Landwirtschaft](#)
- ²[IFEU: Umweltbilanz von Milch und Milcherzeugnissen](#)
- ³[MSC: Überfischung der Meere](#)
- ⁴[UBA: Warum Fleisch zu billig ist](#)
- ⁵[Anzahl der Vegetarier:innen in Deutschland](#)





2. Vegan ist mein Plan!

Bei einer veganen Ernährung vermeidest du alle tierischen Produkte wie Fleisch, Milcherzeugnisse, Eier und Honig. Stattdessen greifst du vermehrt zu pflanzlichen Nahrungsmitteln wie Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte und Getreide. Das bedeutet aber nicht, dass du stundenlang in der Küche stehst und komplizierte Rezepte studieren musst oder nichts Süßes mehr essen kannst. Mittlerweile gibt es in allen Bereichen vielseitige Alternativen. Snacks wie Chips oder einfache Gerichte wie Nudeln mit Tomatensoße waren ohnehin schon immer vegan. Es geht darum, deine bisherigen Essgewohnheiten zu hinterfragen und mit neuen Zutaten zu experimentieren. Starte deine vegane Footprint-Challenge!

Der Hintergrund

Mit einer veganen Ernährung kannst du einen bedeutenden Beitrag zu Klimaschutz und Tierwohl leisten. Zum einen reduzierst du durch eine vegane Ernährung deinen ökologischen Fußabdruck erheblich.¹ Die tierbasierte Landwirtschaft ist für etwa 15 % der weltweiten Treibhausgas-Emissionen verantwortlich.² Durch den Verzicht auf Tierprodukte verringert sich dieser Anteil, da weniger Ressourcen wie Wasser, Land und Energie für die Herstellung pflanzlicher Nahrung benötigt werden. Zum anderen respektierst du durch eine vegane Ernährung das Tierwohl, denn die industrielle Massentierhaltung ist alles andere als wesensgerecht.³

Auf Fleisch- und Milchprodukte wird komplett verzichtet, stattdessen kannst du die Proteine durch Linsen, Kichererbsen & Co. mit einem geringeren CO₂-Fußabdruck ersetzen. Mittlerweile gibt es auch eine große Auswahl an protein-liefernden Ersatzprodukten. Für den Pro-Kopf-Konsum von Milchprodukten in Deutschland wurden ca. 118 kg pro Kopf und Jahr angenommen.⁴



Der Fleischkonsum pro Kopf pro Jahr in Deutschland liegt bei ca. 60 kg CO₂äq (ca. 1,15 kgCO₂äq pro Woche). Für den Pro-Kopf-Konsum von Milchprodukten in Deutschland wurden ca. 118 kg pro Kopf und Jahr angenommen (Milchindustrieverband 2019)⁴. Je mehr du deinen Konsum tierischer Produkte reduzierst, desto mehr CO₂äq kannst du einsparen. Im Optimalfall kannst du innerhalb der Challenge von 30 Tagen ca. **47 kg CO₂äq** einsparen.

Tipps

- Suche im Internet oder in Kochbüchern nach Inspirationen und Rezepten. Fange mit einfacheren Rezepten an. Oder koche bekannte Rezepte und ersetze die tierischen Produkte durch Alternativen. Ganz wichtig: Hab´ Spaß am Kochen mit neuen Ideen und Zutaten! Food-Blogs zur Inspiration:
 - [Zucker & Jagdwurst](#)
 - [Bianca Zapatka](#)
 - [Slowly Veggies](#)
- Schau beim Einkaufen genau hin. Verarbeitete Lebensmittel enthalten z.B. manchmal Milchpulver, Honig oder Ei.
- Wenn Essen gehen möchtest, schaue dir vorher am besten die Speisekarte an. Manche Restaurants bieten keine veganen Gerichte an. Oder suche auf [Love Veggies](#) ein veganes Restaurant in deiner Nähe.

Weitere Infos

- ¹[UBA Treibhausgas-Emissionen aus der Landwirtschaft](#)
- ²[Treibhausgase aus der Massentierhaltung](#)
- ³[IFEU: Umweltbilanz von Milch und Milcherzeugnissen](#)
- ⁴[Milchindustrieverband 2019](#)
- [Anzahl der Veganer:innen in Deutschland](#)



3. Regional & Saisonal ist genial!

Tomaten im Winter? Kein Problem, die bekommt man leicht im Supermarkt. Jedoch nicht vom Feld, sondern aus dem beheizten Gewächshaus. Und kommt der Apfel wirklich aus Deutschland oder nicht vielleicht doch aus Neuseeland? Genau das ist die Herausforderung von regionaler und saisonaler Ernährung: Du kaufst Produkte aus der Region und damit gleichzeitig auch saisonal ein, denn Tomaten, Gurken und Erdbeeren wachsen hier im Winter nicht.

Der Hintergrund

Um mit dieser Challenge CO₂ einzusparen, kaufst du nur Obst und Gemüse der Saison. Der Blick in den Saisonkalender verrät, was in welchem Monat bei uns geerntet wird – und damit nicht sehr weit transportiert oder im beheizten Gewächshaus angebaut werden muss. Somit wird der große Energieaufwand für das Heizen von Folientunneln und Gewächshäusern eingespart. Zudem werden Transporte über weite Strecken hinfällig, was gleich mehrere Vorteile hat. Gemüse und Obst kann länger an der Pflanze reifen und muss nicht vor der natürlichen Reifezeit geerntet werden. Plastikfolien zum Frischhalten während des Transports werden nicht benötigt (wie z.B. bei Salatgurken). Transportemissionen werden eingespart und lokale Bauern unterstützt.¹

Aber **Achtung**, der Teufel steckt im Detail! Vor allem die Kombination – regional UND saisonal – verspricht CO₂-Einsparungen. Im Frühling oder Frühsommer ist es weder klimafreundlich, Tomaten aus dem beheizten Gewächshaus noch lange im Kühlhaus gelagerte Äpfel zu essen.¹

Zusätzlich kannst du durch die Gestaltung deiner Einkaufswege CO₂ einsparen, indem du viele Einzelfahrten als Ergänzungseinkäufe vermeidest und mit (Lasten-)Fahrrad oder Bus statt dem Auto einkaufen fährst. Weiteres zum Thema Mobilität kannst du bei der Footprint-Challenge „Ich nehme die Bahn“ (s. Seite 7) lernen.



Die Deutschen essen pro Kopf durchschnittlich ca. 70 kg Obst pro Jahr (5,4 kg pro Monat), überwiegend aus Übersee. Wir nehmen an, dass in dieser Challenge die Menge an Übersee-Obst um die Hälfte reduziert werden kann. Je weniger Obst und Gemüse aus Übersee konsumiert wird und je mehr aus der Region und saisonal, desto mehr CO_{2,aq} kannst du einsparen. Im Optimalfall kannst du innerhalb der Challenge von 30 Tagen ca. **4 kg CO_{2,aq}** einsparen.

Tipps

- Sehr hilfreich ist ein Blick in einen [Saisonkalender](#) für Obst und Gemüse zu werfen. Es gibt diverse kostenlos im Internet.
- Schau beim Einkaufen genau hin: Auf den Schildern steht, woher die Lebensmittel kommen. Mittlerweile gibt es in vielen Läden auch Hinweise auf die Regionalität. Ansonsten: Frag nach!
- Falls du Essen gehen möchtest: Einige Restaurants informieren direkt auf Ihrer Webseite darüber, dass sie regionale und saisonale Lebensmittel verwenden.
- Schau im Internet oder in Kochbüchern nach Inspirationen und Rezepten für saisonales Obst und Gemüse.
- Hab Spaß am Kochen mit neuen Ideen und Zutaten! Kohl und Kürbis zum Beispiel gibt es im Winter in super vielen spannenden Varianten.
- Gewürze und Öle/Fette sind besonders schwierig regional zu bekommen. Mach eine kleine Recherche: Gibt es eine Ölmühle in deiner Region? Werden Kräuter in der Nähe angebaut?
- Oft sind regionale Lebensmittel teurer als Importware, die unter schlechteren Arbeitsbedingungen erzeugt wurde. Vielleicht gibt es in der Nähe einen Hofverkauf? Dort sind die Lebensmittel meist günstiger, da Ladenmiete und Transport wegfallen.

Weitere Infos

¹[JFFU \(2020\): Ökologische Fußabdrücke von Lebensmitteln und Gerichten in Deutschland](#)



4. Nix für die Tonne!

Landet häufiger mal ein Teil deines Essens im Müll, weil du zu viel gekocht hast? Oder die Milch wird schlecht, weil du die gekaufte Menge nicht aufgebraucht bekommst? Dann ist dies die richtige Footprint-Challenge für dich! Du planst gut, kaufst in Maßen ein und verwertest Reste. Kurz gesagt: du wirfst kein Essen mehr weg.

Der Hintergrund

Durchschnittlich werden in Deutschland pro Kopf und Jahr rund 80 Kilogramm Lebensmittel im Wert von etwa 230 Euro weggeworfen.¹ Verschwendete Lebensmittel belasten nicht nur deinen Geldbeutel, sondern sind auch eine Ressourcenverschwendung, da die Lebensmittelerzeugung viel Fläche und Wasser braucht sowie CO₂-Emissionen verursacht.

Daher lautet das Motto dieses Selbstexperiments: Kein Essen landet mehr im Müll! Wie das gelingen kann? Durch bewussteren Einkauf von und Umgang mit Lebensmitteln, cleverer Reste-Verwertung und eine Gemeinschaft, in der man übriggebliebenes teilt und tauscht. Versuche, die benötigten Mengen der Lebensmittel richtig abzuschätzen. Wenn dir das Abschätzen schwerfällt, helfen kleinere, mehrmalige Einkäufe in der Woche. Überlege auch: Welche Lebensmittel werfe ich häufig weg? An wie vielen und welchen Tagen in der Woche esse ich Zuhause?

Bei Obst und Gemüse hilft es, lose Ware zu kaufen, da du so die Menge selbst bestimmen kannst und gleichzeitig Verpackungen sparst. Ein Unverpackt-Laden bietet auch Nudeln, Müsli, Mehl, Hülsenfrüchte, Nüsse und anderes mehr als lose Ware an – allerdings leider oft auch sehr teuer. Vielleicht gibt es ja eine solidarisch organisierte Food-Coop oder Einkaufskooperative in deinem Ort?

Wenn das Mindesthaltbarkeitsdatum eines Lebensmittels überschritten ist, ist es nicht automatisch schlecht! Deine Augen, Nase und der Geschmackssinn verraten dir, ob ein Verzehr noch angeraten ist.



In Deutschland landen durchschnittlich rund 80 kg Lebensmittel pro Jahr in der Tonne. Wir nehmen an, dass in dieser Challenge die Lebensmittelverschwendung um zwei-Drittel reduziert werden kann. Der größte Effekt tritt ein, wenn weniger Fleischprodukte und gekochte Lebensmittel weggeworfen werden, da viel Energie und Ressourcen in diesen Produkten stecken. Aber auch alle anderen Lebensmittel sollten nicht weggeworfen werden. Je weniger Lebensmittel in der Tonne landen, desto mehr CO_{2eq} kannst du einsparen. Im Optimalfall kannst du innerhalb der Challenge von 30 Tagen ca. **6 kg CO_{2eq}** einsparen.

Tipps

- Teile mit Freund:innen und Nachbar:innen, was übrig oder zu viel ist. Häufig gibt es auch Nachbarschaftsgruppen in den sozialen Medien. Dort kann man Lebensmittel zu Verfügung stellen oder abholen.
- Über die Initiative Foodsharing kannst du Essenskörbe online stellen, die dann bei dir zuhause abgeholt werden, oder die Lebensmittel in einen sogenannten „Fairteiler“ legen, die es in fast allen Städten und manchen Dörfern gibt.
- Vielleicht kannst du übrig gebliebene Lebensmittel auch haltbar machen oder einfrieren und einfach später essen.
- Schau in deinen Schränken und dem Gefrierfach regelmäßig nach, was dringend aufgebraucht werden muss.
- Viele Blogs und Webseiten bieten Rezepte für das Kochen mit Lebensmittelresten an, Stichwort z.B. „Zero Waste“.

Weitere Infos

- [Foodsharing & Too Good To Go](#)
- ¹[Lebensmittelabfälle in Deutschland](#)
- [Bundesweite Strategie „Zu gut für die Tonne!“](#)
- [Verbraucherzentrale: Genießen statt wegwerfen: Lebensmittelverschwendung stoppen](#)





5. Ich nehme die Bahn.

Von A nach B – aber mal anders! Bei dieser Challenge vermeidest du regelmäßige Fahrten mit dem Auto. Dazu wählst du eine Strecke, die du normalerweise mit dem Auto zurücklegst – und steigst für die Laufzeit der Challenge auf die Schiene um.

Der Hintergrund

In Deutschland bestimmen PKWs mit rund 85 % der Fahrleistung immer noch das Verkehrsbild.¹ Laut Umweltbundesamt lagen die verkehrsbedingten Emissionen in Deutschland im Jahr 2021 bei insgesamt rund 148 Millionen Tonnen CO_{2(aq)2}. Oft müsste das Auto gar nicht zum Einsatz kommen, denn rund die Hälfte der gefahrenen Strecken sind ca. 6 km lang.³ Wenn wir unsere Gewohnheiten so umstellen, dass wir öfter mal aufs Auto verzichten, sparen wir CO₂ ein. Dies fällt vielen Menschen bei regelmäßigen Strecken leichter, da sich dann eine neue Routine einstellen kann.

Und natürlich kann ein Wechsel auch andere Vorteile mit sich bringen: weniger Stau und Baustellen-Ärger und endlich mal zum Lesen kommen in der Bahn! Gleichzeitig werden die Straßen entlastet je mehr Menschen umsteigen, die Feinstaubbelastung sinkt und es gibt weniger Verkehrslärm. Viele gute Gründe also, das Auto öfter mal stehen zu lassen.

Vorbereitung: Lege eine oder mehrere Strecken fest, die du während der 30-tägigen Challenge ohne das Auto zurücklegen möchtest. Dies könnte der Weg zur Arbeit, die Fahrt ins Fitnessstudio, das „Eltern-Taxi“ oder die Einkaufstour zum Supermarkt sein. Überlege dir, auf welche Verkehrsmittel du umsteigen könntest.



Booster möglich:
Die klimafreundliche Reise (s. Seite 8)

Laut dem ADFC werden in Deutschland täglich 113 Millionen Wege unter 10 km zurückgelegt. Das entspricht durchschnittlich 2,4 Wegstrecken unter 10 km pro Auto. Bei angenommenen 5,7 km durchschnittlicher Wegstrecke, an fünf Tagen pro Woche und der CO₂-Bilanz von 0,34 kg CO_{2(aq)}/Personenkilometer für einen Mittelklassewagen-Benziner, belaufen sich die jährlichen CO₂-Emissionen so auf ca. 813 kg CO_{2(aq)} pro Fahrzeug, angenommen es ist mit einer Person besetzt. Wenn du während deiner Challenge die Bahn statt Auto nimmst, kannst du ca. **88 kg CO₂** einsparen.

Tipps

- Plane deine Fahrten z.B. mit der [Website der Deutschen Bahn](#) oder installiere dir den [DB Navigator](#) auf deinem Smartphone.
- Lade dir Apps für den ÖPNV herunter.
- Für den Schulweg: bildet kleine Gruppen, die gemeinsam zur Schule fahren. Das macht mehr Spaß und stärkt das Gemeinschaftsgefühl.

