

# Handlungskatalog

für eine nachhaltige Lebenspraxis

in Synergie von SDGs und Laudato Si

Was **ich** tun kann!



Gefördert durch

 Bundesministerium  
Klimaschutz, Umwelt,  
Energie, Mobilität,  
Innovation und Technologie



ARGE SCHÖPFUNGSVERANTWORTUNG



**Impressum:**

© ARGE Schöpfungsverantwortung, 1010 Wien, Peterskirche, Petersplatz 1, Tel: +43 660 76 000 08  
[www.argeschoepfung.at](http://www.argeschoepfung.at), [office@argeschoepfung.at](mailto:office@argeschoepfung.at)

Autorinnen: DI Eva Dobeiner-Madaras, Anna Spiegelhofer, BSc

Nov. 2022

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier

# Vorwort

Der vorliegende *Handlungskatalog für eine nachhaltige Lebenspraxis* zeigt anhand von fünf Kapiteln auf, warum und wie Entwicklungen selbst gesteuert werden können und wie wir durch ein geändertes Alltagsverhalten innerhalb der ökologischen Grenzen der Erde leben könnten. Mit der Umsetzung der Nachhaltigkeitstipps können Sie den Klimawandel bremsen, Ernährungssicherheit forcieren und soziale Gerechtigkeit fördern. Viele Länder werden bereits von Klimakatastrophen heimgesucht, mit fatalen Auswirkungen für Mensch und Wildnis. Auch wir in Österreich spüren bereits die negativen Auswirkungen der Klimaerhitzung, jedoch können wir uns als reiches Land leichter dagegen schützen als arme Länder, die den Klimawandel gar nicht verursacht haben. *„Das Klima ist „ein gemeinschaftliches Gut von allen und für alle“ (23), aber die negativen Auswirkungen des Klimawandels fallen vor allem auf die Ärmsten zurück.“* (Papst Franziskus, *Laudato Si*)

## Handeln jetzt!

*„Die dringende Herausforderung, unser gemeinsames Haus zu schützen, schließt die Sorge ein, die gesamte Menschheitsfamilie in der Suche nach einer nachhaltigen und ganzheitlichen Entwicklung zu vereinen, denn wir wissen, dass sich die Dinge ändern können.“* (Aufruf Papst Franziskus, *Laudato Si* – Über die Sorge für das gemeinsame Haus)

### Grundlage und Orientierungshilfe

Als Grundlage und Orientierungshilfe dient die Synergie von SDGs (Sustainable Development Goals) und der Papstzyklika LAUDATO SI.

- ❖ Im September 2015 beschlossen die 193 Mitgliedsstaaten der Vereinten Nationen die „Agenda 2030“ und verpflichteten sich bis 2030 auf nationaler und internationaler Ebene 17 Nachhaltigkeitsziele mit zahlreichen Unterzielen zu verwirklichen (Sustainable Development Goals – SDGs, [17ziele.de](http://17ziele.de))
- ❖ Doch davor, bereits im Mai desselben Jahres, erschien die mit Spannung erwartete Umweltenzyklika „Laudato Si“ von Papst Franziskus. Im Dreierschritt von Sehen – Urteilen – Handeln wird die Art des Lebens und Wirtschaftens kritisch mit einem hohen Maß an Fachkenntnis beleuchtet, ein neuer Lebensstil mit Nachdruck anempfohlen.  
([www.vaticannews.va/de/papst/news/2018-03/laudato-si-zusammenfassung-pontifikat-franziskus-5-jahre.html](http://www.vaticannews.va/de/papst/news/2018-03/laudato-si-zusammenfassung-pontifikat-franziskus-5-jahre.html))

Beide Nachhaltigkeitsprozesse flossen in die Weltklimakonferenz von Paris im Dezember 2015 ein, ein Klimaabkommen wurde getroffen. Dieses erweist sich derzeit als instabil – auch hier ist noch viel zu tun.

# Ziel

Die ARGE Schöpfungsverantwortung sieht in der Synergie der SDGs (Sustainable Development Goals 2015) und der Papstencyklika „Laudato Si“ von 2015 eine reale Chance, den Umsetzungsprozess zu vertiefen und zu beschleunigen und damit einen Beitrag zur Erfüllung der AGENDA 2030 einzubringen.

Dieser Handlungskatalog ist Ergebnis des Projektes „Kompetenzerwerb (Wissen, Erfahrung) und Umsetzung in Synergie von SDGs – LAUDATO SI (Papstencyklika)“ und richtet sich über das persönliche familiäre, gesellschaftliche Leben hinaus an die politischen Verantwortungsträger international, an die Kirchen, Religionsgemeinschaften, Wissenschaftler und die Wirtschaft. Die Zivilgesellschaft ihrerseits war aufgerufen, Vorschläge und bewährte Initiativen einzubringen. (Projektleiterin: Isolde Schönstein)

## Was zählt ist die Tat! – Wir haben keine Zeit mehr zu verlieren!

Folgende **KAPITEL** sollen Ihnen als praktischer Leitfaden dienen, um umweltbewusstes Handeln in Ihrem täglichen Leben zu integrieren:

	Seite
<b>ERNÄHRUNG</b>	<b>4</b>
○ Die Sache mit dem Fleisch ... und der Milch, den Eiern und dem Fisch ...	4
○ Brennstoff für die Erderwärmung: Fleisch- und Milchprodukte!	5
○ Die große Verschwendung von Land	7
○ “Was ist überhaupt bio?” – der BODEN: unsere vergessene Chance	8
○ Saisonal oder regional?	8
○ Check – Liste Ernährung	9
○ Wie wir in Zukunft essen könnten	10
<b>MOBILITÄT</b>	<b>11</b>
○ Wieso sollte ich bei meiner Fortbewegung überhaupt CO <sub>2</sub> einsparen?	12
○ Mobilität in der Stadt	13
○ Ab in den Urlaub – aber wie?	14
○ Warum sind Langstreckenflüge so schädlich?	14
○ Strom als Antrieb für unsere Fahrzeuge – ist das nachhaltig?	15



## WOHNEN

- Wie wohnt Österreich? 17
- Unsere Gasheizung heizt auch der Erde ein 17
- Strom – viel Potenzial für eine grüne Veränderung 18
- Stromsparen muss nicht aufwändig sein! 19
- Tipps für ein nachhaltigeres Wohnen 20
- (Nachhaltiges) Bauen – Wo wollen wir in Zukunft wie wohnen? 21

17

17

18

19

20

21

22



## KONSUM

- Papier 24
- Möbel 25
- Sport und Hobbys 25
- KLEIDER MACHEN LEUTE – und viel CO2 und Schadstoffe 26
- Umweltfreundlich surfen und telefonieren? 28
- Haustiere 29

24

25

25

26

28

29

31



## GEMEINSAM AKTIV WERDEN

- Die eigene Stimme nutzen 33
- Zur Tat schreiten 34

33

34

35



Drei **Exkursionen** zu den Themen *Humusbildung im Boden*, *Abfallentsorgung* und *Wald* wurden im Rahmen des Projektes durchgeführt. Weiters zwei **SDG-Cafés** zu den Themen *Boden* und *Biodiversität* und drei **Jour Fixe** zu den Kapiteln des Handlungskataloges.

Folgende **(Vortrags)Unterlagen** stehen auf der Homepage [www.argeschoepfung.at](http://www.argeschoepfung.at) bis 28. Februar 2023 zum **Gratisdownload** zur Verfügung:

- **BODEN – Ohne Boden kein Leben**, DI Eva Dobeiner-Madaras
- **Biodiversität – Vielfalt bedeutet Leben! – Unser Beitrag**, Anna Spiegelhofer, BSc
- **Humusaufbau als Chance für Landwirtschaft und Klima – Humusakademie Kaindorf**, Mag. Jochen Buchmaier
- **Handlungskatalog für eine nachhaltige Lebenspraxis – Was ICH tun kann!**

Der vorliegende Handlungskatalog ist auch in Druckversion erhältlich (zu bestellen unter: [office@argeschoepfung.at](mailto:office@argeschoepfung.at)).

# ERNÄHRUNG

„Jedes MAHL steht die ganze Welt auf dem Spiel!“ (Wolfgang Pekny)



Quelle: <https://acurrie.me/2014/11/10/mobile-is-eating-the-world-and-stats-are-cool/>, Mobile is Eating The World (and Stats are Cool)

Rund ein Viertel unseres Ökologischen Fußabdrucks macht die Ernährung aus (Ø in Ö).<sup>1</sup> Damit haben wir ein großes Potenzial an der Hand: mehrmals am Tag haben wir die Möglichkeit, uns verantwortungsvoll oder verantwortungslos zu verhalten.

Haben Sie sich schon einmal gefragt, welche Lebensmittel das Klima am meisten belasten? Oder ob das Bio-Produkt aus dem Nachbarland umweltfreundlicher ist als das Nicht-bio-Produkt aus Österreich?

Mit den wichtigsten Informationen zu klima- und ressourcenschonender Ernährung und der anschließenden Checklist können Sie einen Überblick gewinnen, wie nachhaltig Ihre eigene Ernährung ist, und einen bedeutenden Beitrag zum Schutz unserer Lebensgrundlagen leisten.

## Die SDGs in unserer Ernährung – Welche Nachhaltigkeitsziele sind betroffen?



## „Die Sache mit dem Fleisch ... und der Milch, den Eiern und dem Fisch ...“

Schätzen Sie bitte den Anteil tierischer und pflanzlicher Nahrungsmittel in Ihrer eigenen Ernährung:

\_\_\_\_\_ % tierische Nahrungsmittel

\_\_\_\_\_ % pflanzliche Nahrungsmittel

Bei den durchschnittlichen Österreicher:innen beträgt der Anteil tierischer Nahrungsmittel in der Ernährung 35 % (ohne Getränke). Wir nehmen pro Jahr im Schnitt 1 Tonne Lebensmittel zu uns. Mehr dazu können Sie aus der folgenden Grafik entnehmen.