Weitere Infos

- ¹[UBA: Fahrleistungen, Verkehrsleistung und Modal Split in Deutschland](#)
- ²[UBA: Emissionen des Verkehrs](#)
- ³[Mobilitätsverhalten in Karlsruhe](#)



5.1 Booster: Die klimafreundliche Reise

„Der Tourismus zerstört das, was er sucht, indem er es findet“, schrieb der Schriftsteller Hans Magnus Enzensberger bereits Ende der 1950er Jahre. Das gilt im übertragenen Sinne leider auch für das Klima. Deshalb denken wir ab jetzt bei der Urlaubsplanung ans Klima! Auf Flugzeug und Kreuzfahrtschiff verzichtest du, dein Urlaub findet näher am Heimatort statt und/oder du nutzt klimafreundlichere Verkehrsmittel.

Um CO₂ zu sparen werden in diesem Experiment zwei Möglichkeiten betrachtet: Nah- statt Fernreisen und klimafreundlichere Verkehrsmittel für längere Wege. Auf Flugreisen und Kreuzfahrten wird verzichtet. Außerdem kannst du dir überlegen, die dennoch verursachten CO₂-Emissionen zu kompensieren.

Der Hintergrund

Der Verkehrssektor war im Jahr 2021 laut Umweltbundesamt für knapp 20 % der Treibhausgasemissionen Deutschlands verantwortlich.¹ Rund fünf Prozent aller klimaschädlichen Emissionen weltweit entstehen allein durch den Tourismus, das sind mehr als eine Milliarde Tonnen. Davon entfallen 40 % auf Flugreisen, 32 % auf den Autoverkehr und 21 % auf die Unterkünfte.^{2,3} Neben den CO₂-Emissionen durch den Reiseverkehr gibt es aber auch weitere erhebliche Umweltbelastungen, z.B. durch den hohen Verbrauch von Wasser, Flächen und Gütern sowie das Abfallaufkommen durch die Tourist:innen. Ein Beispiel: Eine Familie aus Deutschland verursacht für eine sieben-tägige Fernreise nach Südafrika mit Mietwagen vor Ort rund 21 Tonnen CO₂-Emissionen. Im Vergleich führte eine Inlandsreise mit dem Auto von Köln nach Schleswig- Holstein inkl. Fahrrad- und Autoausflügen am Urlaubsort nur 820 kg CO₂äq, also nur ein Zwanzigstel der Fernreise.⁴



Bei einer Europareise (Entfernung ca. 1.300 km) mit dem Flugzeug entstehen ca. 278 kg CO₂äq. Als Alternative wurden hier drei regionale Ziele vom Beispielort Karlsruhe aus festgelegt (Pfälzerwald, Allgäuer Alpen und Vogesen), die jeweils mit dem PKW angefahren werden, der mit drei Personen besetzt ist. Bei der Wahl eines näheren und klimafreundlicheren Reiseziels kannst du so ca. **230 kg CO₂äq** einsparen.

Tipps

- Plane alternativ zu deiner sonstigen Urlaubsvorstellung. Verkehrsmittel der Wahl sind der ÖPNV, Zug, Fernbus und der PKW, wenn mehrere Personen an Bord sind. Natürlich kannst du auch zu Fuß oder per Fahrrad Urlaub machen und damit entspannt und mit viel Kontakt zu den Leuten vor Ort und der Natur von A nach B kommen. Auch Urlaub zu Hause, entspannt auf dem Balkon, im Garten oder mit Ausflügen in die eigene Region sind eine Möglichkeit.
- Dies bedeutet im Einzelfall sicherlich auch, bestimmte Reiseziele nicht auszuwählen oder aber längere Reisezeiten in Kauf zu nehmen. Wenn doch eine Fernreise getätigt wird, gilt die Empfehlung, den Zeitraum auszuweiten und dafür weniger oft zu verreisen.
- Auch für Dienstreisen sollte möglichst auf Flugzeug und Auto verzichtet oder aber Fahrgemeinschaften gebildet werden, wodurch die CO₂-Bilanz deutlich verbessert wird.
- Wer auf andere Art die Umwelt entlasten möchte, kann auch Unterkünfte über Tauschplattformen suchen. In Deutschland gibt es speziell für Radurlauber das [Dachgeber-Verzeichnis](#) oder international [Couchsurfing](#).

Weitere Infos

- ¹[UBA: Emissionsquellen](#)
- ²[UBA: Urlaub und Umweltschutz: So geht nachhaltiges Reisen](#)
- ³[UBA: Emissionen des Verkehrs](#)
- ⁴[Höhe des Aufkommens von Treibhausgas-Emissionen einer Familie aus Deutschland nach Urlaubsart im Jahr 2019](#)





6. Ich gehe zu Fuß.

Let's move – Fahrrad fahren und zu Fuß gehen ist angesagt! Du vermeidest ab jetzt einen Monat lang regelmäßige Fahrten mit dem Auto. Dazu wählst du eine Strecke, die du normalerweise mit dem Auto zurücklegst – und gehst zu Fuß oder fährst mit dem Fahrrad.

Der Hintergrund

In Deutschland bestimmen PKWs mit rund 85 % der Fahrleistung immer noch das Verkehrsbild.¹ Laut Umweltbundesamt lagen die verkehrsbedingten Emissionen in Deutschland im Jahr 2021 bei insgesamt rund 148 Millionen Tonnen CO₂aq.² Oft müsste das Auto gar nicht zum Einsatz kommen, denn rund die Hälfte der gefahrenen Strecken sind ca. 6 km lang.³ Wenn wir unsere Gewohnheiten so umstellen, dass wir öfter mal aufs Auto verzichten, sparen wir CO₂ ein. Dies fällt vielen Menschen bei regelmäßigen Strecken leichter, da sich dann eine neue Routine einstellen kann. Und natürlich kann ein Wechsel auch andere Vorteile mit sich bringen, z.B. mehr Bewegung an der frischen Luft beim Fahrradfahren und Laufen! Gleichzeitig werden die Straßen entlastet, die Feinstaubbelastung sinkt und es gibt weniger Verkehrslärm, je mehr Menschen umsteigen. Viele gute Gründe also, das Auto öfter mal stehen zu lassen.⁴



Vorbereitung: Lege eine oder mehrere Strecken fest, die du während der Challenge ohne das Auto zurücklegen möchtest. Dies könnte der Weg zur Arbeit, die Fahrt ins Fitnessstudio, das „Eltern-Taxi“ oder die Einkaufstour zum Supermarkt sein. Überlege dir, ob du sie zu Fuß gehen möchtest oder mit dem Fahrrad fährst.

Laut dem ADFC werden in Deutschland täglich 11,3 Millionen Wege unter 10 km zurückgelegt. Das entspricht durchschnittlich 2,4 Wegstrecken unter 10 km pro Auto. Bei angenommenen 5,7 km durchschnittlicher Wegstrecke an fünf Tagen pro Woche und der CO₂-Bilanz von 0,34 kg CO₂aq/Personenkilometer für einen Mittelklassewagen-Benziner, belaufen sich die jährlichen CO₂-Emissionen so auf ca. 813 kg CO₂aq pro Fahrzeug, angenommen es ist mit einer Person besetzt. Wenn du während deiner Challenge zu Fuß gehst oder das Fahrrad nutzt, statt des Autos, kannst du ca. **93 kg CO₂aq** einsparen.

Tipps

- Prüfe dein Fahrrad auf Verkehrstauglichkeit, es gibt auch verschiedene Werkstätten, in denen man eine kostenlose Reparaturliste bekommt.
- Das [Regenradar](#) kannst du nutzen um die Wetteraussichten vorher nachzuschauen.
- Für den Schulweg: bildet kleine Gruppen, die gemeinsam zur Schule fahren. Das macht mehr Spaß und stärkt das Gemeinschaftsgefühl.
- Für die Planung von Fahrradstrecken gibt es verschiedenste Apps, von [Google Maps](#) über [Naviki](#) bis [Komoot](#)

Weitere Infos

- ¹[UBA: Fahrleistungen, Verkehrsleistung und Modal Split in Deutschland](#)
- ²[UBA: Emissionen des Verkehrs](#)
- ³[Mobilitätsverhalten in Karlsruhe](#)
- ⁴[UBA: Vorteile des Fahrradfahrens](#)





7. Weniger ist mehr!

Unter Konsum verstehen wir alle Dinge, die wir Menschen in unserem Alltag „nutzen“ oder „verbrauchen.“ Darunter fallen Dinge wie Lebensmittel oder Kleidung, aber auch das Futter für unsere Haustiere oder Möbel. Konsum ist ein weiterer Begriff, wir wollen uns hier auf den Bereich Kleidung konzentrieren.

Bei dieser Footprint-Challenge nutzt du ab jetzt Konsum-Alternativen, statt neue Kleidung zu kaufen. Diese können vom Einkauf im Secondhand-Laden bis zum Kleider-Tauschen reichen. Du fragst dich außerdem: „Was brauche ich wirklich?“ und hinterfragst damit die Anschaffung selbst. Kurz gesagt gilt: „Weniger ist mehr!“. Aber nicht nur das, sondern auch: „Teilen ist mehr!“. Denn oft kaufen wir Kleidung nur für einen einmaligen Gebrauch, danach landet sie im Kleiderschrank und wird vergessen. Stattdessen könntest du Kleidung für einen besonderen Anlass auch bei Freund:innen und Familie ausleihen. Das ist nicht nur gut fürs Klima, sondern wird dir deinen nächsten Umzug vereinfachen und dein Zuhause freier gestalten.

Der Hintergrund

Aufgabe in dieser Challenge ist es, die Konsumgesellschaft zu hinterfragen. Entweder brauchen wir wirklich etwas, weil das Alte kaputtgegangen ist, oder aber wir wollen etwas haben, weil es uns gefällt. Und natürlich gibt es Dinge, die wir noch nicht besitzen, aber brauchen. Wirf einen Blick auf die „Bedürfnispyramide des Konsums“ von Sarah Lazarovic, die an die Maslowsche Bedürfnispyramide anknüpft:



- 1) Nutzen, was du hast
- 2) Leihen
- 3) Tauschen
- 4) Gebrauchte kaufen
- 5) Selber machen
- 6) Kaufen (am besten öko & fair)

Laut dem CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes verursacht der Durchschnittskonsum eines Menschen in Deutschland ca. 2,73 t CO_{2aeq}/Jahr. Wir nehmen an, dass die CO₂-Emissionen des Konsums von Alltagsprodukten während dieser Challenge um die Hälfte reduziert werden kann. Auf die Dauer der 30-tägigen Challenge bezogen, bedeutet das eine Einsparung von ca. **114 kg CO_{2aeq}**.

Mit jedem nicht gekauften Gegenstand sparst du Ressourcen ein. So trägst du auch dazu bei, klimaschädliche Emissionen zu verringern. Bei der Herstellung von Kleidung entstehen CO₂-Emissionen u.a. durch den Anbau von Baumwolle, den Transport der Rohstoffe und Kleidung oder den Einsatz von Maschinen. Im Jahr 2021 wurden in Deutschland insgesamt etwa **689.400 Tonnen Treibhausgasemissionen** bei der Produktion von Textilien, Bekleidung, Leder und Lederwaren ausgestoßen. Außerdem vermeidest du mit jedem eingesparten Kleidungsstück schlechte Arbeitsbedingungen und unfaire Löhne in Niedriglohnregionen.

Experimentiere mit deiner Kaufentscheidung. Frag dich vor dem Kauf von Dingen: Brauche ich das wirklich? Wie lange wird es mir gefallen? Wie lange werde ich es benutzen? Oder auch: Wieso will ich es überhaupt haben?

Tipps

- Schau in deinen Kleiderschrank: Hast du Kleidung, die du schon länger nicht mehr angezogen hast und eigentlich gar nicht so gut findest? Die kannst du zur Seite legen für die nächste Kleidertauschparty.
- Schau dich in deiner Stadt um, mittlerweile organisieren verschiedene Organisationen und Initiativen mehrmals im Jahr Kleidertauschpartys!
- Statt sie wegzuworfen, kannst du kaputte Kleidungsstücke einfach per Hand nähern. Mittlerweile gibt es außerdem auch viele Angebote zum gemeinsamen Nutzen von Nähmaschinen. Vielleicht findest du in deiner Stadt einen Leihladen oder ein Reparaturcafé? Es kann viel Spaß es machen, etwas selbst zu reparieren!
- Konsumieren heißt in der Regel Geldausgeben – konsumierst du weniger, kannst du gleichzeitig Geld sparen.





8. Pulli statt heizen.

Du bist jedes Jahr geschockt von deiner hohen Heizkostenabrechnung? Oder hast dir noch gar keine Gedanken zu dem Thema gemacht? Dann lohnt es sich, einen Blick auf die Footprint-Challenge „Pulli statt heizen“ zu werfen. Das Ziel ist es, den Energieverbrauch in deinem Haushalt zu senken und dadurch neben CO₂ auch Heizkosten zu sparen.

Der Hintergrund

Wärme wird in Deutschland immer noch zu großen Teilen aus fossilen Energieträgern gewonnen. Dabei entstehen klimaschädliche Treibhausgase. Rund 80 % des gesamten Energieverbrauchs in deutschen Haushalten wird benötigt um Räume und Wasser zu erwärmen.¹ Je weniger Energie wir also verbrauchen, desto weniger Treibhausgase werden ausgestoßen. Und auch wenn wir klimafreundlichere Alternativen wie z.B. Biogas verwenden, sollten wir unseren Energieverbrauch senken. Biogas gilt zwar als CO₂-neutral, aufgrund der CO₂-Bindung der Pflanzen während ihrer Lebensdauer, trotzdem ist Biogas ebenfalls mit Emissionen verbunden. Denn für den Anbau der Pflanzen werden zumeist Dünger und Pestizide eingesetzt, bei deren Herstellung und Einsatz Treibhausgase wie Lachgas entstehen. Außerdem sind die bei der Herstellung der Biogasanlagen und anderer benötigter Materialien entstehenden CO₂-Emissionen und Verluste bei Speicherung und Transport des Biogases nicht zu vernachlässigen.²

Energieeinsparungen sind oft ohne große Investitionen durch Nutzungsänderungen möglich. Solange Geräte nicht ausgedient haben, ist die Anschaffung eines energieeffizienteren Gerätes meist nicht sinnvoll, da Herstellung und Transport ebenfalls Energie und Ressourcen verbrauchen. Wenn du Energie einspart, hilft das nicht nur dem Klima, sondern es wird sich auch durch eine gesunkene Heizrechnung bemerkbar machen.³ Ein Senken der Raumtemperatur um 1 Grad – von beispielsweise 20 °C auf 19 °C – spart bis zu 255 kg CO_{2aq} und rund 75 € im Jahr ein.⁴



Booster möglich:

Zum Biogasanbieter wechseln! (s. Seite 12)

Laut dem CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes liegt der Wärmeverbrauch einer Wohnung in einem Mehrfamilienhaus bei ca. 12.550 kWh pro Jahr. Wir nehmen an, dass eine Einsparung von 25 % möglich ist. So können bei dieser Challenge für einen Ein-Personen-Haushalt ca. **67 kg CO_{2aq}** eingespart werden.