Infografik © Land schafft Leben 2021 Die Angaben lassen keine geschlechts-, alters oder zielgruppenspezifische Auswertung zu. Es handelt sich um Durchschnittswerte. \*Berechnung basierend auf der Empfehlung der ÖGE: mind. 1,5 Liter/Tag; Quelle: Statistik Austria, Versorgungsbilanz für pflanzliche Produkte 2019/20, Versorgungsbilanzen für tierische Produkte 2020

### Brennstoff für die Erderwärmung: Fleisch- und Milchprodukte!

Das Futter für unsere Schweine, Hühner und Rinder wird in Südamerika in riesigen Monokulturen angebaut. Jeden Tag werden in Brasilien rd. **40 Fußballfelder Regenwald pro Minute gerodet**, um **gentechnisch verändertes Soja für unsere Nutztiere** zu produzieren oder Rinder weiden zu lassen. Österreich importiert 650.000 t Soja pro Jahr aus Südamerika, um „österreichische“ Milch- und Fleischprodukte und Eier zu produzieren.<sup>3</sup> So wird immens viel Kohlenstoff freigesetzt, wenn Regenwälder vernichtet, Kunstdünger produziert und Soja tausende Kilometer weit transportiert wird.



Quelle: 8

Der zusätzliche Ausstoß von Methan durch Rinder und die Bildung von Lachgas durch die Überdüngung der Felder sind weitere Faktoren, die unser Klima auf der Erde aufheizen.



### LAUDATO SI – Papst Franziskus zu: **Anbau von Gentechnik-Getreide**

134. Obgleich wir nicht über handfeste Beweise verfügen hinsichtlich des Schadens, den **gentechnisch veränderte Getreidesorten** an den Menschen verursachen können – und in einigen Regionen hat ihre Verwendung ein wirtschaftliches Wachstum hervorgerufen, das die Probleme zu lösen half –, gibt es bedeutende Schwierigkeiten, die nicht relativiert werden dürfen. An vielen Orten ist nach der Einführung dieses Anbaus festzustellen, dass der fruchtbare Boden in den Händen einiger weniger konzentriert ist, bedingt durch das „allmähliche Verschwinden der kleinen Produzenten, die sich infolge des Verlustes des bewirtschafteten Bodens gezwungen sahen, sich aus der direkten Produktion zurückzuziehen“. Die Schwächsten werden zu Arbeitern im Prekariat, und viele Landarbeiter ziehen schließlich in elende Siedlungen in den Städten. **Die Ausdehnung der Reichweite dieses Anbaus zerstört das komplexe Netz der Ökosysteme, vermindert die Produktionsvielfalt** und beeinträchtigt die Gegenwart und die Zukunft der jeweiligen regionalen Wirtschaft. In verschiedenen Ländern ist eine Tendenz zur Bildung von Oligopolen in der Produktion von Getreide und anderen für seinen Anbau notwendigen Produkten festzustellen. Die Abhängigkeit verschärft sich, wenn man an die Produktion von sterilem Getreide denkt, was am Ende die Bauern dazu zwingt, Getreide bei den Produktionsunternehmen zu kaufen.

### Schätzen Sie!

Wie viele **Rinder** kann man von einem Hektar Land (= 10.000 m<sup>2</sup>) in Mitteleuropa ernähren?

\_\_\_\_\_ Stück Rinder

Wie viel Getreide und Kartoffeln kann man jeweils auf einem Hektar Land ernten?

\_\_\_\_\_ Tonnen **Getreide**

\_\_\_\_\_ Tonnen **Kartoffeln**





## Die große Verschwendung von Land

Von einem Hektar Land kann man 2-3 Kühe ernähren oder 6 Tonnen Getreide oder 25 Tonnen Kartoffeln ernten (Mitteleuropa).<sup>4</sup> Würden z. B. die US-AmerikanerInnen, die 80 % des Getreides an Schlachtvieh verfüttern, nur 10 % weniger Fleisch essen, so könnte man mit dem dadurch eingesparten Getreide rund 1 Milliarde Menschen vor dem Hungertod bewahren!<sup>5</sup> Soja wird übrigens schon seit dem 19. Jhdt. in Österreich angebaut und rangiert an 4. Stelle bei den Anbaufrüchten (nach Fläche).<sup>6</sup> Die meisten Bio-Sojaprodukte im Einkaufsregal stammen aus österreichischer Landwirtschaft.

## Meine Ernährungschallenge – Machen Sie mit!

Unsere Großeltern bzw. Urgroßeltern haben nur einmal pro Woche Fleisch gegessen, und zwar am Sonntag den Sonntagsbraten. Die traditionelle österreichische Küche kennt viele fleischlose Gerichte wie z. B. Krautfleckerl, gebackenen Zeller mit Kartoffelsalat, Mohnnudeln mit Apfelmus u. v. m. Im Internet finden Sie viele neue Rezeptideen.

Die Challenge: **Einen Tag pro Woche vegan essen!**

Oder, wenn das zu schwierig ist: **einen Tag pro Woche vegetarisch essen!**



### LAUDATO SI – Papst Franziskus zu: **Rodung der Regenwälder**

24. Das Verschwinden der tropischen Urwälder verschlechtert seinerseits die Lage, denn sie helfen ja, den Klimawandel abzuschwächen. Die durch das Kohlendioxid verursachte Verschmutzung erhöht den Säuregehalt der Ozeane und gefährdet die marine Nahrungskette. Wenn die augenblickliche Tendenz anhält, könnte dieses Jahrhundert Zeuge nie dagewesener klimatischer Veränderungen und einer beispiellosen Zerstörung der Ökosysteme werden, mit schweren Folgen für uns alle.

135. ... Es braucht Raum für Diskussion, wo alle, die auf irgendeine Weise direkt oder indirekt betroffen sein mögen (Landwirte, Konsumenten, Verantwortungsträger, Wissenschaftler, Saatgutproduzenten, Menschen in unmittelbarer Nachbarschaft von pestizidbehandelten Feldern und andere), ihre Schwierigkeiten zum Ausdruck bringen oder Zugang zu breiten und zuverlässigen Informationen haben können, um Entscheidungen im Hinblick auf das gegenwärtige und zukünftige Gemeinwohl zu treffen.

## “Was ist überhaupt bio?” – der BODEN: unsere vergessene Chance

Biologische Lebensmittel werden ohne Kunstdünger, Unkrautvernichter (Herbizide) und Insektenvernichtungsmittel (Insektizide, Pestizide) hergestellt. Bio-zertifizierte Betriebe müssen natürliche Methoden zur Bodenverbesserung, Unkrautvermeidung und Schädlingsbekämpfung einsetzen. Antibiotika und Wachstumshormone dürfen nicht zur Aufzucht von Bio-Nutztieren verwendet werden und es gibt Standards, die Tierwohl ermöglichen. Die Tiere können ins Freie gehen oder auf Weiden umherstreifen und ihre natürliche Nahrung fressen.<sup>7</sup>

Biologische und regenerative Landwirtschaft ist ein wichtiger Baustein im Kampf gegen den Klimawandel, da im Boden meist Humus aufgebaut und Kohlenstoff gespeichert wird. Im Gegensatz dazu wird in der konventionellen Landwirtschaft der Humus im Boden immer weniger, wodurch immer mehr Kunstdünger eingesetzt werden muss. Die Herstellung von Kunstdünger verbraucht sehr viel Energie, da er aus dem Stickstoff der Luft gewonnen wird.



Achten Sie beim Lebensmitteleinkauf auf die Bio-Labels!

Bio essen bremst die Klimaerhitzung und fördert das Leben beidseits unter der Erde und oberhalb der Erdoberfläche!

## Meine Ernährungschallenge – Machen Sie mit!

Versuchen Sie, einen Bio-Anbieter zu finden, der nicht nennenswert teurer ist als die Anbieter aus der konventionellen Landwirtschaft. Hier einige **Beispiele**, die Sie sich ansehen können: Food-Coop, Bio-Ab-Hof Verkauf, Bio-Lieferant, solidarische Landwirtschaft (CSA), Bio-Markt

### Saisonal oder regional?

Wenn wir im Dezember Paradeiser aus Österreich kaufen, dann sind diese zwar regional, aber keineswegs saisonal. Sie wurden in einem, meist mit Öl beheizten, Glashaus gezogen und sind daher weniger umweltfreundlich als die spanischen Tomaten, die unter der natürlichen Sonne Spaniens gereift sind – trotz der Transportdistanz aus Spanien. Saisonalität geht also vor!

## CHECK-LISTE

Kreuzen Sie bitte an, was für Sie zutrifft und gewinnen Sie einen Eindruck darüber, wie nachhaltig Ihre Ernährungsweise ist.

NAHRUNGSMITTEL	Täglich	Häufig 3-5x / Wo	Mäßig 1-2x / Wo	Selten, nie	Bio	Regional
Rindfleisch						
Schweinefleisch, Geflügel, Wurst						
Fette Milchprodukte (Butter, Käse, Rahm ...)						
Magere Milchprodukte (Joghurt, Milch ...)						
Eier (auch in Gerichten)						
Fisch		regional	regional			
Süßigkeiten mit Milchprodukten/Eiern (Schokolade, Mehlspeisen ...)	wenig					
Getreide & Kartoffeln						
Obst & Gemüse						saisonal
Hülsenfrüchte						
Ölsaaten (Nüsse, Samen, Kerne)						

Rotes Feld = großer Ökologischer Fußabdruck, 
 gelbes Feld = mittlerer Ökologischer Fußabdruck, 
 grünes Feld = kleiner Ökologischer Fußabdruck

## Wie wir in Zukunft essen könnten

Insekten haben einen hohen Proteingehalt und einen hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren, Vitaminen und Mineralstoffen und brauchen wenig Energie und Flächen bei der Produktion. Dadurch stellen sie die ideale Ernährung für die Zukunft dar, wenn die Menschheit bis Ende dieses Jahrhunderts lt. Prognosen auf 9,5 Mrd. Menschen angewachsen sein wird. Es gibt mittlerweile einige Insektenfood-Produzenten in Europa, die Mehlwürmer, Buffalowürmer, Grillen und Wanderheuschrecken zu Energieriegeln, Burgern, Schokolade u. a. verarbeiten.



### LAUDATO SI – Papst Franziskus zu: **Verlust von Wildnis und Wäldern**

32. Die Ressourcen der Erde werden auch geplündert durch ein Verständnis der Wirtschaft und der kommerziellen und produktiven Tätigkeit, das ausschließlich das unmittelbare Ergebnis im Auge hat. Der Verlust von Wildnissen und Wäldern bringt zugleich den Verlust von Arten mit sich, die in Zukunft äußerst wichtige Ressourcen darstellen könnten, nicht nur für die Ernährung, sondern auch für die Heilung von Krankheiten und für vielfältige Dienste. Die verschiedenen Arten enthalten Gene, die Ressourcen mit einer Schlüsselfunktion sein können, um in der Zukunft irgendeinem menschlichen Bedürfnis abzuhelfen oder um irgendein Umweltproblem zu lösen. Doch es genügt nicht, an die verschiedenen Arten nur als eventuelle nutzbare »Ressourcen« zu denken und zu vergessen, dass sie einen Eigenwert besitzen. Jedes Jahr verschwinden Tausende Pflanzen- und Tierarten, die wir nicht mehr kennen können, die unsere Kinder nicht mehr sehen können, verloren für immer.

## Textquellen Kapitel Ernährung

<sup>1</sup> Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie. Österreichischer Fußabdruck-Messer. [www.mein-fussabdruck.at](http://www.mein-fussabdruck.at)

<sup>2</sup> MeinBezirk.at 12.01.2022. Infografik Land schafft Leben 2021 (Statistik Austria)

<sup>3</sup> OroVerde – Die Tropenwaldstiftung. <https://www.regenwald-schuetzen.org/>

<sup>4</sup> Wolfgang Pekny. <https://www.footprint-consult.com/>

<sup>5</sup> Ethik-Guide powered by animal.fair. Brennstoff für die Erderwärmung: Fleisch und Milch. <https://ethikguide.org/infothek/fleisch-und-milch-brennstoff-fuer-die-erderwaermung/>

<sup>6</sup> Verein Soja aus Österreich. <https://soja-aus-oesterreich.at/>

<sup>7</sup> akaryon GmbH. E-cofoot Ecological Footprint Training. Modul 3 "Der Ökologische Fußabdruck der Ernährung". [www.e-co-foot.eu/download-der-materialien/](http://www.e-co-foot.eu/download-der-materialien/)

<sup>8</sup> zeitimbild, Brasilien: Abholzung des Amazonas erreicht Rekordniveau, [https://www.instagram.com/p/Cfy1\\_nTqmls/?igshid=YmMyMTA2M2Y=](https://www.instagram.com/p/Cfy1_nTqmls/?igshid=YmMyMTA2M2Y=)

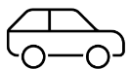
# MOBILITÄT

„Mehr Straßen bauen, um mit Staus fertig zu werden, ist wie den Gürtel zu lockern, um die Gewichtszunahme zu bekämpfen.“ (Lewis Mumford)

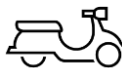
Ende 2021 waren in Österreich über 5 Millionen PKW registriert <sup>1</sup> – 72 % mehr als im Jahr 1970. Die meisten davon werden mit fossilen Kraftstoffen betrieben. Dass das wesentlich zum Treibhauseffekt beiträgt, ist klar. Doch nicht nur das eigene Auto wirkt an der aktuellen Belastung der Umwelt mit. Auch Motorräder, Busse, Flugzeuge, ja sogar auch Schiffe stoßen Kohlenstoffdioxid aus. Aber diese vielen Möglichkeiten bedeuten auch, dass wir unser eigenes Mobilitätsverhalten kontrollieren und steuern können.

## Zur Selbstreflexion

Wie viele Stunden verbringen Sie, geschätzt, pro Woche in/auf den abgebildeten Fahrzeugen?



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

Wie oft nutzen Sie pro Jahr die abgebildeten Verkehrsmittel?



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

## Ist meine Mobilität nachhaltig?

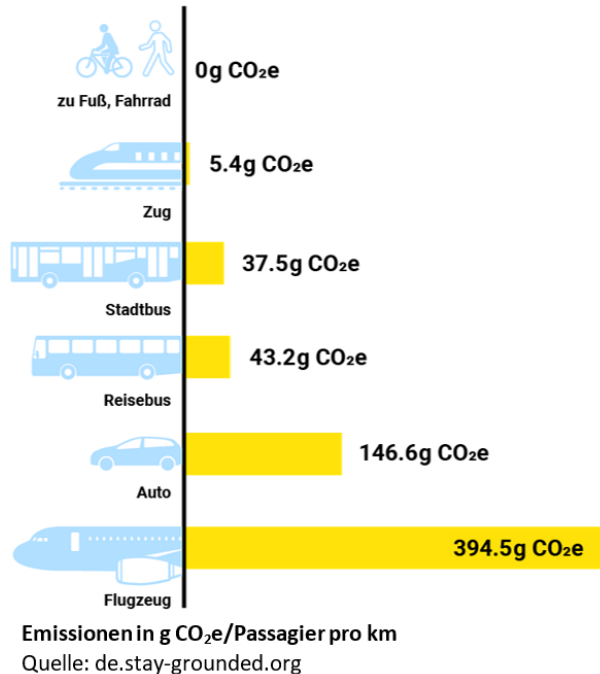
Und wieso ist das überhaupt wichtig?  
Halten Sie Ausschau nach den SDG-Symbolen!

SDG 13 –  
Maßnahmen zum  
Klimaschutz



Treibhausgase treten eigentlich ganz natürlich auf und ermöglichen, dass Leben auf der Erde gedeihen kann. Der Mensch jedoch bewirkt eine unnatürliche Steigerung, die den Treibhauseffekt verstärkt und vorantreibt. Ganz ausschlaggebend für dieses Kapitel des Handlungskatalogs ist Kohlenstoffdioxid. Nach Industrie und Energiewirtschaft ist der Verkehr mit rund 20 % CO<sub>2</sub>-Ausstoß der drittgrößte Verursacher von Treibhausgasemissionen.

## Wieso sollte ich bei meiner Fortbewegung überhaupt CO<sub>2</sub> einsparen?



Sehen Sie sich nochmals die Selbstreflexion auf der vorherigen Seite an. Ist es Ihnen möglich, an diesen Zahlen etwas zu ändern? Wenn nicht – was bräuchten Sie dazu?

---

---

---

Die linke Grafik veranschaulicht, dass sich verschiedene Transportmittel teils stark in ihrem CO<sub>2</sub>-Ausstoß unterscheiden. Es kann jedoch schwer sein, mit diesen Zahlen etwas anzufangen. Wieso betrifft uns dieser große, gelbe Balken hinter dem Auto so? Und wieso sagt uns der hinter dem Flugzeug, dass wir eigentlich gar nicht mehr fliegen sollten?

**Verkehr verursacht hohe gesellschaftliche Kosten<sup>2</sup>**, die jeder von uns mittragen muss.



In der EU ist die Luftverschmutzung eine der Hauptursachen für vorzeitige Todesfälle und Krankheiten und verursacht pro Jahr mehr als 300.000 Todesfälle.<sup>3</sup>



97 % von Österreichs Erdölimporten stammten 2021 aus Staaten mit massiven Defiziten betreffend Demokratie, Menschenrechte und Pressefreiheit.<sup>4</sup> Die Abhängigkeit von Erdöl stellt aber auch wirtschaftlich gesehen ein immer größeres Problem dar.



Verkehr braucht Platz – der dann Tieren und Pflanzen als Lebensraum und dem Menschen als Freiraum fehlt. Flächenversiegelung stellt eine der größten Gefahren für den Erhalt der Biodiversität dar und destabilisiert Ökosysteme. Böden können Starkregen nicht aufnehmen, was immer öfter zu heftigen Überflutungen führt. Ebenso heizen sich asphaltierte Flächen im Sommer stark auf, worunter alle Lebewesen leiden.

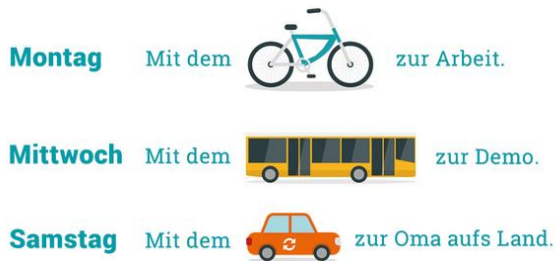
## Mobilität in der Stadt – Mit Multimodalität nachhaltiger (und billiger!) ans Ziel?



SDG 11 – Nachhaltige Städte und Gemeinden

Dreiviertel von allen unseren Wegen sind kürzer als 5 Kilometer – und in der Stadt ist jeder zweite zurückgelegte Weg sogar kürzer als 1,2 Kilometer.<sup>5</sup> Und trotzdem greifen viele automatisch zum Autoschlüssel, obwohl der intensive Verkehr vor allem finanziell mehr Nachteile als Vorteile mit sich bringt.