Tipps

- Es gibt viele Webseiten mit Tipps, um Heizkosten zu sparen und damit auch weniger CO₂ zu verursachen. Informiere dich dort am besten zu Beginn der Challenge, viele Tipps sind schnell und einfach umzusetzen.
- Die optimale Raumtemperatur ist nicht in jedem Zimmer gleich. Das Schlafzimmer kann mit 17 °C zum Beispiel deutlich kälter sein als der Wohnbereich mit 20 °C.
- Infolinks mit weiteren Möglichkeiten zum Wärmesparen:
 - [Verbraucherzentrale: Heizung: 10 einfache Tipps zum Heizkosten sparen](#)
 - [Umweltbundesamt: Richtiges Heizen schützt das Klima und den Geldbeutel](#)
 - [co2online: Energiesparen im Haushalt: 9 Tipps mit schneller Wirkung](#)
 - [Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft Baden-Württemberg: Energiesparen im Haushalt – Praktische Tipps für den Alltag](#)

Weitere Infos

- [1 co2online: Heizkosten sparen: So funktioniert es](#)
- [2 co2online: Informationsbroschüre KLIMASCHUTZ UND ENERGIEEFFIZIENZ](#)
- [3 Umweltbundesamt: Richtiges Heizen schützt das Klima und den Geldbeutel](#)
- [4 co2online: Richtig Heizen leicht gemacht: die 10 besten Tipps zum Heizkosten senken](#)



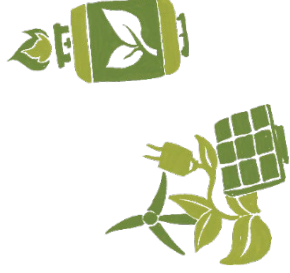
8.1 & 8.2 Booster: Wechsel zu Ökostrom- bzw. Biogasanbieter

Wechsle deinen Stromanbieter und steige auf erneuerbare Energien um! D.h. sowohl dein Strom-Tarif, als auch – wenn du mit Gas heizt – dein Gas-Tarif sind zu möglichst 100 % grün. Der Wechsel von einem konventionellen Anbieter zu einem grünen Tarif dauert keine 20 Minuten, bringt aber viel fürs Klima und ist somit ein echt wirksamer Klima-Knaller - man kann fast eine halbe Tonne CO₂ durch den Wechsel des Anbieters einsparen!

Der Hintergrund

Konventionelle Stromanbieter verkaufen Strom, der nicht oder nur teilweise aus erneuerbaren Energiequellen (d.h. Solar, Wind, Bio-, Hydro- oder Geothermie) stammt, sondern im Wesentlichen aus Kohle und Erdgas gewonnen oder in Atomkraftwerken produziert wird. Beim Verbrennen von fossilen Energieträgern entsteht sehr viel CO₂, was hingegen bei regenerativer Erzeugung von Strom eingespart werden kann. Neben dem Klimaschutz gibt es auch noch andere gute Argumente für Ökostrom: Die Zerstörung der Landschaft durch Berg- und Tagebau, die Luftverschmutzung durch Kohlekraftwerke, sowie die Problematik radioaktiver Abfälle und das unkalkulierbare Risiko, welches mit der Atomkraft einhergeht.

Bei Gas ist das Einsparpotenzial etwas geringer als bei Strom, aber dennoch nicht zu vernachlässigen. Biogas ist kein ganz unumstrittenes Thema und das zu Recht. Denn der Anbau von Energiepflanzen bei uns in Deutschland als Monokultur (z.B. Mais) und in Gebieten, in denen dafür Regenwald abgeholzt wird, hat sehr viele negative Folgen und tritt in Flächenkonkurrenz zum Anbau von Nahrungs- und Futtermitteln. Es gibt aber auch Biogas, das diesen Konflikt vermeidet und aus biogenen Reststoffen gewonnen wird, also z.B. aus Bioabfällen und Grünschnitt.¹ Gasanbieter, die diese strengen Kriterien erfüllen, gibt es noch nicht viele und oft haben sie auch nur einen Ökogasanteil von 10 % Es gibt aber auch Anbieter, die mit 100 % Ökogas werben.²



Bei einem angenommenen Stromverbrauch von 2050 kWh pro Jahr können im Rahmen der Challenge bei einem Wechsel zum Ökostromanbieter ca. **76 kg CO₂äq** eingespart werden. Bei einem Wechsel des Biogasanbieters können bei dieser Challenge ca. **48 kg CO₂äq** eingespart werden.

Tipps

- Suche deine letzte Strom- und Gasabrechnung heraus und schau nach:
 - Welchen Anbieter und Tarif hast du?
 - Wie hoch ist dein Jahresverbrauch?
 - Ist dein Tarif 100% grün oder hast du einen Standardtarif, der sowohl Strom und Gas aus fossilen Energiequellen als auch aus erneuerbaren Quellen enthält? **Achtung:** Oft ist der sog. Ökotarif nicht zu 100 % grün, sondern meint bei „Biogas“, dass z.B. nur 10 % Biogasanteil enthalten sind.
 - Falls du keine Infos findest, rufe einfach dort an und frage nach.
- Entspricht dein aktueller Tarif nicht deinen Vorstellungen, dann mach dich auf die Suche nach einer passenden Alternative. Helfen kann dir hierbei der „Eco Top Ten“-Vergleich oder auch die Labels „Grüner Strom“ und „Biogas Label“, welche von den deutschen Umweltverbänden vergeben werden und sehr streng und transparent sind. Dort gibt es auch eine Liste für die je nach Wohnort verfügbaren Anbieter.
- Letzter Schritt: Entscheide dich! Je nachdem, wie viel Energie du verbrauchst und wie „streng“ du bei den Kriterien für die Auswahl deines neuen Anbieters sein willst, wähle einen neuen Tarif aus.

Weitere Infos

- [Ecotop: Kauf Tipps für Öko-Stromtarife](#)
- [Grüner Strom Label](#)
- [UBA: CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes](#)
- [BAFA \(2023\): Informationsblatt CO₂-Faktoren](#)
- [1 UBA: Globale Landfläche und Biomasse nachhaltig und ressourcenschonend](#)
- [2 Grünes Gas Label](#)



9. Gegen den Strom, das kann ich schon!



In unserer digitalisierten Welt hängt fast alles vom Zugang zu Elektrizität ab: der Kühlschrank, der Laptop oder vielleicht der elektrische Futterautomat für das Haustier. Doch neben Stromkosten verursacht die Bereitstellung von Strom auch den Ausstoß von Treibhausgasen. Daher ist dein Ziel bei dieser Footprint-Challenge, den Energieverbrauch in deinem Haushalt zu senken und dadurch neben CO₂-Emissionen auch Stromkosten zu sparen.

Der Hintergrund

Strom wird in Deutschland immer noch zu großen Teilen aus fossilen Energieträgern gewonnen. Dabei entstehen klimaschädliche Treibhausgase. Strom und Heizung sind im Schnitt für ein Fünftel unseres CO₂-Fußabdrucks verantwortlich. Beispielsweise benötigt ein Zwei-Personen-Haushalt im Jahr etwa 3.000 kWh Strom, was ca. 1.500 kg CO₂ entspricht.¹ Je weniger Energie wir also verbrauchen, desto weniger Treibhausgase werden ausgestoßen. Und auch wenn wir klimafreundlichere Alternativen wie z.B. Ökostrom verwenden, sollten wir unseren Energieverbrauch senken, da die Sonne nicht rund um die Uhr scheint und es nicht immer windig ist. Ökostrom ist ebenfalls mit CO₂-Emissionen verbunden, die z.B. bei der Herstellung der Windräder und Solarzellen entstehen oder durch Verluste bei der Speicherung und Übertragung des Stroms anfallen. Ebenso stellt die Entsorgung beziehungsweise das Recycling eine Emissionsquelle dar.²

Durch den Austausch besonders stromfressender Altgeräte kann langfristig Geld und CO₂ eingespart werden. Herstellung und Transport von Geräten benötigen allerdings ebenfalls Ressourcen, deshalb sollte man darauf achten, langlebige Geräte zu kaufen. Oft kann Energie bereits ohne große Investitionen, sondern einfach durch Nutzungsänderungen eingespart werden. Vom Einführen einer ausschaltbaren Mehrfachsteckdose, Einstellen des Energiesparmodus oder Reduzieren der Wassertemperatur gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten.³ Zudem kann eine Auszeit

Laut dem CO₂-Rechner des Umweltbundesamtes benötigt ein Haushalt ca. 2500 kWh Strom pro Jahr. Wir nehmen an, dass eine Einsparung von 25 % möglich ist. Auf die Dauer der 30-tägigen Challenge bezogen, bedeutet das eine Einsparung von ca. **19 kg CO₂äq**.

von der Nutzung technischer Geräte auch eine positive Wirkung auf die mentale Gesundheit und Fähigkeit zur Entspannung haben.

Tipps

- Es gibt viele Webseiten mit Tipps, um Stromkosten zu sparen und damit auch weniger CO₂äq zu verbrauchen. Informiere dich dort am besten zu Beginn der Challenge, viele Tipps sind schnell und einfach umzusetzen.
- Es lohnt sich, beim Kauf neuer Elektrogeräte die Ökobilanz zu beachten. Das Ökoinstitut hat hierfür beispielsweise eine praktische [Übersicht mit Fragen und Antworten](#) erstellt. Eine Alternative dazu, ist der Kauf von Gebrauchtgeräten.
- Infolinks mit weiteren Möglichkeiten zum Stromsparen:
 - [co2online: Energiesparen im Haushalt: 9 Tipps mit schneller Wirkung](#)
 - [Verbraucherzentrale: Strom sparen im Haushalt: Einfache Tipps](#)
 - [BMWK: Energiesparen im Alltag: kostet wenig und bringt viel](#)

Weitere Infos

- ¹ [Stromreport: Zahlen, Daten, Fakten.](#)
- ² [co2online: Informationsbroschüre KLIMASCHUTZ UND ENERGIEEFFIZIENZ](#)
- ³ [Verbraucherzentrale: Strom sparen im Haushalt: Einfache Tipps](#)
- [co2online: Stromverbrauch Kühl-schrank: Tipps zu Gebrauch & Kauf](#)



Buddys finden in der #climatechallenge

Dieses Handout soll dich als anleitende Person dabei unterstützen, den Teilnehmer:innen an der #climatechallenge beim ersten Workshop die Suche nach passenden Challenge-Buddys zu erleichtern.

Aufgabe

Jede teilnehmende Person versucht, zwei Challenge-Buddys für die vierwöchige Footprint-Challenge zu gewinnen. Diese zwei Buddys führen die gleiche Footprint-Challenge durch wie die teilnehmende Person. Über den Zeitraum von vier Wochen kann sich die Kleingruppe über Erfolg, Schwierigkeiten und kreative Ideen austauschen und so gegenseitig unterstützen. Dazu empfehlen wir regelmäßige **feste Termine für Reflexion und Austausch und eine gemeinsame Gruppe in einem Messenger-Dienst**. Auch kann die Gruppe gemeinsam über Social Media ihre Challenge dokumentieren.

Ziel und Zweck

In einer Gruppe ist eine Verhaltensänderung sehr viel leichter anzufangen und vor allem durchzuhalten. Die Buddys können sich **gegenseitig motivieren**, gemeinsam Neues ausprobieren und Unsicherheiten besprechen. Außerdem wirkt die #climatechallenge so über den eigentlichen Workshop hinaus in die breitere Gesellschaft hinein.

Wer kann Buddy sein?

Es können Personen aus dem persönlichen Umfeld der #climatechallenge-Teilnehmer:innen sein, z.B. aus dem Bekannten-, Familien- oder Freundeskreis. Dazu zählen Nachbar:innen, Geschwister, Kolleg:innen, Freund:innen (auch aus dem Ausland), Mitbewohner:innen, Alltagsbegleiter:innen (täglich beim Bäcker, im Bus,...) oder Gruppenmitglieder (Sport, Jugendtreff, Kirche,...).

Wie entscheiden sich Teilnehmer:innen für eine bestimmte Person?

Es gibt unterschiedliche Gründe und Motivationen, warum eine Person als Buddy passend sein kann. Über folgende Aspekte kann die teilnehmende Person nachdenken:



Mit wem habe ich Lust, ein gemeinsames Projekt zu haben? Wer will eigentlich was tun, kommt aber nicht in die Umsetzung? Wer hat Lust auf einen Anlass, im Alltag was zu verändern? Hat meine potenzielle Buddy-Person:

- eine große räumliche Nähe zu mir (viele Begegnungen im Alltag)? Oder einfach eine hohe Begeisterungsfähigkeit?
- einen ähnlichen Lebensstil? Oder einen ganz anderen Hintergrund oder Lebensstil?
- noch großes Potenzial, CO₂ einzusparen?
- oder einfach Freude an Challenges/Wettbewerben?

Argumente:

Wie kann ich einen Buddy gewinnen und davon überzeugen, mitzumachen?

Es wird eine **schöne Zeit**:

- Gemeinsam Spaß haben!
- Sich besser kennenlernen.
- Gemeinsame Erfolge feiern: Wir machen etwas Schönes, wenn wir die Challenge geschafft haben!
- Neues ausprobieren!
- Idole, Influencer:innen und Vorbilder raussuchen und aufzeigen.

Es wird **spannend**:

- Die Buddys können etwas über sich selbst und ihren Alltag lernen
- Lust auf Reflexion? Gewohnheiten hinterfragen, Normalitäten in Frage stellen
- Challenge: Das schaffst du doch nicht – oder? Lass uns ausprobieren, wer länger durchhält!

Es **unterstützt** mich:

- Solidaritätsgedanke in der bestehenden sozialen Beziehung: Unterstütze mich bei der Challenge.
- Gemeinsame Reflexion: Was hat das gute Leben für alle eigentlich mit mir bzw. uns zu tun?

Es ist **sinnvoll**:

- Motiv-Allianzen aufzeigen: Fahrradfahren ist auch gesund, dient dem Abschalten, bringt Bewegung
- Geld sparen (z.B. beim Stromsparen)
- Aufklärung über den Zustand der Welt und die eigene Rolle darin



Dieses Handout ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Reflexionsfragen

für Multiplikator:innen

Hier findest du die Fragen für die Reflexion der Footprint-Challenge zu Beginn des 2. Workshops. Die Fragen kannst du ausdrucken und an die Tafel, Pinnwand, Flipchart etc. hängen, sodass die Teilnehmer:innen die Fragen während ihrer Diskussion in Kleingruppen sehen können.



Was war meine Footprint-Challenge?





Was hat gut funktioniert?



Welche Hindernisse gab es?





Was sollte sich
ändern, damit die
Durchführung meiner
Footprint-Challenge
einfacher wird?



Entscheidungspfad

Finde deine passende Handprint-Challenge!



Unser Entscheidungspfad soll dir helfen, über die Verringerung des Fußabdrucks hinauszudenken und neue strukturelle Handlungsmöglichkeiten zu entdecken.

Kreise hierfür bei jeder Frage deine Antwort ein. Schreibe anschließend deine ersten Schritte auf, um deinen Handabdruck zu vergrößern.