### Multimodalität



Quelle: vcd.org

**Multimodalität** beschreibt die Möglichkeit, mehrere Verkehrsmittel zu nutzen.<sup>5</sup> Viele Wege können sogar schneller zurückgelegt werden, wenn man sich auf U-Bahn, Bus, Straßenbahn und/oder Fahrrad verlässt.

Dennoch zeigt der Modal Split (*prozentuelle Aufteilung des Verkehrsaufkommens auf die Verkehrsmittel*) von Wien, dass wir trotz eines der besten öffentlichen Verkehrsnetze in Europa noch immer mit einem hohen PKW-Aufkommen zu kämpfen haben.

### Wie äußert sich die Multimodalität in Ihrem täglichen Leben?

---

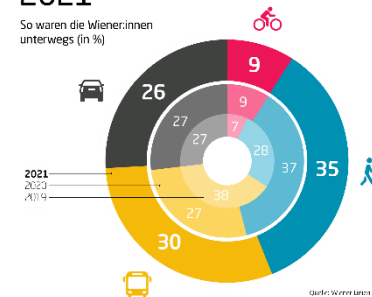
---

Ein Auto ist unglaublich teuer. Durchschnittlich arbeiten Autobesitzer:innen 2 Stunden täglich nur für den Erhalt und die Benutzung des eigenen Autos. Und auch weitere Kosten für Straßenbau, Umweltverschmutzung, Lärmbelastigung u. v. m. werden von der Bevölkerung, auch von den Nicht-Autobesitzer:innen, getragen.

Während das Auto am Land jedoch oft unersetzbar ist, bietet die Mobilitätswende in der Stadt zunehmend nachhaltigere Alternativen. Multimodalität ist im Trend – aus gutem Grund!

### Modal Split 2021

So waren die Wiener:innen unterwegs (in %)



Quelle: Wiener Linien

## Ab in den Urlaub – aber wie?

Eines steht fest – die Klimakrise ist nur mit einer drastischen Reduktion des Flugverkehrs zu bewältigen.<sup>6</sup> Trotz internationaler Krisen boomt der **Flugverkehr** nach wie vor und ein emissionsfreies Fliegen ist nicht in Sicht. Doch Einschränkungspotenzial ist da. Und es ist eventuell gar nicht so drastisch, wie man erwartet.



Quelle: Statistik Austria / VCÖ

Überraschenderweise stellte 2019 ein großer Prozentsatz der Flüge aus Wien Schwechat sogenannte „Kurzstreckenflüge“ unter 1.000 Kilometer dar. Die beliebtesten Zielflughäfen waren Frankfurt, Berlin, Paris, Amsterdam und Zürich. Alle Strecken, mit Ausnahme Wien–Paris, qualifizieren sich als Kurzstreckenflüge und die meisten Reisenden tätigten im Anschluss keinen weiteren Flug mehr.<sup>6</sup>

Es liegt nahe, diese Kurzstreckenflüge durch den Schienenverkehr oder Fernbusse zu ersetzen. **Allein dadurch können massive Mengen an Emissionen eingespart werden.**

Eine Reduktion der berufsbedingten Flüge um rund 80 % ist mit optimierter Kommunikation und effizientem Projektmanagement möglich!<sup>7</sup>

## Warum sind Langstreckenflüge so schädlich?

Neben dem hohen Verbrauch an Kerosin (Flugzeugtreibstoff) entsteht auch eine besonders große Wirkung der Flugzeug-Emissionen in der sensiblen Stratosphäre durch die Bildung von Kondensstreifen, Zirkus-Wolken und Stickoxiden, die zusätzlich zum ausgestoßenen CO<sub>2</sub> zur Erderhitzung beitragen.<sup>8</sup>

Nur 10 % der Weltbevölkerung haben das Privileg, zu fliegen, den Schaden müssen aber 100 % der Weltbevölkerung tragen.



## Welche unbekannteren Orte innerhalb Europas haben Sie noch nicht gesehen?

Unser Kontinent bietet uns wunderschöne Orte, die darauf warten, entdeckt zu werden. Schreiben Sie Ihr Top-Reiseziel auf und versuchen Sie, sich eine möglichst nachhaltige Reiseroute vorzustellen bzw. diese zu planen. Wo ergeben sich mögliche Probleme?



---

---

---



## Strom als Antrieb für unsere Fahrzeuge – ist das nachhaltig?

Bei einem Verbrennungsmotor, z. B. in einem benzinbetriebenen Auto, werden 60–75 % der Energie des Treibstoffs in Wärme und Abgase umgewandelt und der kleine Rest in Bewegungsenergie, die das Auto vorwärtsbewegt. Das ist eine ineffiziente Nutzung von Energie, weil der Großteil über den Auspuff und die Motorwärme verloren geht. Man spricht von einem niedrigem Wirkungsgrad von 25–35 % bei benzinbetriebenen Fahrzeugen und 43 % bei Diesel-PKWs.<sup>9</sup> Bei Elektroautos liegt der Wirkungsgrad bei 90–99 %.

Wenn der Strom aus erneuerbaren Quellen kommt, d. h. wenn grüner Strom in ein E-Fahrzeug getankt wird, ist es in Gegenden, wo es keine öffentlichen Verkehrsmittel gibt, die klimafreundlichste Fortbewegungsart. Einzig die Stromspeicherung bereitet noch große Herausforderungen und ist im Moment noch teuer.<sup>10</sup> Die Wissenschaft hat bereits umweltschonendere Akkus entwickelt als die heutigen Lithium-Ionen-Akkus, allerdings wird es bis zur Serienreife noch einige Zeit dauern.<sup>11</sup>



SDG 9 –  
Industrie,  
Innovation und  
Infrastruktur



Schätzen Sie, wie weit Sie mit dem gleichen Ökologischen Fußabdruck kommen wie ein Mittelklasseauto, das

200 km weit fährt. E-Auto mit Ökostrom: \_\_\_\_\_ km Elektrofahrrad mit Ökostrom: \_\_\_\_\_ km



## LAUDATO SI – Papst Franziskus zu: **Verkehr und Lebensqualität in Städten**

153. Die Lebensqualität in den Städten hat viel mit den Verkehrsverhältnissen zu tun, die oft Grund für große Leiden der Bewohner sind. In den Städten fahren viele Autos umher mit nur einem oder zwei Insassen. Dadurch wird der Verkehrsfluss erschwert, der Grad der Verschmutzung ist hoch, es werden enorme Mengen von nicht erneuerbarer Energie verbraucht, und es wird notwendig, weitere Autobahnen und Parkplätze zu bauen, die das städtische Gefüge beeinträchtigen. Viele Fachleute stimmen darin überein, dass man den öffentlichen Verkehrsmitteln den Vorrang geben muss.

44. Heute beobachten wir zum Beispiel das maßlose und ungeordnete Wachsen vieler Städte, die für das Leben ungesund geworden sind, nicht nur aufgrund der Verschmutzung durch toxische Emissionen, sondern auch aufgrund des städtischen Chaos, der Verkehrsprobleme und der visuellen und akustischen Belästigung. Viele Städte sind große, unwirtschaftliche Gefüge, die übermäßig viel Energie und Wasser verbrauchen. Es gibt Stadtviertel, die, obwohl sie erst vor Kurzem erbaut wurden, verstopft und ungeordnet sind, ohne ausreichende Grünflächen. Es entspricht nicht dem Wesen der Bewohner dieses Planeten, immer mehr von Zement, Asphalt, Glas und Metall erdrückt und dem physischen Kontakt mit der Natur entzogen zu leben.

### Textquellen Kapitel Mobilität

<sup>1</sup> Statistik Austria. KFZ-Bestand. <https://www.statistik.at/statistiken/tourismus-und-verkehr/fahrzeuge/kfz-bestand>

<sup>2</sup> VCÖ Verkehrsclub Österreich. Gesellschaftliche Kosten des Verkehrs reduzieren. <https://vcoe.at/kosten>

<sup>3</sup> European Environment Agency (EEA): Health impacts of air pollution in Europa, 2021. Im Jahr 2019 waren etwa 307 000 vorzeitige Todesfälle in der EU-27 auf eine langfristige Exposition gegenüber Feinstaub mit einem Durchmesser von 2,5 µm oder weniger (PM 2,5 ) zurückzuführen.