1 Für welche Themen brenne ich und möchte mich gerne (noch stärker) einsetzen?

Ökologische Landwirtschaft

Schutz von Ökosystemen

Erneuerbare Energien

Nachhaltige Digitalisierung

Menschenrechte

Unternehmensverantwortung

Teilhabe & Partizipation

Deine Ideen:



2 Auf welcher Ebene möchte ich strukturelle Veränderungen bewirken?

In der Schule/ Hochschule

Am Arbeitsplatz

Im Verein

Auf Bundesebene

Deine Ideen:

In der Stadt/ Gemeinde

In der Nachbarschaft



3 Wie kann ich mein Vorhaben am besten erfolgreich umsetzen?

Nachhaltige Optionen kostengünstiger machen

Mit Entscheidungsträger:innen reden

Petition oder Volksbegehren

Kreativer Protest/ Kunst & Kultur

Aktives Engagement in Organisationen

Alternativen aufzeigen

Deine Ideen:



4 Welche Verbündeten brauche ich dafür?

Mitschüler:innen

Kolleg:innen

Politiker:innen

Medienvertreter:innen

Deine Ideen:

Wirtschaftsakteur:innen

Expert:innen



5 Wie vielen Menschen kann ich nachhaltiges Verhalten dadurch erleichtern?

10-30

30-100

100-300

300-1.000

1.000-3.000

3.000+



6 Meine ersten 3 Schritte, um die Veränderungen umzusetzen:

1. _____
2. _____
3. _____

7 Potentielle Verbündete, die ich ansprechen möchte:

- _____
- _____
- _____

5 Tipps für gute Projektgruppentreffen



1

Plant die Treffen gut:

Überlegt, was ihr besprechen wollt und an welchem Punkt eurer Planung ihr akkurat steht. Was braucht ihr, um eure Aufgaben zu erledigen? Wer ist für was verantwortlich?

2

Wenn neue Interessierte dabei sind:

Wählt zu Beginn eine Vorstellungsrunde und bringt die Neuen auf den aktuellen Stand. Hilfreich ist es, wenn Neue eine Buddy-Person bekommen, die bei Fragen weiterhelfen kann. So fühlen sie sich schneller integriert.

3

Schreibt Ergebnisse-protokolle:

Haltet eure Ergebnisse fest, damit ihr auch nach einiger Zeit noch wisst, was ihr besprochen habt. Ein Protokoll als Gedankenstütze hilft dabei, den roten Faden zu behalten und Dinge nicht mehrfach auszusprechen.

4

Feiert Erfolge:

Nehmt euch Zeit, um euch und eure Arbeit zu feiern. Schaut euch an, was ihr schon alles geleistet habt und entwickelt daraus vielleicht Rituale. Die gegenseitige Wertschätzung für das Engagement ist extrem motivierend und gibt Energie für die nächsten Schritte.

5

Verteilt rolierende Rollen:

Die Moderation und das Protokoll sollten klar verteilt sein. Weitere mögliche Rollen: Buddys für Neue, Verantwortliche für Energizer oder Reflexion, Zeitwächter:innen und Menschen, die sich um die Verpflegung kümmern.

Falls euch der Platz nicht ausreicht, nehmt gerne noch Post-its dazu!

Checkliste:

Do no harm / Schaden vermeiden

Wie verhalten wir uns als Team?

- Dient unser Vorhaben dem Gemeinwohl?**
Wir haben in unserem Engagement für eine nachhaltige Entwicklung das Gemeinwohl der Gesellschaft als Ganzes im Blick und nicht nur Einzelinteressen.
- Bleiben wir (auch verbal) gewaltfrei?**
Wir wählen stets eine gewaltfreie Strategie und Sprache: Wir greifen Menschen nicht persönlich an, bleiben auf der Sachebene und vermeiden abwertende Aussagen.
- Ist unsere Kommunikation wertschätzend?**
Wir bleiben anderen Menschen und Meinungen gegenüber offen und zugewandt – in unserer Kommunikation und in unserer Haltung. Wir andere Meinungen von vornherein verurteilt oder sehr konfrontativ kommuniziert, löst damit beim Gegenüber häufig ebenfalls eine ablehnende Haltung aus, die ein konstruktives Gespräch verhindert.
- Ist unsere Gruppe inklusiv (gegenüber allen Menschen) und diskriminierungssensibel?**
Wir stellen sicher, dass alle mitmachen können, die sich mit uns für wirksamen Klimaschutz und Nachhaltigkeit engagieren möchten, und dass es keine sprachlichen, physischen, finanziellen, technischen oder sozialen Hürden gibt.
- Vermeiden wir Zielkonflikte?**
Wir denken darüber nach, unter welchen Bedingungen unser Projektdar Transformation entgegenwirkt und überlegen, wie wir das von Anfang an verhindern können. Zum Beispiel indem wir darauf achten, dass nachhaltige Alternativen bezahlbar für alle bleiben.
- Haben wir den Demokratie-Check gemacht und können alle ihre Meinung äußern?**
Wir füllen unsere Entscheidungen auf Basis eines offenen und gleichberechtigten Austauschprozesses: Wir tauschen wissenschaftsbasierte und ethische Argumente aus und erreichen so eine Verständigung oder einen Konsens.

Nach der Challenge Zeit für Reflexion



Was waren die Highlights unserer Challenge?

Was hat uns geholfen?

Wie haben wir uns dabei gefühlt?

Was hätte anders sein können?

Wie war unsere Planung?

Wie machen wir weiter? Haben wir Ideen für unser weiteres Engagement?

So geht es weiter ...

Zur Webseite der #climatechallenge

Hier findet ihr gute Beispiele für mehr Nachhaltigkeit an Hochschulen



www.netzwerk-n.org/resources/good-practices/

Hier findet ihr gute Ideen für eine nachhaltige Gestaltung von Stadtquartieren



www.quartierzukunft.de



www.climatechallenge.de





Hand- reichung

für Multiplikator:innen
der #climatechallenge



Inhalt

Einleitung.....	3
Klimabildung, politische Bildung und transformatives Engagement	4
Der Handabdruck als Konzept für transformatives Engagement.....	6
Multiplikator:in sein – was heißt das? Pädagogisches Konzept	9
Idee und Ablauf einer #climatechallenge	12
Anpassung an die Arbeit mit verschiedenen Zielgruppen	16
Schule.....	16
Hochschule	19
Außerschulische Lernorte.....	22
Kommunen und Quartiere	24
Links zu weiteren Inhalten und Methoden	27

Impressum

Überarbeitete Version, Stand Januar 2025

Herausgeber: Germanwatch e.V., Dr.Werner-Schuster-Haus, Kaiserstraße 201, 53113 Bonn

Autor:innen: Daniela Baum, Annika Fricke, Melanie Gehenzig, Leonie Schröpfer, Markus Szaguhn;
redaktionelle Unterstützung durch Carina Spieß, Moritz Richter, Kira Gatzemeier und Frauke Behrens

Lektorat und Layout: Karin Roth – Wissen in Worten | Illustrationen: Holly McKelvey

Eine Projektkooperation der Verbundpartner:



Germanwatch e.V.
Kaiserstr. 201 | 53113 Bonn
www.germanwatch.org



Karlsruher Transformationszentrum
für Nachhaltigkeit und Kulturwandel (KAT)
am Institut für Technikfolgenabschätzung
und Systemanalyse (ITAS)
des Karlsruher Instituts für Technologie (KIT)
Karlstraße 11 | 76131 Karlsruhe
www.transformationszentrum.org



netzwerk n e.V.
Oberlandstraße 26-35 | 12099 Berlin
www.netzwerk-n.org

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



und mit Mitteln der



Einleitung

Die #climatechallenge ist ein transformatives Bildungsformat, das sowohl individuelles Verhalten (= CO₂-Fußabdruck verkleinern) als auch politisch und gesellschaftlich wirksames Handeln (= Handabdruck vergrößern) für mehr Klimaschutz stärkt.

Das Projekt basiert auf einem Workshop-Format, das ab 2014 von Prof. Dr. Maïke Sippel und Markus Szaguhn an der Hochschule Konstanz entwickelt und in der Hochschullehre eingesetzt wurde (www.climatechallenge.cc). Es unterstützt Menschen dabei, für sich selbst und für andere Wege für langfristigen und wirksameren Klimaschutz zu entdecken.

Als Projektpartner:innen entwickeln wir von Germanwatch e.V., dem Karlsruher Transformationszentrum für Nachhaltigkeit und Kulturwandel und netzwerk n e.V. das Bildungsformat gemeinsam weiter und verbreiten die #climatechallenge in ganz Deutschland an Schulen, Hochschulen, außerschulischen Lernorten sowie in Kommunen und Quartieren. Dazu schulen wir Multiplikator:innen darin, die #climatechallenges mit Gruppen in den verschiedenen Orten und Kontexten durchzuführen. Ein deutschlandweiter Pool von geschulten und umsetzungserfahrenen Menschen, die sogenannten Climate Challenger:innen, führt sowohl #climatechallenges als auch Kompaktschulungen für weitere Multiplikator:innen durch.

**Alle Informationen,
Materialien und Termine
findest du auf unserer
Projektwebseite:**

www.climatechallenge.de



Diese Handreichung ist eine Hilfestellung für alle, die mit der #climatechallenge arbeiten möchten. Sie bietet einen Überblick über Abläufe, Inhalte und Materialien, Hinweise und Links zur Weiterarbeit sowie Ideen für die Anpassung an die unterschiedlichen Erfordernisse der Zielgruppen und Lernorte.

**Wir wünschen dir viel Freude beim
Ins-Handeln-Kommen!**

Das Projektteam der #climatechallenge





Klimabildung, politische Bildung und transformatives Engagement

Globale Klimakrise: Aufbruch in eine neue Zukunft

Die globale Klimakrise ist längst kein theoretisches Szenario mehr. Die menschengemachte Erhitzung des Planeten ist wissenschaftlich belegt und die Folgen, wie die Zunahme und Verstärkung von Wetterextremen und massive Auswirkungen auf globale Wasserkreisläufe, sind schon jetzt zu beobachten. Die Klimakrise verschärft zudem andere globale Herausforderungen wie die Hunger- und Biodiversitätskrise und bedroht demokratische Strukturen und Institutionen. Die gesamte Weltgemeinschaft steht vor der großen Herausforderung, einen gefährlichen Klimawandel zu verhindern: Im Pariser Klimaabkommen wurde 2015 vereinbart, den globalen Temperaturanstieg auf maximal 2°C im Vergleich zur vorindustriellen Zeit zu begrenzen und alle Anstrengungen zu unternehmen, ihn unter 1,5°C zu halten.

Der Kampf gegen die Klimakrise und ihre Folgen durch Klimaschutz (**Mitigation**), Anpassung (**Adaptation**) und Umgang mit Schäden und Verlusten (**Loss and Damage**) ist insbesondere für die Hauptbetroffenen überlebenswichtig. Um die Klimakrise zu bewältigen, müssen weltweit gesellschaftliche und politische Lösungsstrategien entwickelt und umgesetzt werden. Die Klimakrise ist auch ein Gerechtigkeitsproblem: Sie trifft Arme härter und verschärft bestehende Ungerechtigkeiten. So verschlimmern zum Beispiel postkoloniale Systeme wie ein ungerechter Welthandel oder die europäische Abschottungspolitik die Situation der Menschen, die besonders stark von den Folgen des Klimawandels betroffen sind.

Basis- und weiterführende Informationen zur Klimakrise und Klimabildung:

[www.klimafakten.de/klimawissen/
basiswissen](http://www.klimafakten.de/klimawissen/basiswissen)

www.klimadashboard.org/de

www.de-ipcc.de

www.germanwatch.org/de/thema/klima

www.klimabildung.org

[www.greenpeace.de/ueber-uns/
umweltbildung/extremwetter-klimakrise](http://www.greenpeace.de/ueber-uns/umweltbildung/extremwetter-klimakrise)

Bildung in der Klimakrise hat deshalb den Auftrag, Menschen zum Handeln zu ermutigen und dazu zu ermächtigen, strukturelle und politische Veränderungen zu bewirken. Klimabildung muss Handlungsmöglichkeiten und Lösungswege aufzeigen, denn angesichts der Dringlichkeit einer gesellschaftlichen Transformation, braucht es das Engagement und Handeln von allen.

**Du suchst einen spielerischen
Einstieg in die Thematik der
Klimakrise? Dann schau mal in
unser Klimaquiz, wo du in
verschiedenen Kategorien an
die Thematik herangeführt wirst.**



www.klimaquiz.de

Wie politisch darf oder sollte Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) sein?

Politische Bildung hat den Auftrag, Menschen zu politischer Mündigkeit zu verhelfen. Wichtig ist hier, Probleme nicht nur zu durchdenken, sondern Bildungsgelegenheiten aus Alltagssituationen heraus zu schaffen, in denen Lernende handelnd eingreifen und diese Erfahrungen dann reflektieren. Diese Reflexion ermöglicht es, die Strukturen eines Problems zu beleuchten: Worum geht es im Kern? Wer hat welche Interessen? Welche Formen der Beteiligung gibt es? Dazu gehört auch, Konfliktkompetenzen – wie Argumentations- und Kompromissfähigkeit und Umgang mit Meinungsverschiedenheiten – zu vermitteln. Die Möglichkeit, sich als handelnde Person zu erleben, auch unabhängig von Erfolgserlebnissen, schafft Selbstwirksamkeitserfahrungen.

In der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) ging und geht es oft um die Fragen: Können wir eine global gerechte Gesellschaft allein durch unser individuelles Verhalten/unseren nachhaltigen Konsum schaffen? Oder geht es vielmehr darum, die gesellschaftlichen Strukturen langfristig zu verändern? Eine **transformative** BNE in unserem Verständnis nimmt daher strukturelle

Tipps für weitergehende Informationen:

Spannende Aspekte und Einordnungen zu politischer BNE vom Politikdidaktiker Prof. Dr. Alexander Wohnig von der Universität Siegen in der **Germanwatch-Podcastreihe „Transformation gestalten lernen“ #4:**

www.kurzelinks.de/85xl

Selbstlernkurs „BNEhoch3“:

www.kurzelinks.de/sq0u

Beutelsbacher Konsens und Frankfurter Erklärung:

www.kurzelinks.de/oysl

politische ökologie 03 – 2022 | Verzwick – Vom Umgang mit Nachhaltigkeitsdilemmata:

www.kurzelinks.de/wrtr

UNESCO-Programm „BNE 2030“

Das UNESCO-Programm „Bildung für nachhaltige Entwicklung: die globalen Nachhaltigkeitsziele verwirklichen (BNE 2030)“ ist das globale Rahmenprogramm für die Umsetzung von BNE im Zeitraum von 2020 bis 2030.

„BNE 2030“ stellt das Lehren und Lernen ins Zentrum der notwendigen Transformation hin zu einer nachhaltigeren und gerechteren Welt. Das Programm betont hierbei den transformativen Charakter von BNE und zielt auf eine Mitgestaltung aller Bürger:innen. Zu den Handlungsfeldern gehören unter anderem die politische Unterstützung, die Kompetenzentwicklung bei Lehrenden und Multiplikator:innen sowie die Förderung nachhaltiger Entwicklung auf lokaler Ebene.



BNE 2030 Roadmap:
www.kurzelinks.de/p09p

Herausforderungen ebenso wie Fragen von Macht, Privilegien und Interessen in den Blick – und ist somit immer auch politisch.