<sup>4</sup> Energie und Umweltberatung des Landes NÖ. Allg. Fakten zum Verkehr. <https://www.umweltgemeinde.at/allgemeine-fakten-zum-verkehr>

<sup>5</sup> VCD Verkehrsclub Deutschland e.V. Multimodalität und Intermodalität. [www.vcd.org/themen/multimodalitaet/schwerpunkthemen/was-ist-multimodalitaet](http://www.vcd.org/themen/multimodalitaet/schwerpunkthemen/was-ist-multimodalitaet)

<sup>6</sup> VCÖ Verkehrsclub Österreich. VCÖ-Factsheet: Klimakrise nur mit wenig Flugverkehr zu bewältigen. <https://vcoe.at/publikationen/vcoe-factsheets/detail/vcoe-factsheet-2020-05-klimakrise-nur-mit-wenig-flugverkehr-zu-bewaeltigen>

<sup>7</sup> [https://www.mein-fussabdruck.at/#info\\_mobility](https://www.mein-fussabdruck.at/#info_mobility)

<sup>8</sup> „Kurswechsel Klimagerechtigkeit“, S. 15, Stay Grounded / Kollektiv Periskop

<sup>9</sup> [kfz.net/autolexikon/wirkungsgrad](https://www.kfz.net/autolexikon/wirkungsgrad)

<sup>10</sup> Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie. [https://www.mein-fussabdruck.at/#info\\_mobility](https://www.mein-fussabdruck.at/#info_mobility)

<sup>11</sup> AutoBild. Wann kommt der Wunderakku für reichweitenstarke E-Autos? <https://www.autobild.de/artikel/e-autos-batterie-zukunft-21260619.html>

<sup>12</sup> e-co-foot Ecological Footprint Training. Modul 2 von: <https://www.e-co-foot.eu/download-der-materialien/>

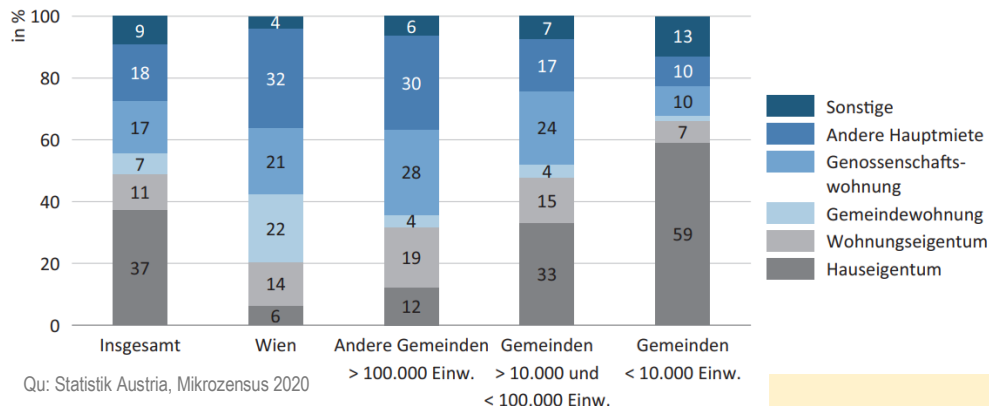
# WOHNEN

Die meiste Zeit verbringen wir dort, wo wir uns am wohlsten fühlen sollten – in den eigenen vier Wänden. Wie wir wohnen nimmt einen immer höheren Stellenwert ein, wir müssen gleichzeitig aber auch einen immer höheren Preis dafür zahlen. Nachhaltigkeit in diesem Lebensbereich zahlt sich deshalb doppelt aus – sowohl für unsere Finanzen als auch für die Umwelt.

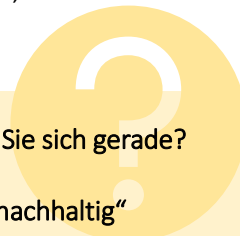
Haushalte **geben etwa 26 % des Haushaltseinkommens für Wohnen** aus – und davon rund 24 % für Energiekosten (Stand 2021).<sup>1</sup> Die Preise steigen jedoch so stark wie noch nie, und so werden auch diese Anteile deutlich größer ausfallen. Wie viel man im Endeffekt zahlt, vor allem für Strom und Heizung, hängt natürlich stark von der Isolierung des Hauses oder der Wohnung und von der Art der Energieversorgung ab.

## Wie wohnt Österreich?

Rechtsverhältnis der Hauptwohnsitzwohnungen nach Gemeindegrößenklasse



Je nach Gemeindegröße leben wir anders. In Städten wird die Miete auch weiterhin überwiegen, ländlichere Gebiete bieten mehr Platz für ein Eigenheim. Bei beiden Formen wird ein umweltbewusstes Denken immer wichtiger – und es öffnen sich neue, situationsabhängige Wege, zu bauen und zu wohnen.



In welcher Wohnsituation befinden Sie sich gerade?

Würden Sie das Gebäude als „nachhaltig“

bezeichnen? Wenn nicht – was müsste verändert



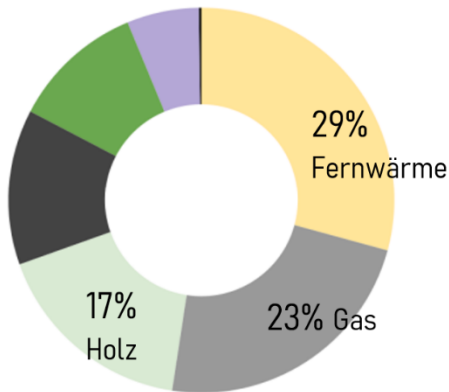
SDG 11 – Nachhaltige Städte und Gemeinden

## Wärme und Strom – was macht unser Zuhause funktionstüchtig?

Dass unser Verhalten in Bezug auf Heizen und den Verbrauch von Strom in einer nachhaltigen Zukunft eine wesentliche Rolle spielen wird, ist schon lange klar. Die aktuelle Energiekrise unterstreicht jedoch die Dringlichkeit, sich auch im Kontext des Wohnens mit zukunftsfreundlicheren Alternativen zu beschäftigen.

### Unsere Gasheizung heizt auch der Erde ein

● Fernwärme ● Gas ● Holz/Pellets/Hackschnitzel ● Öl ● Wärmepumpe  
● Elektroheizung ● Kohle



Quelle: Greenpeace

Das Diagramm gibt einen Überblick über die österreichischen Heizsysteme. Gas liegt nach der Fernwärme immer noch auf Platz 2, und trotz des Plans der Regierung, bis 2040 alle Gasheizungen auszutauschen, waren 2020 immer noch geschätzte 900.000 davon in Betrieb.<sup>2</sup>

Als Bewohner einer Mietwohnung hat man leider kein Mitspracherecht – vor allem in **Wien** erwischt man leicht eine der rund 440.000 Gasheizungen (Stand 2020).<sup>3</sup>

**Das Problem bei Gas** sind vor allem die **massiven CO<sub>2</sub>-Emissionen**, mit denen wir nun zu kämpfen haben. Aber auch die Herkunft ist ethisch sowie logistisch gesehen immer problematischer – 80 % der Menge, die Österreich benötigt, kommen aus Russland.<sup>4</sup>

Wir als Einzelne können die Wärmewende mit der Wahl der Heizung in unserem Eigenheim und der Wahl der Isolierung des Hauses vorantreiben. Aber auch als Mieter, der diese Wahl nicht hat, ist es wichtig, sich für die notwendigen politischen Schritte einzusetzen und NGOs bei ihren Forderungen zu unterstützen.

### Umweltorganisationen fordern beispielsweise von der österreichischen Regierung ...

... ein ambitionierteres Erneuerbare-Wärme-Gesetz (EWG)  
... ein Einbauverbot von Gasheizungen ab 2023  
... eine klare Wärmestrategie für alle Bundesländer

... eine kostenlose Energieberatung  
... umfassende thermische Sanierungen  
... einen massiven Ausbau der erneuerbaren Energieträger

## Strom – viel Potenzial für eine grüne Veränderung

Beim Strom sieht es schon wieder anders aus. Hier können wir oft entscheiden, woher wir ihn beziehen und wie viel wir verbrauchen. Viele kleine Veränderungen tun nicht nur der Umwelt gut, sondern auch der eigenen Geldtasche.

Österreich ist mit fast 80 % erneuerbarem Strom schon lange Spitzenreiter der erneuerbaren Energieproduktion in der EU.<sup>5</sup> Der meiste davon kommt aus Wasser- und Windkraftwerken, ein noch kleinerer, aber ausbaufähiger Teil ist Photovoltaik.<sup>6</sup>

### Wissen Sie, woher Ihr Strom kommt?

Seit 2015 ist in Österreich Strom mit „unbekannter Herkunft“ verboten und Stromanbieter haben eine Nachweispflicht. Als Kunde können wir auch selbst entscheiden, von welchem Anbieter wir Strom beziehen, und können also, wenn notwendig, leicht auf „grünere Alternativen“ umsteigen.

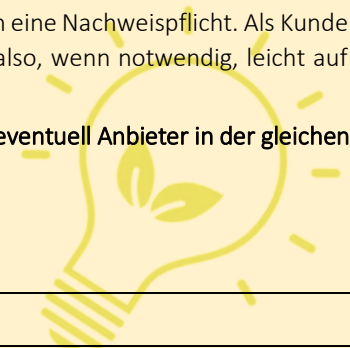
**Versuchen Sie, herauszufinden, aus welchen Quellen Ihr Strom stammt („Versorgermix“). Gibt es eventuell Anbieter in der gleichen Preisklasse, die nachhaltigeren Strom anbieten?**

Tipp: Seiten wie [durchblicker.at](http://durchblicker.at) erleichtern den Preisvergleich!

[Notizen zur Aufgabe:](#)

---

---



Das aktuelle Regierungsprogramm sieht einen Wandel zu 100 % Strom aus erneuerbaren Energieträgern bis 2030 vor.<sup>7</sup> Rund 27 TWh (Terawattstunden) aus Sonne, Wind, Wasser und Biomasse müssen zugebaut werden, um dieses Ziel zu erreichen. Eine TWh besteht aus einer Milliarde kWh (Kilowattstunden). Um diese Mengen besser verstehen zu können, sind hier **Beispiele für einen ungefähren Verbrauch** gegeben.



**Einzelperson** in 1-Personen-Haushalt  
1.300 kWh pro Jahr



**Smartphone**  
5–9 kWh pro Jahr



**Waschmaschine**  
150–300 kWh pro Jahr



**Fernseher**  
100–250 kWh pro Jahr

Diese 27 TWh erneuerbare Energie, die die letzten 20 % Kohle und Erdgas ersetzen sollen, sind vor allem durch einen Ausbau von Windkraft und Photovoltaik erreichbar.<sup>8</sup> In Niederösterreich beispielsweise können Schätzungen nach zusätzlich bis zu 4 TWh durch Windkraft erzeugt werden – wenn Bevölkerung und Politik an einem Strang ziehen.

## Stromsparen muss nicht aufwändig sein!

Egal, woher unser Strom im Endeffekt kommt – Stromsparen zahlt sich in jedem Fall aus. Durch bewusste Nutzung unserer elektronischen Geräte können wir den Ausstoß von CO<sub>2</sub> senken und sparen gleichzeitig Geld. Eine Win-win-Situation also. Aber was sind denn eigentlich die größten Stromfresser in unserem Haus oder unserer Wohnung?

Versuchen Sie, die dargestellten Geräte vom höchsten Stromverbrauch (1) bis zum Tiefsten (8) zu nummerieren. Wir gehen von Geräten aus, die in einem durchschnittlichen Ausmaß benutzt werden. Die Auflösung<sup>9</sup> finden Sie im Literaturverzeichnis am Ende dieses Kapitels.

\_\_\_ WLAN-Router & Drucker

\_\_\_ Wäschetrockner

\_\_\_ Alte Heizungspumpe

\_\_\_ Beleuchtung

\_\_\_ E-Herd

\_\_\_ Fernseher

\_\_\_ Geschirrspüler

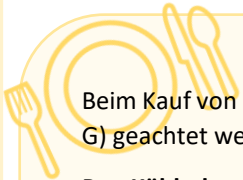
\_\_\_ Kühlschrank

Gerne können Sie sich nun kurz Zeit nehmen, um sich die Auflösung der Aufgabe anzusehen. All diese Geräte verbrauchen Strom, und da kommt am Ende schon etwas zusammen. Es gibt jedoch Wege, wie wir unseren Verbrauch ohne viel Aufwand minimieren können. Da Wasser ein kostbares Gut ist, haben wir auf der nachfolgenden Seite auch Tipps zum Wassersparen angeführt.

*Wenn wir Strom und Wasser sparen und unseren Energiekonsum kritisch betrachten, tragen wir nicht nur zur Erreichung eines Nachhaltigkeitszieles bei – sondern gleich zu mehreren!*



## Tipps für ein nachhaltigeres Wohnen



### In der Küche

Beim Kauf von Haushaltsgeräten sollte immer auf das Energielabel (A bis G) geachtet werden.<sup>9</sup>

Den **Kühlschrank** auf maximal 7° C kühlen, den Gefrierschrank auf -18° C. Mehr Kälte verbraucht mehr Strom!

Wasser im **Wasserkocher** erhitzen – das spart Zeit (und Strom).

Bei **Geschirrspülern** besonders auf die Energieklasse achten. Ein modernes Gerät mit minimalem Wasserverbrauch zahlt sich aus.

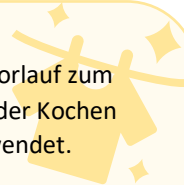
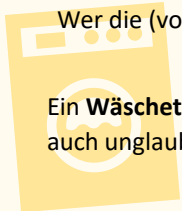
Wenn das **Backrohr** verwendet wird, kann auf das Vorheizen oft verzichtet werden. Die Koch- oder Backzeit ändert sich meist nur minimal.

### Im Haushalt

Für Gasthermen-Besitzer/innen: Das kalte **Wasser** beim Vorlauf zum Warmwasser sammeln und zum Blumengießen, Trinken oder Kochen verwenden. So wird nicht ganz so viel Wasser verschwendet.

Wer die (volle!) **Waschmaschine** auf 40 Grad statt 60 Grad einstellt, spart die Hälfte an Stromkosten.

Ein **Wäschetrockner** bringt herrlich warme Wäsche – verbraucht aber auch unglaublich viel Strom. Lassen Sie Ihre Wäsche lieber an der Luft trocknen.



### Im ganzen Haus

**Energiesparlampen** gegenüber Glühlampen bevorzugen – letztere sind zwar billiger, aber nicht so langlebig und leistungsstark.

**Elektrogeräte** wie Fernseher, Drucker und Computer immer ganz abschalten/abstecken. Der Stand-by-Modus verbraucht meist ebenfalls Strom (Leerlaufverlust).

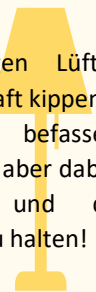
**Ideale Temperaturen in der Wohnung einhalten**

Wohnraum – 20° C

Küche – 18° C

Schlafzimmer – 17° C

Sich mit dem richtigen Lüften (Stoßlüften, nicht dauerhaft kippen!), Heizen und Kühlen zu befassen, braucht etwas Zeit – hilft aber dabei, Energie zu sparen und die Wohlfühltemperaturen zu halten!



## (Nachhaltiges) Bauen – Wo wollen wir in Zukunft wie wohnen?

Oft wird nachhaltiges Bauen mit den verwendeten Materialien verbunden – dies ist jedoch nur ein kleiner Teil. Viele andere Faktoren müssen im Prozess beachtet werden und können die Nachhaltigkeit eines Projekts erhöhen.

---



Die Lage eines Gebäudes ist für viele eines der wichtigsten Kriterien. Eine gute Anbindung in grüner Lage ist erwünscht, genauso wie ein schneller Zugang zur Versorgungsinfrastruktur (Lebensmittel, Gesundheit, Bildung ...). Nachhaltiges Wohnen setzt den Fokus auf die öffentlichen Verkehrsmittel und möglichst kurze, fußläufige Wege zu Versorgern.<sup>10</sup>

„Grünes Bauen“ fokussiert sich vor allem auf die verwendeten Materialien.<sup>11</sup> Man will hierbei nur sanft in die Natur eingreifen und nachhaltige, schadstofffreie Baustoffe wie Holz, Lehm, Naturstein und Schafwolle verwenden. Die Kosten für den Bau eines „grünen“ Gebäudes sind meist höher, jedoch kann dies durch den energieeffizienten Baustil (Dämmung etc.) und die dadurch niedrigeren Energiekosten ausgeglichen werden.



Grüne Energie spielt ebenfalls eine Rolle. Egal ob in der Fassade integrierte Photovoltaik-Zellen oder Windkraftwerke auf Hochhäusern – Ziel ist ein energie-autarkes Gebäude.<sup>12</sup> Dies ist jedoch, verständlicherweise, mit massiven Kosten und aufwändiger Planung verbunden. Andererseits liegt langfristig gesehen großes Einsparungspotenzial in der anfänglich hohen Investition in grüne Energie. Über allem steht als oberstes Ziel die rasche Reduktion von Treibhausgasen, um die Klimaerhitzung abzubremesen.



Das Wohnprojekt Wien ([www.wohnprojekt-wien.at](http://www.wohnprojekt-wien.at)) vereint die oben genannten Kriterien und fügt eine weitere Dimension hinzu: die Gemeinschaft als treibende Kraft der Nachhaltigkeit. Gemeinschaftsgärten und der gegenseitige Austausch von Wissen sichern ein fortschreitendes Umweltbewusstsein.

**Nachhaltiges Bauen und Wohnen ist ein Gesamtkonzept!**







## LAUDATO SI – Papst Franziskus zu: **KULTURÖKOLOGIE**

143. Neben dem natürlichen Erbe gibt es ein historisches, künstlerisches und kulturelles Erbe, das gleichfalls bedroht ist. Es ist Teil der gemeinsamen Identität eines Ortes und Grundlage für den Aufbau einer bewohnbaren Stadt. Es geht nicht darum, etwas zu zerstören und neue, angeblich umweltfreundlichere Städte zu bauen, in denen zu wohnen nicht immer wünschenswert ist. Die Geschichte, die Kultur und die Architektur eines Ortes müssen eingegliedert werden, so dass seine ursprüngliche Identität bewahrt bleibt. Deshalb setzt die Ökologie auch die Pflege der kulturellen Reichtümer der Menschheit im weitesten Sinn voraus. In direkterer Hinsicht ist gefordert, dass bei der Analyse von Fragen, die mit der Ökologie verbunden sind, den örtlichen Kulturen Aufmerksamkeit geschenkt wird, indem man die wissenschaftlich-technische Sprache in einen Dialog mit der Sprache des Volkes bringt. Wenn die Beziehung des Menschen zur Umwelt bedacht wird, darf die Kultur nicht ausgeschlossen werden, und zwar nicht nur im Hinblick auf die Denkmäler der Vergangenheit, sondern ganz besonders in ihrem lebendigen, dynamischen und partizipativen Sinn.