Transformatives Engagement

Engagement ist in unserem Verständnis transformativ, wenn es auf grundlegende gesellschaftliche Veränderungen für mehr Nachhaltigkeit hinwirkt. Wer sich dafür engagiert, nachhaltigere Rahmenbedingungen und Strukturen in unserer Gesellschaft zu verankern, handelt transformativ. Menschen können dabei an unterschiedlichen Hebeln ansetzen, verschiedene Rollen einnehmen und auf unterschiedlichen Ebenen zur Transformation beitragen: ob als Netzwerker:in für nachhaltige Mobilitätslösungen im Quartier, Mitgründer:in eines nachhaltigen Schulkiosks oder als Initiator:in einer Hochschulgruppe, die sich für eine ganzheitliche Ausrichtung der Universität an Nachhaltigkeitskriterien stark macht.

Das Ziel transformativer BNE ist letztlich, Menschen zu einem solchen Engagement zu ermutigen und zu befähigen. Darüber hinaus ist es wichtig, sie auch in dieses Engagement



hinein zu begleiten – also in der Bildungsarbeit nicht nur Wissen und Kompetenzen zu vermitteln, sondern das ganz konkrete Ins-Handeln-Kommen zu begleiten. Besonders in Zeiten, in denen das Vertrauen in demokratische Institutionen wankt und demokratiefeindliche Kräfte sichtbar werden, muss der Zugang zu demokratischen Aushandlungsprozessen und gesellschaftlichen Partizipations- und Handlungsspielräumen in allen Lebensbereichen weiter ausgebaut und gestärkt werden.



Broschüre „Transformation gestalten lernen“
www.germanwatch.org/de/19607

Der Handabdruck als Konzept für transformatives Engagement

Ein handlungsorientiertes Konzept für transformatives Engagement ist der „Handabdruck“ (oder auch „Handprint“ genannt), den Germanwatch stetig weiterentwickelt und in der Bildungsarbeit anwendet. Er steht für das gesellschaftliche und politische Engagement für mehr Nachhaltigkeit, mit dem Menschen die Strukturen und Rahmenbedingungen in ihrer Umgebung aktiv mitgestalten und wirksam verändern können.

Das Symbol des Handabdrucks für positives Handeln für eine nachhaltige Zukunft entstand im Centre for Environment Education (CEE) in Indien. Das offene Konzept des CEE-Handabdrucks wurde von Germanwatch aufgegriffen und weiterentwickelt, mit einem Fokus auf der Veränderung von Strukturen:

➔ **Wie können wir Rahmenbedingungen in unserem Umfeld (Verein, Schule, Uni, Arbeitsplatz, Kommune etc.) so gestalten, dass Nachhaltigkeit zum neuen Standard wird?**

➔ **Wie können wir mit unserem Engagement solche Veränderungen anstoßen und bleibend verankern?**

Der Handabdruck bietet drei grundsätzliche Einstiegsebenen, um die Transformation voranzutreiben:

- **Gesellschaftliches transformatives Engagement:** selbst gesellschaftliche Strukturen nachhaltig transformieren
- **Politisches transformatives Engagement:** Entscheidungsträger:innen dazu auffordern und bewegen, gesellschaftliche Strukturen nachhaltig zu transformieren
- **Transformative Bildungsarbeit:** andere Menschen dazu befähigen, gesellschaftliche Strukturen nachhaltig zu transformieren

In diesem Kontext steht der Handabdruck für die bleibende Wirkung unseres Handelns für die Transformation und für das Ziel, nachhaltige Strukturen als gesellschaftlichen Standard zu verankern. Die transformative Bildungsarbeit kann an allen drei Ebenen andocken und Menschen dabei unterstützen. Es geht zum einen darum, mit Lernenden Handlungsoptionen zu reflektieren und zu entwickeln, die an strukturellen Rahmenbedingungen ansetzen. Zum anderen sollen Fähigkeiten aufgebaut und Ideen entwickelt werden, mit denen die Lernenden ihre eigenen gesellschaftlichen Gestaltungsspielräume kennenlernen und nutzen können. Das Handeln selbst und das Lernen im Engagement stehen dabei im Zentrum.

Zentrale Aspekte, die das Konzept ausmachen:

- Positive Perspektive auf Handlungsoptionen: Wie kann ich mein Engagement vergrößern? Wo kann ich etwas Gutes hinterlassen? (Im Gegensatz zur Perspektive des ökologischen Fußabdrucks, der schrumpfen muss.)
- Befähigung zur aktiven politischen Mitgestaltung unserer Gesellschaft hin zur Nachhaltigkeit
- Wahrnehmung von Lernenden als Gestalter:innen ihrer Gesellschaft und nicht als Konsument:innen
- Handlungsoptionen passend zur Problemgröße (in der Psychologie als „Epistemic-Fit“ bezeichnet) – kein „Tropfen auf dem heißen Stein“

- Größere individuelle und kollektive Wirksamkeitserwartungen und -erfahrungen
- Größeres transformatives Wirkungspotenzial: nachhaltiges Verhalten für viele Menschen einfacher machen und in der Gesellschaft verankern
- Strategisches und systemisches Denken und Handeln
- Handlungsorientierte Andockmöglichkeiten an Transformationsmodelle
- Stärkung demokratischer Grundpfeiler: Lernen am Aushandlungsprozess, Mitgestaltungs- und Partizipationszugänge schaffen, Repolitisierung, Bezüge zu politisch legitimierten Rahmenwerken herstellen, Revitalisierung von Debattenkultur, Arbeit mit Zukunftsvisionen

Mehr Informationen und Einblicke in die Arbeit mit dem Handabdruck gibt es hier:

Germanwatch-Webseite:

www.germanwatch.org/handprint

Handabdruck-Test: www.handabdruck.eu

Handprint-Hub: www.handprint-hub.de

Die **Do-It-Guides** für die Ressourcenwende und für die Agrar- und Ernährungswende helfen dabei, konkrete Ideen zur Vergrößerung des eigenen Handabdrucks zu erschließen:

www.germanwatch.org/de/20023

www.germanwatch.org/de/20048

Der Handabdruck

Schiefe Ebene kippen

Nicht-nachhaltige Systeme und Strukturen verändern

Standards verändern

Wahl der sozial-ökologischen Optionen für alle erleichtern

Engagement

Politisches und gesellschaftliches Engagement üben und erleben

Miteinander

Gemeinsam mit anderen engagieren und mehr bewirken

Rahmen setzen

Bleibende Strukturen schaffen statt individuelles Verhalten ändern



Beispiele für Handabdruck-Aktionen:

Die **Hochschule Weihenstephan-Triesdorf** ist – angestoßen durch Studierende – seit 2014 umweltzertifiziert nach EMAS. Sie hat nun 100 % erneuerbaren Strom, feste Umweltmanagement-Stellen, eine gute Verknüpfung zur Lehre und strebt EMASplus an:
www.kurzelinks.de/0yiy

Im **schleswig-holsteinischen Klixbüll** hat ein Bündnis aus 22 Vereinen das **Dörpsmobil** als ein ländliches Car-Sharing-Modell etabliert:
www.doerpsmobil-sh.de

In **Flensburg** gibt es einen **Leihladen** für „nützliche, aber selten gebrauchte Dinge“, der aus einem Studierendenprojekt entstanden ist. Er wird nun von einem generationenübergreifenden ehrenamtlichen Team geführt: www.leila-flensburg.de

Ist das schon ein Handabdruck?

Ein Handabdruck-Projekt soll Strukturen längerfristig verändern und weiterbestehen, auch wenn man sich selbst nicht mehr dafür einsetzt. Bei einmaligen Aktionen ist es oft der Fall, dass kaum bleibende Veränderungen erreicht werden.

Zum Beispiel ist das Organisieren einer Kleider-tauschparty zwar nachhaltiges Engagement, aber nicht strukturverändernd: Eine Gruppe engagiert sich, um die Veranstaltung zu planen und durchzuführen; andere Menschen werden zu

ressourcenschonendem Verhalten motiviert, indem sie ihre Kleidung tauschen. Jedoch ist es zunächst eine einmalige Aktion und somit keine von der Gruppe unabhängige nachhaltige Struktur entstanden. Als regelmäßig im Quartiersbüro oder Jugendzentrum etablierter Programmpunkt, vielleicht sogar kombiniert mit einem Näh-Repair-Café, wäre die Kleidertauschparty strukturell verankert und somit eine Handabdruck-Wirkung erzielt. So teilt sich z. B. der oben erwähnte Leihladen in Flensburg die Ladenfläche mit einem Kleidertauschprojekt.



Multiplikator:in sein – was heißt das? Pädagogisches Konzept



Unsere Ziele sollen sich in den Bildungsmaterialien und -formaten unseres Projekts spiegeln. Sie finden ihren Ausdruck aber auch in der Art und Weise, wie im Projekt miteinander umgegangen und gearbeitet wird. Workshops zu leiten und eine Gruppe bei ihrer #climatechallenge zu begleiten bedeutet, auch soziale und methodische Aspekte zu berücksichtigen.

Für unser Projekt haben wir folgende pädagogische Prinzipien:

Diversitätsbewusste Bildung

Es ist uns wichtig, dass sich in einem Workshop alle möglichst wohlfühlen und ihre Bedürfnisse äußern können. Versuche daher, einen offenen und sensiblen Raum zu schaffen, in dem jede:r gesehen wird. Das bedeutet, dass jede Person die Chance bekommt, ihre Gedanken zu teilen, und dass eine Vertrauensebene untereinander aufgebaut wird. Dazu gehört eine diskriminierungssensible Haltung durch die Auseinandersetzung mit eigenen sowie gesellschaftlichen Kategorisierungen, Konstruktionen, Privilegien, Vorurteilen und „Normalitätsvorstellungen“. Dazu gehört aber auch eine ebensolche Sprache. So sprichst du mehr Menschen an, wenn du zum Beispiel versuchst, Fremdwörter zu vermeiden oder sie direkt zu erklären, und viel mit visuellen Hilfsmitteln arbeitest. Daher ist es wichtig zu reflektieren: Wie spreche ich und durch was ist mein Sprechen geprägt? Wie passe ich meine Sprache auf meine Zielgruppe an und beziehe alle mit ein?



Für eine vertiefende Auseinandersetzung mit dem Einflussfaktor Sprache in Bildungsräumen empfehlen wir den kurzen Text von marie* Friese „Macht

Sprache Macht?! Sprachhandeln in Bildungsseminaren.“ (S. 78):

www.kurzelinks.de/pr85



Wer Lust hat, richtig tief einzusteigen, kann das über die Literatursammlung des Gunda-Werner-Instituts:

www.kurzelinks.de/dfi1

Teilnehmenden- und prozessorientierte Bildung

Jede Gruppe, jeder Teilnehmer:in ist unterschiedlich und bringt verschiedene Hintergründe, Vorkenntnisse, Charaktereigenschaften und Privilegien mit. Der Ablauf der Workshops, die Auswahl der Methoden, die pädagogischen Interventionen im Projektverlauf orientieren sich daher an den jeweiligen Teilnehmer:innen und ihren Bedürfnissen und Möglichkeiten.



Leistungsstile und Umgang mit und in Konflikten

Sei dir bewusst, dass Konflikte auftreten können, und überlege dir, wie du damit umgehen willst. Hierbei ist es wichtig darüber nachzudenken, welchen Leistungsstil du in deinen Workshops bevorzugst. Die Leitung einer Gruppe kann allerdings nie aus nur einem idealtypischen Leistungsstil bestehen. Sie wird meist eine Kombination aus verschiedenen Möglichkeiten sein. Der demokratische Leistungsstil bildet eine gute Grundlage, kann aber je nach Gruppe oder Situation durch andere Leistungsstile ergänzt werden. So kann es in Konflikten oder Notsituationen durchaus auch einmal nötig sein, klare hierarchische Entscheidungen ohne Diskussion zu treffen, um die Gruppe oder

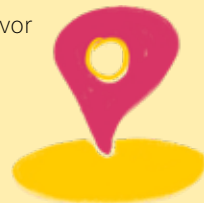
Einzelpersonen vor Gefahren oder Diskriminierung zu schützen.

Stelle dir daher die Fragen: Was ist wichtig in meinem Workshop? Welche Grenzen gibt es und wie kann ich in Konfliktsituationen konsequent, aber respektvoll und wertschätzend für die Beachtung der Regeln eintreten?

Darüber hinaus bist du als Multiplikator:in auch bei jedem Workshop wieder genauso wie die Gruppe in einem Lernprozess: Fehler kommen vor und sind okay. Reflektiere im Nachgang, was du hättest anders machen können, und nimm es als Lerngelegenheit für künftige Workshops, die du leitest oder begleitest.

Checkliste zur Workshop-Begleitung

- Mach dir vorher Gedanken über die Gruppenstruktur: Wer sitzt da vor mir? Wie kann ich mich auf die Gruppe einstellen?
- Stell dir die Fragen: Was ist mein Leistungsstil? Wie gehe ich mit Störfaktoren um?
- Erzeuge eine wertschätzende und einladende Stimmung.
- Sei dir selbst ein:e gute:r Gastgeber:in – achte auf deine Bedürfnisse.
- Ermögliche allen Teilnehmenden, ihre Bedürfnisse zu äußern.
- Versuche, eine möglichst klare Struktur und das Ziel des Workshops vor Augen zu haben. Aber sei flexibel genug, um auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden und den Gruppenprozess einzugehen.
- Habe die Zeit und das Inhaltliche im Blick.
- Visualisiere deine Inputs sowie eure Ergebnisse.
- Achte darauf, dass alle zu Wort kommen können, wenn sie wollen, und moderiere dominantes Redeverhalten. Dadurch findet eine größere Bandbreite an Gedanken Gehör. Aber dränge niemanden, sich zu äußern.
- Spreche langsam und deutlich. Übe vorher dein Auftreten und sei dir bewusst, welche Macht Sprache ausübt.
- Sei motivierend, unterstützend und begleitend.
- Nutze einen Methoden-Mix, um die Aufmerksamkeit der Teilnehmenden aufrechtzuerhalten.
- Aktiviere die Teilnehmenden durch partizipative, kokreative Methoden.
- Achte auf Pausen und Energizer.



Um dich noch tiefer mit den angesprochenen Themen auseinanderzusetzen, findest du hier verschiedene Webseiten und Publikationen, die besonders auf die Rolle als Multiplikator:in eingehen:

Diskriminierungssensible Planung von (Bildungs-)Veranstaltungen:

www.kurzelinks.de/re7x

Du, Ich, Wir und diese Strukturen: Macht und Kommunikation auf entwicklungspolitischen Seminaren:

www.kurzelinks.de/jy0b

Diskriminierungssensible Workshopführung: www.kurzelinks.de/tgp5

Grundlagen für Gruppenleiter:innen: www.julei-app.de

Leitfaden Gruppenleitung BUNDjugend Baden-Württemberg:

www.kurzelinks.de/s6bc

Juleica Handbuch für Jugendleiterinnen und Jugendleiter:

www.kurzelinks.de/zdte

Das **Institut für konstruktive Konfliktaustragung und Mediation**

bietet Beratung und Fortbildungen zu konstruktiver Konfliktaustragung und Diversitätssensibilität im Kontext Schule an: www.kurzelinks.de/ca9e



Klimawissen aneignen

Du fühlst dich inhaltlich noch etwas unsicher? Diese Handreichung verweist auf relevante Informationsquellen zu Klimaschutz und Klimahandeln. Außerdem findest du auch auf unserer Online-Plattform, die du über unsere Webseite erreichst, weiterführende Literatur. Auf diese Quellen kannst du auch Teilnehmende hinweisen.



[www.climatechallenge.de/
download](http://www.climatechallenge.de/download)

Unterstützung bei der Begleitung einer #climatechallenge

Gruppenprozesse können herausfordernd sein. Suche dir gegebenenfalls eine zweite Person, die dich bei der Durchführung unterstützt. Auch aus unserem Pool geschulter und erfahrener Multiplikator:innen kannst du Climate Challenger:innen für die Begleitung einer #climatechallenge anfragen (über info@climatechallenge.de).

Oder beziehe die Teilnehmenden in deine Arbeit als Moderator:in bzw. Organisator:in mit ein, indem du sie um Unterstützung bei der Durchführung einzelner Agendapunkte bittest.

Idee und Ablauf einer #climate challenge



Die #climatechallenge motiviert Menschen nicht nur dazu, ihren persönlichen CO₂-Fußabdruck zu verkleinern. Sie werden darüber hinaus ermutigt, sich vor allem für strukturelle Veränderungen für mehr und ganzheitlichen Klimaschutz in ihrem Umfeld einzusetzen. Denn es ist langfristig wirkungsvoller, Strukturen zu verändern und nachhaltige Alternativen zu etablieren, um somit vielen Menschen ein klimafreundliches Verhalten zu ermöglichen. So hat das Engagement für regionales Essen in der Mensa oder eine fahrradfreundliche Infrastruktur einen viel größeren und anhaltenderen Effekt als der individuelle Umstieg auf klimaschonendere Ernährung oder Fortbewegung.

Die #climatechallenge wird von Multiplikator:innen an Schulen, Hochschulen, außerschulischen Lernorten sowie in Kommunen und Quartieren als **dreiteiliges Workshop-Konzept** mit dazwischenliegenden Selbstexperimenten, sogenannten Challenges, durchgeführt.

Das Projektteam hat basierend auf dem an der Hochschule Konstanz entwickelten Bildungsformat die Inhalte, Abläufe und Materialien weiterentwickelt, schult Multiplikator:innen in der Begleitung der #climatechallenge und stellt alle Materialien online zur Verfügung. Einige der Materialien können auch als Druckexemplare bei Germanwatch bestellt werden.





Die nachfolgend beschriebenen Abläufe der drei #climatechallenge-Workshops sind zunächst auf je drei Stunden ausgelegt. Je nach Kontext, Vorwissen der Gruppe oder zeitlichen Möglichkeiten können diese Standard-Ablaufpläne angepasst werden. Vorschläge dazu findest du ab **Seite 16** dieser Handreichung in den Kapiteln zur Anpassung an verschiedene Zielgruppen.

Die Materialien der #climatechallenge sind unter der Creative Commons License 4.0 International (**CC BY-NC-SA 4.0**) veröffentlicht. Das heißt, sie können zu nicht-kommerziellen Zwecken geteilt und auch verändert werden, sofern angemessene Urheber- und Rechteangaben gemacht werden und auch angegeben wird, ob Änderungen vorgenommen wurden. Außerdem sind Materialien, die auf #climatechallenge-Materialien aufbauen, unter derselben Lizenz zu verbreiten.

Die genauen Lizenzbestimmungen findest du hier: creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0

Hinweis zum Monitoring

Das in den Workshop-Abläufen integrierte Monitoring ist Bestandteil des von der Nationalen Klimaschutzinitiative geförderten Projekts und endet mit der Projektlaufzeit Ende 2025. Es liefert dem Projektteam wichtige Daten für die wissenschaftliche Evaluation der Wirkungen, die wir mit dem Projekt erzielen.

Alle Informationen zur Bestellung und den Zugang zur **Online-Plattform** mit allen Materialien und weiterführenden Informationen findest du unter:

www.climatechallenge.de/download





Impuls-Workshop

Workshop 1

Vorbereitung

- Teilnehmer:innen (TN) können im Vorfeld ein Quiz machen unter www.klimaquiz.de.
- TN sollten vorab Emissionsdaten zum eigenen Haushalt recherchieren (am besten vorab per E-Mail informieren).
- TN sollten ein internetfähiges Gerät dabeihaben (ein Smartphone mit mobilen Daten ist auch möglich)/alternativ: internetfähige Geräte besorgen.
- Das Vorwissen der Gruppe sollte bekannt sein (oder in Erfahrung gebracht werden).
- Als anleitende Person mit den Folien und Materialien vertraut machen.
- Materialien vorbereiten und mitbringen.

Materialien*

- Ablaufplan
- #climatechallenge-Folien „Impuls-Workshop“
- Tabelle „CO₂-Bilanz“
- Handout „Challenge-Buddys“
- Handout „Footprint-Challenges“
- Startkarte „Footprint-Challenge“
- ggf. Postkarte „Was tust du für den Klimaschutz?“

Ablauf (3 h)

Ankommen und Orientierung
Reflexion (Monitoring-Fragebogen)
Kennenlernen
Impulsvortrag zu Klimakrise und Diskussion
Fußabdruck: eigene CO ₂ -Bilanz erstellen, verschiedene CO ₂ -Quellen einordnen können
Globale Einordnung/Klimagerechtigkeit
„Big Points“: individueller Klimaschutz mit hohem Vermeidungspotenzial
Auswahl Footprint-Challenge
Buddy-Prinzip
Reflexion und Abschluss

Ziele

- Sensibilisierung zu Klimakrise und Klimagerechtigkeit
- Big Points des individuellen Klimaschutzes
- Footprint-Challenge auswählen und Buddys finden

30 Tage Footprint-Challenge

Selbst-experiment 1

Nun starten die TN in ihre individuellen Footprint-Challenges. Dazu haben sie sich aus dem Handout eine der Footprint-Challenges ausgesucht und versuchen einen Monat lang, sie in die Tat umzusetzen. Zum Beispiel essen sie nur noch vegan oder fahren mit dem Fahrrad, statt das Auto zu nutzen. Bestenfalls konnten sie noch zwei Buddys finden, die die Challenge mitmachen und sich gegenseitig unterstützen.



Reflexions-Workshop

Workshop 2

Vorbereitung

- TN 3 – 5 Tage vor dem Workshop daran erinnern, ein Poster mit den Erfahrungen aus ihrer Footprint-Challenge zu erstellen und mitzubringen.
- TN sollten ein internetfähiges Gerät dabeihaben (ein Smartphone mit mobilen Daten ist auch möglich)/alternativ: internetfähige Geräte besorgen.
- An den Wänden Platz zum Aufhängen der Poster bzw. Tischgruppen bilden und Poster darauf ausbreiten (jeweils in 5er-Gruppen, Themen durchmischt).
- Als anleitende Person mit den Folien und Materialien vertraut machen.
- Materialien vorbereiten und mitbringen.

Materialien*

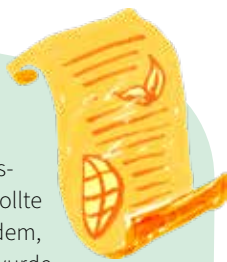
- Ablaufplan
- #climatechallenge-Folien „Reflexions-Workshop“
- Handabdruck-Entscheidungspfad
- Aktionsposter „Handprint-Challenge“

60 Tage Handprint- Challenge

Selbst- experiment 2

Die TN starten nun in Kleingruppen mit der Umsetzung ihrer jeweiligen Handprint-Challenge. Die Umsetzungsphase bis zum Abschluss-Workshop sollte etwa 2 – 3 Monate betragen. Je nachdem, wie umfangreich ein Projekt geplant wurde, ist die Challenge in diesem Zeitraum nicht unbedingt abgeschlossen. Aber es können bereits mehrere Schritte in Angriff genommen werden, über die die Gruppe dann berichten kann. Es kann auch vorkommen, dass TN gar nicht vorankommen. Dann gilt es, darüber zu reflektieren, was die Gründe sind und welche Lösungsstrategien es gibt. Auf jeden Fall sollte es nicht dazu kommen, dass TN dafür verurteilt werden, wenn sie keine Handprint-Challenge machen.

Wenn möglich, kannst du den TN in dieser Projektphase auch Unterstützung anbieten, z. B. durch (Online-)Beratung oder Check-ins zwischendurch.



Ablauf (3 h)

- Ankommen und Orientierung
- Reflexion (Monitoring-Fragebogen)
- Erfahrungsaustausch Footprint-Challenge
- Impulsvortrag „Handabdruck“
- Mit dem Handabdruck-Entscheidungspfad Handlungsmöglichkeiten entdecken
- Kleingruppen bilden und Handprint-Challenges entwickeln
- Gruppen stellen ihre Handprint-Challenges im Plenum vor
- Vernetzung und Abschluss

Ziele

- Reflexion der Herausforderungen während der Footprint-Challenge
- Handabdruck-Konzept kennenlernen
- Handprint-Challenges entwickeln und festlegen

Abschluss- Workshop

Workshop 3

Vorbereitung

- TN 3 – 5 Tage vor dem Workshop daran erinnern, dass sie ihre Handprint-Challenge (gerne kreativ) im Plenum vorstellen sollen.
- TN sollten ein internetfähiges Gerät dabei haben (ein Smartphone mit mobilen Daten ist auch möglich)/alternativ: internetfähige Geräte besorgen
- Als anleitende Person mit den Folien und Materialien vertraut machen
- Materialien vorbereiten und mitbringen.

Materialien*

- Ablaufplan
- #climatechallenge-Folien „Abschluss-Workshop“
- Aktionsposter „Handprint-Challenge“

Ablauf (3 h)

- Ankommen und Orientierung
- Geschichten der Handprint-Challenges teilen und Austausch dazu
- Reflexion (Monitoring-Fragebogen)
- Meine Handprint-Challenge und ich: Was hat das mit mir gemacht?
- Social Media und Vernetzung
- Abschluss und Follow-up: Wie geht es weiter?
- Was waren zentrale Erkenntnisse, die ihr mitnehmt?
 - Habt ihr Ideen und Ansatzpunkte für gemeinsame Folgeaktivitäten in der eigenen Schule/Hochschule/Stadt?
 - Wie können wir euch weiterhin unterstützen?
 - Auf die Vernetzungsmöglichkeit über die Online-Plattform hinweisen.
 - Auf #climatechallenge-Kompaktschulungen hinweisen, falls jemand Multiplikator:in für die #climatechallenge werden möchte.

Ziele

- Geschichten teilen und voneinander lernen
- Individuelle Reflexion der Handprint-Challenge
- Ausblick: Was kommt danach?

***siehe Online-Plattform!**
www.climatechallenge.de/download





Anpassung an die Arbeit mit verschiedenen Zielgruppen

Der im vorherigen Kapitel beschriebene Ablauf einer #climatechallenge ist idealtypisch, lässt sich aber je nach Rahmenbedingungen und zeitlichen Ressourcen nicht unbedingt so umsetzen. Auch braucht es je nach Zielgruppe sowohl organisatorische als auch inhaltliche Anpassungen.

Deshalb sind die Ablaufpläne, Foliensätze und anderen Materialien der #climatechallenge anpassbar bzw. nicht alles muss immer zum Einsatz kommen. Das Projektteam und die Climate Challenger:innen haben bereits Anpassungen entwickelt und erprobt, die wir allen online zur Verfügung stellen. Nachfolgend findest du eine Sammlung von Hinweisen und Tipps für die

Arbeit mit der #climatechallenge in den vier Hauptzielgruppen des Projekts.

#climatechallenge unplugged

Durch den Online-Fragebogen für das Monitoring (während der Projektlaufzeit) sowie die digitalen Foliensätze ist die #climatechallenge zunächst eher technikgebunden. Sie lässt sich jedoch auch „unplugged“ durchführen. Dazu können z. B. einige Folien ausgedruckt, Flipcharts selbst gestaltet oder die Inhalte eher interaktiv erarbeitet werden, beispielsweise mit soziometrischen Aufstellungen und in Kleingruppenarbeit.

Schule

Das Format der #climatechallenge wurde ursprünglich mit einem Fokus auf Hochschule entwickelt. Deshalb stellt sich die Frage, wie es an die Rahmenbedingungen und die Zielgruppen an Schulen angepasst werden kann: Wie schafft man es, drei Vormittage für ein solches Projekt zu blocken? Wie lässt es sich in den Lehrplan einbauen?

Die #climatechallenge-Bildungsmaterialien sind eher für die Sekundarstufe II bzw. die höheren Jahrgangsstufen der Sekundarstufe I geeignet, wobei es auch Anpassungen für und Erfahrungen mit jüngeren Jahrgangsstufen gibt. Je jünger die Teilnehmenden, desto interaktiver und weniger inhaltlich verdichtet sollte die #climatechallenge durchgeführt werden. Unter Umständen braucht

es je nach Vorwissen dann für die Inhalte des ersten Workshops mehr als einen Termin oder eine intensivere Vorbereitung im laufenden Unterricht.

Einbindung in Bildungspläne

Durch den handlungsorientierten Ansatz werden in der #climatechallenge Bildungsinhalte vermittelt, die sich auf fächerübergreifende



Bildungskonzepte wie BNE, Globales Lernen und Demokratieförderung beziehen. Darüber hinaus werden auch Inhalte und Kompetenzen der Bildungspläne (vor allem gesellschaftswissenschaftlicher Fächer) vermittelt:

- Beschreiben von Handlungsoptionen für ein ökologisch, sozial und ökonomisch verantwortliches Handeln im Alltag, in Schule und im Nahraum
- Benennen von umwelt- und sozialverträglichen Lebens- und Wirtschaftsweisen
- Kennenlernen politisch-institutioneller Gestaltungsmöglichkeiten
- Entwicklung und Umsetzung eigener Handlungsideen

Einbindung in den Unterricht

Die #climatechallenge kann zum einen im Unterricht durchgeführt werden (Geografie, Ethik/Religion, Politik/Sozialkunde, Biologie, ...). Hier ist die Verteilung auf Doppelstunden sinnvoll. Um Zeit für die Challenge zu haben, kann sie mit einem Projekttag kombiniert werden, das könnte z. B. so aussehen:

- Die Themen Klimakrise, Klimaschutz und Klimagerechtigkeit im Unterricht durchführen; darin sollten vier Unterrichtsstunden enthalten sein zu Grundlagen der Klimakrise, zum ökologischen Fußabdruck und eine Einführung in die Footprint-Challenge.
- Zwischendurch Unterrichtszeit zum Ausfüllen der Plakate zur Footprint-Challenge
- Reflexion Footprint-Challenge, Einführung zum Handabdruck und Start der Handprint-Challenge an einem Projekttag
- Abschluss mit Reflexion und Storytelling in zwei Doppelstunden
- Angepasste Foliensätze sind auf der Online-Plattform (siehe Hinweis auf **S. 13** dieser Handreichung) zu finden und werden kontinuierlich erweitert.

Am besten ist eine fächerübergreifende Zusammenarbeit.

Es empfiehlt sich, den Schüler:innen möglichst viel Raum für die Beschäftigung mit ihrer Handprint-Challenge während der Unterrichtszeiten zu ermöglichen, um dieses Engagement nicht in die Freizeit auszulagern. Insbesondere bei jüngeren Jahrgängen sollten auch die Eltern informiert werden, denn die Umsetzung der Challenges beeinflusst das Alltagsverhalten der Schüler:innen.

Als Handabdruckprojekte eignen sich nachhaltige Strukturveränderungen direkt an der eigenen Schule.