### Textquellen Kapitel Wohnen

<sup>1</sup> Statistik Austria. WOHNEN - Zahlen, Daten und Indikatoren der Wohnstatistik. 2022. <https://www.statistik.at/fileadmin/publications/Wohnen-2021.pdf>

<sup>2</sup> Klimadashboard.at Die Daten und Fakten zur Klimakrise in Österreich. <https://klimadashboard.at/>

<sup>3</sup> Statista. Anzahl und Anteile der Gasheizungen in Österreich nach Bundesländern im Jahr 2019/2020. <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1293894/umfrage/gasheizungen-in-oesterreich-nach-bundeslaendern/>

<sup>4</sup> Greenpeace in Zentral- und Osteuropa. Factsheet Umfrage Fossiles Gas Mai 2022. [https://greenpeace.at/uploads/2022/07/20220524\\_fs\\_mutter-erde\\_gas-in-osterreich-factsheet.pdf](https://greenpeace.at/uploads/2022/07/20220524_fs_mutter-erde_gas-in-osterreich-factsheet.pdf)

<sup>5</sup> Statista. Österreich führend bei erneuerbarer Energie. <https://de.statista.com/infografik/24030/anteil-verschiedener-energiequellen-an-der-stromproduktion-in-europa/>

<sup>6</sup> Österreichs Energie. Erneuerbares Österreich: so funktioniert unser Stromsystem. <https://oesterreichsenergie.at/unser-strom/erneuerbares-oesterreich>

<sup>7</sup> Wien Energie Positionen. Erneuerbaren Potential in den Bundesländern. <https://positionen.wienenergie.at/grafiken/erneuerbaren-potential-in-den-bundeslaendern/>

<sup>8</sup> Durchblicker.at Energiesparen: Das sind die 10 größten Strom-fresser im Haushalt. <https://durchblicker.at/artikel/blog/2022/stromfresser-finden-im-haushalt-3>

<sup>9</sup> Umweltbundesamt. Energieverbrauchskennzeichnung. <https://www.umweltbundesamt.de/themen/klima-energie/energiesparen/energieverbrauchskennzeichnung>

<sup>10</sup> Dienststelle für Nachhaltiges Bauen. Der Gebäudestandort als ökologischer Faktor. [www.nachhaltiges-bauen.jetzt/der-gebäude-standort-als-oekologischer-faktor/](http://www.nachhaltiges-bauen.jetzt/der-gebäude-standort-als-oekologischer-faktor/)

<sup>11</sup> Infina. Ökologisches Bauen: Prinzipien, Baustoffe und Förderungen. <https://www.infina.at/ratgeber/oekologisches-bauen/#c15353>

<sup>12</sup> Redshift by Autodesk. Nachhaltiges Bauen: Die grüne Revolution. <https://redshift.autodesk.de/nachhaltiges-bauen/#:~:text=Den%20Energie%2D%20und%20Ressourcenverbrauch>

# KONSUM

Abgesehen von unserem Konsum bei Ernährung, Wohnen und Mobilität kaufen, verbrauchen und entsorgen wir zahllose Gegenstände regelmäßig, manche täglich, wie z. B. Papier, und andere seltener, wie z. B. Möbel oder Sportgeräte. Der **Ökologische Fußabdruck des sonstigen Konsums** macht **30%** unseres gesamten Fußabdrucks pro Kopf und Jahr aus. Er betrachtet den gesamten **Lebenszyklus der Produkte** von der Produktion der Rohstoffe über die Herstellung des Produktes, die Verpackung, den Transport, die Nutzungsphase bis zur Entsorgung am Ende des Lebenszyklus.

6 global Hektar  
/Kopf u Jahr

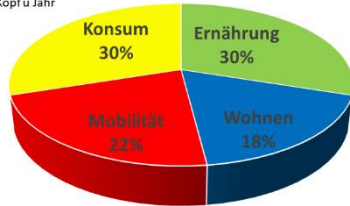


Abb.: Ökologischer Fußabdruck der ÖsterreicherInnen Plattform Footprint 2022



Bei der Erreichung des SDG 12 hat Österreich noch großen Aufholbedarf!

Welche dieser Konsumkategorien hat den größten Anteil am sonstigen Konsum?



Elektronische Geräte



Papier



Kleidung



Möbel, Haushaltsgeräte



Sportgeräte



Haustiere



Urlaubsaufenthalte

Es ist...

## Papier

Der durchschnittliche Papierverbrauch in Österreich liegt bei **210 kg<sup>1</sup> pro Person und Jahr**. Das entspricht rund 5,5 Bäumen. Wir verbrauchen täglich nicht nur bedrucktes Papier, sondern auch Hygienepapier, Verpackungen, Windeln etc. Ein österreichisches Kind hat in seinem ersten Lebensjahr bereits mehr Papier verbraucht als ein durchschnittlicher Inder in seinem ganzen Leben!

Die Herstellung von Papier ist ein sehr energieintensiver Prozess: die **Produktion einer Tonne Papier** (Frischfaser) benötigt **genauso viel Energie wie die Herstellung einer Tonne Stahl!**<sup>2</sup> 26.500 Liter Wasser werden für die Produktion von einer Tonne Papier gebraucht. Und es braucht auch viel Zeit, bis ein Baum wächst.

### Wie hoch wäre der Papierstapel, wenn jede:r in Österreich ein Blatt Papier pro Jahr weniger verbrauchen würde?

So hoch wie der:     Kahlenberg (484 m)         Geschriebenstein (883 m)         Dachstein (2995 m)

So können wir unseren **Papierverbrauch reduzieren**:

Die Auflösung finden Sie am Endes des Kapitels

- Einen Aufkleber mit der Aufschrift "**Bitte keine Werbung**" auf den Briefkasten kleben. 50–100 kg an Prospekten<sup>3</sup> erhält ein Haushalt pro Jahr.
- Verwenden Sie nur **Recyclingpapier** (Druckerpapier, Toilettenpapier, Taschentücher, ...). Recycling-Papier hat **nur 1/5** des Fußabdrucks von Frischfaserpapier!<sup>4</sup>
- Vermeiden Sie es, Texte auszudrucken. Drucken Sie doppelseitig.
- Bücher ausleihen statt kaufen, gebraucht kaufen.



## Möbel

Der Möbelkonsum in den westlichen Gesellschaften steigt alle zehn Jahre um 150 Prozent. Ursache ist ein Trend hin zu Einwegmöbeln, den Unternehmen wie IKEA wesentlich mitgeprägt haben. Möbel wurden bis vor 50 Jahren überwiegend handgefertigt und in der Regel aus heimischen Massivhölzern hergestellt. Sie wurden gepflegt, überdauerten Jahrzehnte und wurden vererbt. Heute produzieren wir Möbel, die schlecht verarbeitet sind, fast nichts kosten, und nicht lange halten: **Fast Furniture**. Möbel, die aus Pressspanplatten gefertigt sind und eine Kunststoffbeschichtung haben, können zudem Schadstoffe an die Raumluft

abgeben. Massivholzmöbel hingegen haben eine antibakterielle Wirkung und können atmen. Ein schöner Vorteil ist die Fähigkeit des Holzes, Feuchtigkeit aufzunehmen und diese bei wenig Luftfeuchtigkeit wieder abzugeben.

### Wie können wir den Ökologischen Fußabdruck unserer Möbel reduzieren?

- ✓ Kaufen Sie langlebige Möbel! Billige Möbel halten meistens nicht lange und kommen in Summe teurer, weil man sie nach wenigen Jahren austauschen muss.
- ✓ Ein Holzmöbel kann mit wenig Aufwand wiederverwendet werden, z. B. mit einem neuen Anstrich. Erneuern Sie die alten Möbel, anstatt sie wegzuerwerfen oder kaufen Sie gebrauchte.
- ✓ Wählen Sie Möbel, die recycelbar und leicht demontierbar sind.
- ✓ Wenn Sie einige Möbelstücke nicht brauchen, geben Sie sie jemandem, der sie will. Verschenken Sie sie über das Internet.
- ✓ Bevorzugen Sie Möbel aus recycelten Materialien. Recycelte Möbel stammen meist aus alten Möbeln oder Häusern.
- ✓ Wählen Sie zertifizierte Holzprodukte mit dem FSC-Siegel (Forest Stewardship Council). Das Holz kommt aus Wäldern, die verantwortungsvoller bewirtschaftet werden, nach strengeren ökologischen und sozialen Prinzipien.<sup>6</sup>



### Wie lange schätzen Sie, wächst ein Baum, bis man ihn für die Holznutzung schlägern kann?<sup>7</sup>

- |        |                                 |         |                                 |              |         |                                 |
|--------|---------------------------------|---------|---------------------------------|--------------|---------|---------------------------------|
| Buche: | <input type="radio"/> 50 Jahre  | Kiefer: | <input type="radio"/> 50 Jahre  | <sup>5</sup> | Fichte: | <input type="radio"/> 50 Jahre  |
|        | <input type="radio"/> 80 Jahre  |         | <input type="radio"/> 80 Jahre  |              |         | <input type="radio"/> 80 Jahre  |
|        | <input type="radio"/> 120 Jahre |         | <input type="radio"/> 120 Jahre |              |         | <input type="radio"/> 120 Jahre |



Auflösung am Ende des Kapitels  
vor den Quellenangaben.



### LAUDATO SI – Papst Franziskus zu: **Positive Veränderungen**

58. In einigen Ländern gibt es positive Beispiele von Erfolgen bei der Umweltverbesserung, wie die Reinigung verschiedener Flüsse, die viele Jahrzehnte lang verseucht waren, oder die Rückgewinnung von einheimischen Wäldern oder die Verschönerung von Landschaften durch Umweltsanierung oder architektonische Projekte von großem ästhetischem Wert oder Fortschritte in der Produktion umweltfreundlicher Energie, in der Verbesserung des öffentlichen Verkehrs und anderes. Diese Aktionen lösen nicht die globalen Probleme, bestätigen jedoch, dass der Mensch noch fähig ist, positiv einzuschreiten. Da er erschaffen ist, um zu lieben, keimen inmitten seiner Begrenztheiten unweigerlich Gesten der Großherzigkeit, der Solidarität und der Fürsorge auf.

## Sport und Hobbys

Betreiben Sie gerne Sport? Sport ist im Allgemeinen gesund, weil er mit Bewegung verbunden ist. Aber er ist nicht immer gesund für die Umwelt. Es gibt aufwändige Sportarten, die große Anlagen und viel Ausrüstung erfordern. Eine Schiausrüstung zum Beispiel besteht aus mindestens 7–8 Gegenständen: Schi, Schischuhe, Schihose, Schijacke, ev. Schistöcke, Schihandschuhe, Schihelm, Schibrille; dazu kommen noch Liftanlagen, Schipisten, Pistenraupen, Beschneiungsanlagen, Wassersammelbecken, Parkplätze, Hotels, ...