Freiraum für die #climatechallenge

Die #climatechallenge könnte auch in einer Klima- oder Umwelt-AG durchgeführt werden. Schulen, die den FREI DAY an ihrer Schule eingeführt haben, können die #climatechallenge innerhalb dieses Konzepts durchführen.



www.frei-day.org

Kooperationen

Eine weitere Möglichkeit für die Durchführung einer #climatechallenge ist die Zusammenarbeit mit einem außerschulischen Bildungsakteur (Bildungsstätte, Jugendverband, Eine-Welt-Promotor:in, ... – siehe „Außerschulische Lernorte“, **S. 22 + 23** dieser Handreichung).

Der Whole School Approach (WSA) als ganzheitliches Schulentwicklungskonzept

Was sind die ersten Schritte, um meine Schule auf den richtigen Weg Richtung Klimaneutralität zu bringen? Wie kann Klimaschutz zu selbstverständlich gelebten Schulkultur werden? Mit dem WSA werden die Nachhaltigkeitsthemen nicht nur fächerübergreifend als Wissen vermittelt, sondern durch proaktives Handeln im gesamten Schulalltag umgesetzt.

Greenpeace: Whole School Approach
www.kurzelinks.de/kgxj

Deutsche UNESCO-Kommission: Nachhaltigkeit 360°
www.kurzelinks.de/fapk



Hilfestellung für die Einbindung in den Unterricht gibt der „Orientierungsrahmen Globale Entwicklung“:
www.kurzelinks.de/5rmn



Beispiele des Gelingens

Die Schulkonferenz des **Lichterfelder Goethe-Gymnasiums** hat sich auf Initiative von Schüler:innen strenge Regeln für Flugreisen gegeben:

www.kurzelinks.de/wzrj

Eine Schülerfirma an der **Wilhelm-Rein-Schule in Dortmund** baut ökologisch Obst und Gemüse an, das sie dann verkauft:

www.kurzelinks.de/0oh4

Ein zusätzlicher Foliensatz mit Handabdruck-Beispielen in kleinen Schritten ist auf der **Online-Plattform** (siehe Hinweis auf **S. 13** dieser Handreichung) zu finden.

Weitere Beispiele gibt es auf der Webseite des Handabdruck-Tests:

www.handabdruck.eu

Weiterführende Tipps:

Klima-Schulprojekt „Schools for Earth“, Greenpeace:

www.kurzelinks.de/o7zv

„Klasse Klima“ – Materialien für Klima-Workshops, BUNDjugend:

www.kurzelinks.de/l6rt

Christoph Stein: Auf dem Weg zur klimaneutralen Schule. Ein Praxishandbuch zur Klimabildung:

www.kurzelinks.de/1voc

Klimawandel verstehen und handeln, Ludwig-Maximilian-Universität München:

www.klimawandel-schule.de

Verschiedene Angebote von den Teachers for Future (u. a. zu Klimagefühlen in der Schule):

www.kurzelinks.de/x040



Hochschule

Als #climatechallenge-Multiplikator:in im Kontext Hochschule

Die #climatechallenge adressiert im Hochschulbereich primär engagierte Studierende und ihre Verbündeten. Sie kann neben Hochschulgruppen auch als Service Learning, von Klimaschutzmanager:innen, von Dozierenden oder von statusübergreifenden Gruppen durchgeführt werden. Als Multiplikator:in ist es wichtig, die Lebensrealität der Teilnehmenden in der Workshop-Anpassung mitzudenken. Die ganz unterschiedlich gelagerten Anforderungen aus Studium oder Lehre, Nebenjob und gegebenenfalls Familienverantwortung beeinflussen die zeitlichen und mentalen Kapazitäten für Engagement. Gleichzeitig schafft der selbstorganisierte Studienalltag oft genau den Freiraum, um sich überhaupt engagieren zu können. Das Engagement unterliegt entlang des akademischen Jahresrhythmus starken Schwankungen und kommt in den Semesterferien meist ganz zum Erliegen.

Im Nachhaltigkeitsengagement an Hochschulen sind die Engagierten entsprechend mit besonderen Herausforderungen konfrontiert. Diese werden im Folgenden mit direkten Verweisen zu Methoden aus der Publikation **methode n des netzwerk n dargestellt (mit Seitenverweisen in Klammern). Die Methoden sollen Multiplikator:innen unterstützen, den Herausforderungen im Rahmen der #climatechallenge zu begegnen und den Workshop entsprechend anpassen zu können.**

Die Hauptzielgruppe der Studierenden steckt in immer enger getakteten Studienverlaufsplänen. Es bedarf demnach Mut, finanzieller und zeitlicher Ressourcen sowie guter Organisationsfähigkeit, um sich neben dem Studium ehrenamtlich zu engagieren.

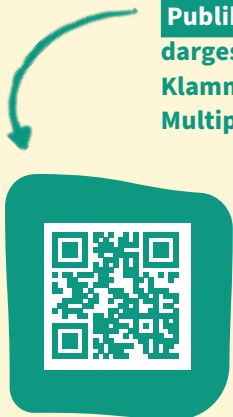
➔ **Rolle der Multiplikator:in:** Motivation stiften, Spaß fördern und Mut zusprechen (Warm-Ups/Energizer einbauen), Beispiele des Gelingens aufzeigen.

Die Engagierten sind teilweise sehr ambitioniert und jonglieren viele Aufgaben gleichzeitig. Es ist wichtig, realistische Projektziele zu wählen, die Selbstwirksamkeitserfahrungen ermöglichen und einem Ausbrennen vorbeugen.

➔ **Rolle der Multiplikator:in:** Reflexionsraum für das eigene Engagement schaffen (**S. 22 und 24**); die zeitlichen Kapazitäten aller Beteiligten offenlegen; sich in der Gruppe gegenseitig Halt geben z. B. durch Wertschätzungsfeedback (**S. 64**); Zeit einräumen, sich und die Erfolge zu feiern; Aufgaben auf alle Schultern verteilen; Zufriedenheit abfragen (**S. 120**)

Die Engagierten an den Hochschulen sind hinsichtlich Klimakrise und Klimagerechtigkeit oft schon tiefgehend informiert und reflektiert. Außerdem handeln viele in ihrem Alltag schon sehr nachhaltig. In diesem Sinne sollte der #climatechallenge-Workshop je nach Vorerfahrung anspruchsvoller angepasst werden. Einige Beispiele sind:

- Im ersten Workshop eine vertiefte Auseinandersetzung mit dem aktuellen Bericht des Weltklimarats IPCC, der lokalen Klimaschutzpolitik oder persönlicher Reflexion zu Klimagerechtigkeit. Passende Erweiterungen der Foliensätze sind auf der Online-Plattform (siehe Hinweis auf **S. 13** dieser Handreichung) zu finden.



www.kurzelinks.de/bgdb





- Die Footprint-Challenge nur auf die eigene Institution Hochschule beziehen und dabei Klimagerechtigkeit in den Fokus rücken. Ein zusätzlicher Foliensatz dazu ist auf der Online-Plattform (siehe Hinweis auf **S. 13** dieser Handreichung) zu finden.
- Als Footprint-Challenge eine Bestandsaufnahme der Hochschule machen: Welche klimaschädlichen und klimaungerechten Strukturen gibt es? Wo werden schon Aspekte umgesetzt?
- Als Footprint-Challenge einen Aspekt der Hochschule in den Fokus rücken: Lehre, Forschung, Governance, Betrieb oder Transfer. Dann herausfinden, ob und wie man sich hier zu Klimaschutz und Klimagerechtigkeit positioniert.

Während der Corona-Pandemie sind viele Hochschulgruppen zum Erliegen gekommen. Die Engagierten sind nun konfrontiert mit fehlendem Wissen zu alten Strukturen, Projekten und Netzwerken. Teilweise kennen sie sich noch nicht gut.

➔ **Rolle der Multiplikator:in:** Zeit einräumen und moderativ unterstützen bei Struktur Aufbau hinsichtlich interner Kommunikation, Dateimanagement, administrative Aufgabenverteilung, Öffentlichkeitsarbeit, Abläufe der Plena/Treffen (**S. 112 und 114**); Teamgeist und Kennenlernen fördern (**S. 20, 22, 32 und 34**)

Mit der Corona-Pandemie ist auch die Anzahl der Engagierten eingebrochen. Oft sind es nur sehr wenige sehr engagierte Einzelpersonen, die sich für Nachhaltigkeit einsetzen. Es stellt sich die Frage, wie Studierende zum Mitmachen begeistert werden können.

➔ **Rolle der Multiplikator:in:** Raum geben für Öffentlichkeitsarbeit und die Beschäftigung mit der Frage, wie mit der #climatechallenge neue Personen gewonnen werden könnten (**S. 88**).

Was bedeutet das zusammengefasst für die Haltung und Rolle als Multiplikator:in bei einem #climatechallenge-Workshop an der Hochschule?

- Auf Augenhöhe mit den Studierenden arbeiten
- Der Gruppe ein hohes Maß an Partizipation und Selbstgestaltung einräumen
- Raum für Aufbau/Überarbeitung von Organisationsstrukturen
- Raum für Kennenlernen
- Vielfältige Methoden, die Abwechslung vom Uni Alltag bedeuten
- Flexibilität in der Zeitplanung
- Geduld und Dranbleiben in der Kommunikation (empfehlenswert ist es, die Handynummer von mindestens 2 – 3 Beteiligten aus der Gruppe zu haben)

Mit der #climatechallenge Strukturveränderungsprozesse an einer Hochschule begleiten. Wie funktioniert hier struktureller Wandel?

Einen klimaschützenden Handabdruck an der Hochschule zu hinterlassen kann ziemlich herausfordernd sein. Universitäten sind oft Jahrzehnte (oder Jahrhunderte) gewachsene Institutionen, die klassischerweise streng hierarchisch, eingeschränkt partizipativ und mit einem Bündel an schwer durchschaubaren Regeln aufgebaut sind.





Du kannst als Multiplikator:in Teilnehmende an der #climatechallenge unterstützen, die Hochschulstrukturen und ihre Gestaltungsmöglichkeiten besser zu begreifen. So können strategisches Handeln für den klimaschützenden Handabdruck geplant und die Erfolgchancen erhöht werden. Hier **sechs Tipps**, die du den Gruppen mit auf den Weg geben kannst:

1

Organisationsstruktur der eigenen Hochschule verstehen: Erstellt ein Schaubild, das die zentralen Einrichtungen und Gremien mit ihren jeweiligen Entscheidungskompetenzen sichtbar macht. Manche Universitäten haben dies auch schon auf ihrer Webseite. Mit Blick auf ein konkretes Projekt könnt ihr dafür die Einfluss-Interessen-Matrix (**S. 82**) verwenden. Sammelt hier Personen aus Lehre, Verwaltung, Präsidium und wissenschaftliche Mitarbeitende, die eurem Vorhaben gegenüber unterstützend eingestellt sein könnten.

2

Die Mitbestimmungsmöglichkeiten der Studierenden sind an den Hochschulen sehr unterschiedlich ausgeprägt. Oft sind diese recht umfassend, aber wenig bekannt. Sprecht hier mit eurem Allgemeinen Studierendenausschuss (ASTa), dem Studierendenparlament und -rat (StuPa/StuRa) sowie den Fachschaftsvertretungen. Im ASTa-Präsidium gibt es Kontakte und meist sehr gute Schaubilder. Dort kennen sie die politischen Prozesse und Schlüsselpersonen aus studentischer Perspektive innerhalb der Hochschule oft am besten. Hier könnt ihr auch kleine Geldsummen für euer Vorhaben beantragen.

3

Sammelt Argumente, die Personen in führenden Positionen überzeugen können. Dabei hilft der Verweis auf Stellungnahmen anderer anerkannter Gremien wie der Hochschulrektorenkonferenz (**HRK**) oder Stiftung Innovation in der Hochschullehre (**StIL**). Seid darauf vorbereitet, wie ihr den klassischen Argumenten etwas entgegensetzen könnt, dass kein Geld da sei oder die Verantwortung woanders läge. Setzt zudem eure Forderungen hoch an, sodass ihr noch kompromissfähig seid.

4

Sammelt Beispiele des Gelingens von anderen Hochschulen ähnlicher Größe und Bekanntheit. Das kann aufzeigen, dass das gewünschte Projekt machbar ist und es sogar schon Erfahrungen dazu gibt. Eine umfassende Sammlung ist auf der Webseite des **netzwerk n** zu finden.

5

Macht Umfragen, um ein unterstützendes Meinungsbild aus der Studierendenschaft zu erlangen. Dies zeigt, dass viele Menschen hinter eurem Vorhaben stehen. In der Regel braucht es im Vorfeld eine gute Öffentlichkeitsarbeit für eure Idee: einen geselligen Infoabend, Sticker, Flyer, Instagram, eine Mail über den Studiverteiler etc.

6

Gibt es eine Nachhaltigkeitsstrategie an der Hochschule? Findet heraus, wer bei der Erstellung der Strategie mitgewirkt hat – das sind potenzielle Unterstützer:innen.

Was bedeutet das für die Umsetzung einer #climatechallenge an der Hochschule?

- Hochschulen sind wie Containerschiffe, die nur sehr langsam die Richtung verändern: Hier ist sehr viel Geduld gefragt!
- Wichtig: Gute Dokumentation und guten Wissenstransfer innerhalb der Gruppe leisten, da oft eine hohe Fluktuation der Mitglieder herrscht.
- Von verschiedenen Seiten mit verschiedenen Strategien auf Verantwortliche zugehen, sodass sie sich irgendwann nicht mehr aus der Verantwortung ziehen können – Zugeständnisse öffentlich einholen! (siehe dazu **perspektive n**).
- Den Mut nicht verlieren und Schlupflöcher finden: Jede Struktur ist von Menschen gebaut und ist entsprechend nicht zementiert, sondern veränderbar.
- Beratung einholen: Gespräche mit Initiativen an anderen Hochschulen, ähnlichen Projekten oder direkt mit dem **netzwerk n**.

HRK:

www.kurzelinks.de/gmt2

StIL:

www.kurzelinks.de/ehky

netzwerk n:

www.kurzelinks.de/zbxx

perspektive n:

www.kurzelinks.de/qjk0



An der **Hochschule für nachhaltige Entwicklung Eberswalde** hat der Allgemeine Studierendenausschuss (AStA) erreicht, das Vorschlagsrecht für die Position der studentischen Vizepräsidentschaft zu bekommen.

Erasmus by train ist eine studentische Initiative, die sich dafür einsetzt, dass die EU kostenlose Bahntickets für die An- und Abreise von Erasmus-Teilnehmenden zur Verfügung stellt:
www.erasmusbytrain.eu

An der **Universität in Tübingen** gibt es einen Beirat mit studentischen Vertreter:innen, der das Rektorat in allen Nachhaltigkeitsfragen berät und Vorschläge zur Umsetzung entwickelt:
www.kurzlinks.de/rxlt

Beispiele für niedrigschwellige strukturelle Veränderungen an Hochschulen haben wir in einem zusätzlichen Foliensatz zusammen gefasst, der auf der Online-Plattform (siehe Hinweis auf **S. 13** dieser Handreichung) zu finden ist.

Über **100 bereits implementierte Beispiele struktureller Veränderung** an Hochschulen sind auf der Webseite des netzwerk n zusammengestellt:
www.kurzlinks.de/zbx

20 Praxismethoden für die Arbeit mit dem Handabdruck findest du im Methoden-Handbuch „Transformative Bildung mit dem Handabdruck“



www.kurzlinks.de/lysx

Außerschulische Lernorte

Bildungsprozesse finden nicht nur an Schulen oder Hochschulen statt. Orte non-formaler und informeller Bildung dienen insbesondere dem Erwerb von persönlichkeitsbildenden, sozialen und demokratischen Kompetenzen, folgen keinem Lehrplan und zielen nicht auf den Erwerb von Abschlüssen ab. Sie haben meist einen starken Lebensweltbezug und sind freiwillig. Außerschulische Bildungsorte bieten ideale Voraussetzungen für Beteiligungsprozesse und für die Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Themen und haben eine besondere Befähigung, Selbstwirksamkeitserfahrungen zuzulassen. Somit sind sie ein idealer Praxisort für die #climatechallenge.

Solche Orte können Jugendverbände sein, Bildungsstätten, Vereine, Umweltinitiativen, aber auch Museen, Jugendtreffs und Kirchengemeinden (wobei es hier auch Überschneidungen zur Zielgruppe Kommune geben kann). Auch wenn die Arbeit an außerschulischen Bildungsorten in der Regel freier gestaltbar ist als in der Schule, können sich auch hier Herausforderungen ergeben, die

Anpassungen des Bildungsformats notwendig machen. Eine der größten Herausforderungen ist hier wohl, dass es sich bei der #climatechallenge nicht um ein kurzzeitpädagogisches Format handelt, sondern ein Format, das einer längerfristigen Begleitung über Monate bedarf. Darin liegt aber auch die Chance, die Teilnehmenden ins transformative Engagement hinein zu begleiten.

Denkbare Anpassungsmöglichkeiten sind:

- Workshops zu verkürzen und zusammenzulegen, z. B. Workshop 1 und 2 an einem Termin zu machen und die Teilnehmenden anschließend direkt mit der Handprint-Challenge starten zu lassen.
- Nach einem Start der #climatechallenge in Präsenz die Folgewerkshops online zu machen, was die Durchführung besonders für Teilnehmende aus unterschiedlichen Orten sehr erleichtert.





Beispiel: #climatechallenge in der Jugendbildungseinrichtung

Eine Jugendbildungseinrichtung ist ein Ort, an dem sich Gruppen meist mehrtägig aufhalten. Sie bieten sowohl eigene Veranstaltungen an, stehen aber auch für Maßnahmen anderer Träger (z. B. Schulen) zur Verfügung und unterstützen diese. Das Grundkonzept der #climatechallenge mit Workshops an drei Vormittagen ist hier nicht optimal.

Möglich wären hier z. B. folgende Varianten:



Die Bildungsstätte bietet eine #climatechallenge in offener Ausschreibung für **Jugendliche zwischen 15 und 18 Jahren** an.

Zeitliche Struktur:

- **Tag 1**, Impuls-Workshop/Start der Footprint-Challenge
- **Tag 2 und 3**, einen Monat später: Zwischen-Reflexion/Start der Handprint-Challenge (mit Übernachtung in der Bildungsstätte)
- **Tag 4**, ca. zwei Monate später: Reflexion und Storytelling

Diese Struktur bietet auch die Flexibilität, die Workshops zeitlich zu entzerren und **methodisch abwechslungsreicher zu gestalten**, so kann der Workshop 2 auch über eineinhalb bis zwei Tage laufen mit Übernachtung in der Bildungsstätte. Um die Kosten für die Teilnehmenden und die Bildungsstätte gering zu halten, könnten hier Fördermittel beantragt werden.



Die Bildungsstätte bietet eine #climatechallenge für eine **Schulklasse** an.

- Multiplikator:in macht den Impuls-Workshop/Start der Footprint-Challenge in der Schule.
- Schulklasse kommt zu Zwischen-Reflexion/Start der Handprint-Challenge in die Bildungseinrichtung mit einer Übernachtung. Hier kann die zeitliche Struktur des Workshops nochmal entzerrt, inhaltlich intensiver und methodisch abwechslungsreicher gestaltet werden.
- Workshop 3 mit Reflexion und Storytelling findet wieder in der Schule statt.

Beispiel: #climatechallenge im Jugendverband/in der Jugendorganisation

Jugendverbände sind demokratische Formen der Selbstorganisation und Interessenvertretung junger Menschen, die sich freiwillig und selbstbestimmt entsprechend ihrer Interessen und Werte zusammenschließen. Die Arbeit im Jugendverband bietet daher eigentlich beste Voraussetzungen für die Durchführung einer #climatechallenge.

- Multiplikator:innen können entweder die jungen Menschen selbst, aber auch hauptamtliche Mitarbeitende sein.
- Die Aufteilung und Anpassung des Grundschemas kann frei nach den jeweiligen zeitlichen Gegebenheiten passieren (z. B. in Gruppenstunden); der Start oder der Zwischenteil mit Beginn der Handprint-Challenge könnten beispielsweise bei einer Ferienfreizeit/einem Klima-Camp stattfinden.

Die Handprint-Challenge könnte auch hier direkt im eigenen Verband umgesetzt werden.

Beispiele des Gelingens

Ein Jugendverband, die **Deutsche Pfadfinder*innen schaft Sankt Georg** (DPSG), hat sich einen Leitfaden gegeben, um Lager, Fahrten und Veranstaltungen umweltbewusst und nachhaltig zu planen: www.kurzelinks.de/xug7

Die **Evangelische Jugend im Rheinland** hat die Kampagne „Faires Jugendhaus“ auf den Weg gebracht: www.fairesjugendhaus.de

Weitere Beispiele gibt es auf der Webseite des Handabdruck-Tests: www.handabdruck.eu



Kommunen und Quartiere

Die Zielgruppe „Kommunen und Quartiere“ verstehen wir nicht trennscharf, sondern zunächst allgemein als lokales Umfeld, in dem Veränderungen stattfinden können. Das schließt eine sehr große Gruppe von Multiplikator:innen mit ein, die in unterschiedlichen Umfeldern und Kontexten wirken können. Der Bezug zur Kommune bzw. Stadt oder zum Quartier ergibt sich dadurch, dass deine Arbeit oder ehrenamtliche Tätigkeit einen lokalen Einflussbereich hat oder du direkt in oder mit der Stadt arbeitest.

Die #climatechallenge im ehrenamtlichen Kontext durchführen

Du bist ehrenamtlich tätig, sei es im Verein oder als lose organisierte Gruppe, z. B. in der Nachbarschaft, einer Religionsgemeinschaft oder einer Nichtregierungsorganisation (NGO) mit lokalem Bezug.

Was könnte die Motivation für die #climatechallenge sein?

- Die #climatechallenge kann ein gutes Format sein, um die Mitglieder einer Gruppe abzuholen, zu sensibilisieren und um gemeinsam für Klimaschutz aktiv zu werden.
- Vielleicht ist in deiner Gruppe Redebedarf zu Klimaschutz aufgekommen, auch wenn das nicht euer Kernthema ist (z. B. im Sportverein, in der Kirchengemeinde etc.).
- Oder es ist ohnehin zentrales Anliegen deines Vereins/deiner Gruppe, die Umwelt bzw. das Klima zu schützen.
- Über die #climatechallenge kannst du deine Mitmenschen auch noch einmal von einer anderen Seite kennenlernen.

Welche Herausforderungen gibt es?

- Es stehen möglicherweise begrenzte Ressourcen zur Verfügung, zum Beispiel keine passenden Räumlichkeiten, kein Beamer, keine Leinwand, kein WLAN ...



- Oft sind auch die zeitlichen Ressourcen knapp, weil die ehrenamtlichen Aufgaben andere Tätigkeiten beinhalten.
- Vor allem im Verein ist es wichtig, den Vorstand frühzeitig mit einzubinden. Hier kann auch ausgelotet werden, ob in der Vereinskasse Gelder vorhanden sind, die für klimafreundliche Maßnahmen genutzt werden können.

Wie lässt sich die #climatechallenge anpassen?

- Lokale Nachhaltigkeitsbezüge herstellen, beispielsweise Aktionen für mehr Klimaschutz vor Ort, die ausgebaut oder weiter unterstützt werden können.
- Das kommunale Klimaschutzkonzept vor Ort aufgreifen.
- Recherchieren, was andere Gruppen zu Klimaschutz und Nachhaltigkeit machen, um Anregungen, Inspiration und Tipps zu bekommen oder sogar eine Zusammenarbeit einzufädeln.
- Falls es schon eine Idee für eine Handprint-Aktion vor Ort gibt: bereits vorab tiefgehend informieren und recherchieren, um Rahmenbedingungen, Chancen und Hürden zu klären.

Mögliche Handlungsfelder:

Warum Veränderungen nicht direkt im Verein umsetzen? Die Dynamik in der Gruppe kann genutzt werden, um gemeinschaftlich Veränderungen in der Gruppe oder im Vereinsheim umzusetzen. Dazu gehören: Einführung einer nachhaltigen Beschaffungsrichtlinie, Fahrgemeinschaften (bspw. unterstützt durch Apps) einrichten, vegetarisches/veganes Catering bei Vereinsfesten, Sanierung des Vereinsheims, Photovoltaik auf dem Kirchendach etc.



Weitere Beispiele gibt es auf der
Webseite des Handabdruck-Tests:
www.handabdruck.eu

Nachhaltigkeit im Leitbild verankern:
www.kurzelinks.de/kj81

Auf dem Land mobil werden:
www.kurzelinks.de/kvc0

Erneuerbare Energien als Standard:
www.kurzelinks.de/vfq9

Die #climatechallenge im beruflichen Kontext durchführen

Du arbeitest beispielsweise als Quartiersmanager:in, Agenda-21-Koordinator:in, in einer regionalen Energie- und Klimaschutzagentur oder einem relevanten Fachamt, einer kommunalen Bildungseinrichtung (z. B. Volkshochschule, Bibliothek) oder auch einer sozialen Einrichtung.

Was könnte die Motivation für die #climatechallenge sein?

- Du kannst Kolleg:innen oder Mitarbeitende für effektiven Klimaschutz und Bürger:innenbeteiligung sensibilisieren.
- Du kannst Menschen zum Handeln für mehr Klimaschutz vor Ort ermutigen.
- Du hast die Möglichkeit, selbst den Wandel in der Kommune mit anzustoßen.
- Ein öffentlichkeitswirksames Signal, dass du als kommunale(r) Akteur:in mit gutem Beispiel vorangehst und die Menschen mitnimmst.

Welche Herausforderungen gibt es?

- Aufgrund von Kapazitätsmangel fällt es schwer, die #climatechallenge-Aktivitäten in die Arbeitszeit zu integrieren.
- Starre Verwaltungslogiken oder ein „träger Verwaltungsapparat“ bremsen das Veränderungshandeln einer #climatechallenge aus.





Wie lässt sich die #climatechallenge anpassen?

- Die **Einsparpotenziale oder auch „Big Points“ der kommunalen CO₂-Reduktion** identifizieren (diese liegen v. a. im Bereich erneuerbare Energien und Gebäudesanierung sowie der Verkehrsinfrastruktur) und mit den Teilnehmenden diskutieren, um mögliche Hebel für die gemeinsame Handprint-Challenge zu finden.
- Weitere Beispiele für Handabdruck-Projekte aus dem eigenen Arbeitsbereich recherchieren und als Vorschläge in den zweiten #climatechallenge-Workshop zur Handprint-Challenge einbringen.

Mögliche Handlungsfelder:

Essbare Stadt mitgestalten:
www.kurzelinks.de/q4m4

Klimaschutzpotenziale von Maßnahmen im kommunalen Klimaschutz

(Seite 11):

www.kurzelinks.de/aejp

Nachhaltige Ernährungsstrategie und Ernährungsräte einführen:

www.kurzelinks.de/4txo

Nachhaltiges Essen in allen öffentlichen Einrichtungen etablieren:

www.kurzelinks.de/xx02

Attraktiven solidarischen Nahverkehr aufbauen:

www.kurzelinks.de/dpzi

Faires einkaufen ermöglichen:

www.kurzelinks.de/2dbm



Beispiele des Gelingens

Das **„Einkaufsnetz Leipzig“** ist ein regionales Beschaffungsnetzwerk für Leipziger Kirchengemeinden und kirchliche Institutionen. Gründungsmitglieder sind die evangelisch-lutherischen Schwesterngemeinden St. Petri und Bethlehem, die katholische Gemeinde St. Trinitatis und die evangelische Studierendengemeinde. Christliche Einrichtungen aller Konfessionen sollen dazu zu ermutigt werden, ihre Einkäufe auf fair und ökologisch produzierte Waren umzustellen:

www.kurzelinks.de/xv0h

Im Januar 2012 haben die **Stadtwerke St. Gallen** ihre Kund:innen darüber in Kenntnis gesetzt, dass von nun an sämtliche Privat- und Unternehmenskunden standardmäßig mit Ökostrom versorgt werden, sofern sie keine ausdrückliche Ablehnung geäußert haben. Lediglich 10 % der Kund:innen kehrten zu dem zuvor verwendeten fossilen Strommix zurück. Dieser Wechsel wurde im Rahmen eines begleitenden Forschungsprojekts dokumentiert:

www.kurzelinks.de/tqqh

Die **Stadt Dortmund** verbietet Steingärten in Wohngebieten und schafft eine Pflicht zur Begrünung von Flachdächern:

www.kurzelinks.de/c856

Links zu weiteren Inhalten und Methoden

#climatechallenge:

Projektwebseite:

www.climatechallenge.de

Germanwatch:

www.kurzelinks.de/1q6y

Karlsruher Transformationszentrum:

www.kurzelinks.de/2xv2

netzwerk n:

www.kurzelinks.de/ela5

Materialien für transformative Bildungsarbeit von Germanwatch:

www.germanwatch.org/bildungsmaterialien

Methoden für Gruppenarbeit, Good-Practice-Sammlungen und Materialien zu Awareness vom netzwerk n:

www.kurzelinks.de/3qum

Materialien für die demokratische Bildungsarbeit, John Dewey

Forschungsstelle für die Didaktik der Demokratie (JoDDiD):

www.kurzelinks.de/kdpj

Organisiert euch! Zusammen die Stadt verändern, Handbuch von Urban Equipe und Kollektiv Raumstation:

www.organisiert-euch.org

Endlich Wachstum – Bildungsmaterialien für eine sozial-ökologische Transformation, Konzeptwerk Neue Ökonomie:

www.endlich-wachstum.de

Die Welt auf den Kopf stellen! Strategien für radikale Transformation, I.L.A. Kollektiv:

www.kurzelinks.de/kyrx

„In neun Schritten nachhaltig aktiv werden“, Psychologists /

Psychotherapists for Future:

www.daskannstdutun.de

Klimagefühle in der Schule, Teachers for Future:

www.kurzelinks.de/7pww

Über Klima sprechen. Das Handbuch, klimafakten.de:

www.kurzelinks.de/guq4

Broschüre „Kolonialismus und Klimakrise“, BUNDjugend:

www.kurzelinks.de/ntbx

Broschüre „Verrücktes Klima – BeHinterte Lösungen“, BUNDjugend:

www.kurzelinks.de/bzpp

Klimapuzzle: www.klimapuzzle.de

Forum PolBNT – Fachforum politische Bildung, Nachhaltigkeit und Transformation:

www.polbnt.de

Jugend und Zukunft – Friedrich Schülerheft 2022:

www.kurzelinks.de/10v1

Der Whole Institution Approach:

www.kurzelinks.de/cuu8