8

Diese haben viele negative, ökologische Auswirkungen (Bodenverdichtung, Erosion, Austrocknung, Versiegelung, Verlust an Wildtieren, hoher Energieverbrauch<sup>9</sup>), andererseits bringen sie auch Einnahmen für die regionale Wirtschaft.

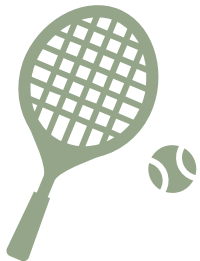
Aus wie vielen Einzelteilen besteht deine Sportausrüstung oder dein Lieblingshobby?

---

Wie viele Anlagen sind dafür notwendig (Gebäude, Parkplätze, Freiflächen, Gehwege, Fahrwege)?

---

**Wie können wir unsere Hobbys umweltfreundlicher gestalten und weniger Ressourcen und Fläche verbrauchen?**



Ausrüstung ausleihen, statt kaufen

Kaufen Sie ökologisch produzierte Materialien oder Dinge, die eine Umweltzertifizierung oder ein Umweltzeichen erhalten haben.

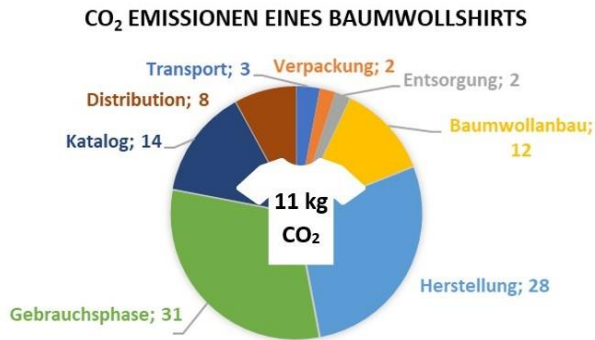
Nützen Sie öffentliche Verkehrsmittel (Athleten und Zuseher)

Bevorzugen Sie lokale Veranstaltungsorte

Bevorzugen Sie Hobbys **mit kleinem Ökologischen Fußabdruck** wie:

Laufen, Walken, Wandern, Tanzen, Zeichnen, Fotografieren, Gärtnern, Kampfsport, Spiele, Yoga, Musizieren, Lesen, ...

## KLEIDER MACHEN LEUTE – UND VIEL CO2 UND SCHADSTOFFE



Grafik: Dobeiner, Quelle Werte: 10

Bei der Produktion eines Baumwollshirts entstehen 2,1 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalente, bei einem **Polyester-Shirt** 5,5 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalente – also **mehr als doppelt so viele CO<sub>2</sub>-Emissionen**.

Der Großteil unserer Kleidung besteht aus Mischfasern. Das Problem dieser Fasern ist, dass die Bestandteile nicht mehr voneinander getrennt werden können. Das ist einer der Gründe, warum weltweit nur rund 1 % aller Textilien recycelt werden.

Beim Tragen von Kleidung, insbesondere aber beim **Waschen, lösen** sich Mikrofasern aus den Kunstfasern, und diese gelangen wiederum ins Meer. Somit sind **Kunststofffasern**, noch vor dem Feinstaub in den Städten und dem Reifenabrieb des Verkehrs, mit 35 % **der größte Verursacher von Mikroplastik in den Weltmeeren!**<sup>11</sup>

Die Aufzucht von Baumwolle verschlingt große Mengen an Wasser und Chemikalien (Pflanzenschutzmittel), die in der EU sogar zum Teil nicht zugelassen sind. In Verbindung mit mangelndem Arbeitsschutz und schlechtem Abwassermanagement schadet dies den Arbeitern, den Anwohnern von Baumwollplantagen sowie der Umwelt im Produktionsland. Die Verwendung von **Bio-Baumwolle** entschärft das Problem des hohen Wasserverbrauchs durch eine dickere, wasserspeichernde Humusschicht und vermeidet Schäden durch giftige Pflanzenschutzmittel und Kunstdünger.

Neben Bio-Baumwolle gibt es weitere Materialien, die ein Kleidungsstück nachhaltiger machen: **Hanf** eignet sich hervorragend zur Herstellung von Kleidung, die Robustheit dieser Pflanze ermöglicht einen wassersparenden Anbau ohne den Einsatz kritischer Chemikalien. **Tencel** und **Modal** sind Marken eines österreichischen Herstellers. Hinter diesen Namen verbergen sich umweltfreundliche Zellulosefasern, die jeweils aus Eukalyptus bzw. europäischer Buche hergestellt werden. Beide Fasern bieten eine hervorragende Ökobilanz sowie eine seidige Weichheit des Materials bei guter Atmungsaktivität.<sup>12</sup>

**Wie viel Energie sparen Sie ein, wenn Sie die Wäsche statt im Trockner auf der Wäscheleine trocknen?**

So viel, wie ein Waschgang bei....40° oder....60° oder....90° Grad an Energie verbraucht?

(Bei Nutzung eines herkömmlichen Kondens- oder Ablufttrockners oder Waschtrockners. Auflösung am Ende des Kapitels)



## Wenden Sie die 5 „R“ bei KLEIDUNG an: REFUSE - REDUCE - REPAIR - REUSE - RECYCLE

**REFUSE:** Weigern Sie sich, der "schnellen Mode" zu folgen.

**REDUCE:** Reduzieren Sie die Anzahl der Kleidungsstücke und Schuhe, die Sie kaufen. Kaufen Sie hochwertige Kleidung mit zeitlosem Design, behalten Sie diese länger, waschen Sie etwas seltener, trocknen Sie Ihre Kleidung an der Luft. Kaufen Sie Farben, die leicht zu kombinieren sind.

**REPAIR:** Visible Mending liegt voll im Trend! Beschädigte Kleidung wird durch bunte Reparaturen aufgewertet.

**REUSE:** Kaufen Sie Second Hand, tauschen oder verschenken Sie Dinge, die Sie nicht mehr tragen. Spenden Sie an gemeinnützige Organisationen

**RECYCLE:** Recyclen Sie oder machen Sie Putztücher daraus oder bringen Sie sie zur Recyclingbox

## Umweltfreundlich surfen und telefonieren?

Computer und Smartphones sind aus unserem heutigen Leben nicht mehr wegzudenken, doch wie umweltfreundlich ist ihre Nutzung?

Wenn man **Nachrichten am Computer oder am Handy** liest, statt als Zeitungsabo, spart man sehr viel Papier und reduziert damit deutlich den Ökologischen Fußabdruck. Ebenso kann man Rechnungen, Formulare, Fahrkarten, Briefe, und vieles mehr digital erhalten, anstatt in gedruckter Form per Post. Die Papierherstellung verschlingt enorm viel Energie, wie auch der Transport von Zeitungen und Briefen. 6 kg Papier haben den gleichen Ökologischen Fußabdruck wie ein halbes Jahr durchgehende Handy- oder Tablet-Nutzung!<sup>13</sup>

Selbst bei intensiver Nutzung haben Smartphones und Tablets nur einen geringen Stromverbrauch<sup>14</sup> (ca. 7–40 W)<sup>15</sup>, aber unsere E-Mails, Chatnachrichten, Musik und Filme durchlaufen dutzende Router und Server, die viel Strom für den Betrieb und die Kühlung benötigen. Allerdings kann man diesen Strom umweltfreundlich produzieren und Serverfarmen in Gegenden errichten, die eine Nutzung von Ökostrom ermöglichen und durch eine größere Höhenlage weniger Kühlung der Server erfordern.

Die **schädlichsten** Einflüsse auf die Umwelt entstehen während der **Produktionsphase**.<sup>16</sup> In fast allen Smartphones und Tablets sind sogenannte Konfliktmineralien wie Kobalt, Coltan oder Gold verbaut.



Diese kommen häufig aus Kriegsgebieten wie dem Kongo, wo es massive Menschenrechtsverletzungen in den Minen gibt. Im Kongo kostet es 20 Dollar, 1 Tonne Coltan zu fördern, in anderen Staaten sind es 100 Dollar. Für 2–3 US-Dollar am Tag riskieren im Kongo 100.000 Menschen in den Minen ihr Leben.

Es gibt aber auch Smartphones, die „fair“ produziert werden, nach strengen Kriterien, wie dem Label "TCO Certified". Aktuell gelten Kriterien, dass Arbeiter:innen z. B. höchstens 60 Stunden pro Woche arbeiten dürfen und Kinderarbeit verboten ist. Die Firma Fairphone beispielsweise produziert solch ein faires Smartphone, das Nutzer:innen auch selbst reparieren können, indem sie Ersatzteile nachkaufen. Dem Unternehmen wurde der deutsche Umweltpreis verliehen – unter anderem, weil das Gold im Fairphone aus Fairtrade-zertifizierten Minen kommt.<sup>17</sup>

Ein PC wird im Schnitt alle 4 Jahre gewechselt, ein Handy alle 18 Monate. Der Einfluss der Handyherstellung auf die globale Erderwärmung könnte um 30 % gesenkt werden, wenn Mobiltelefone mindestens 5 Jahre lang genutzt werden.<sup>18</sup>

## LÄNGER NUTZEN STATT ÖFTER KAUFEN!

Die Reparatur eines Gebrauchsproduktes schafft mehr hochwertige Arbeitsplätze vor Ort als die Herstellung von noch mehr kurzlebigen Billigprodukten.

repanet.at

Ist Ihr Gerät kaputt, dann lassen Sie es reparieren!

Wenn das nicht mehr geht: auf keinen Fall in den Restmüll werfen!

Bringen Sie es zur Altstoffsammelstelle oder geben Sie es Ihrem Händler, wenn Sie ein neues kaufen. Er muss es zurücknehmen.



## LAUDATO SI – Papst Franziskus zu: Verwerten statt Wegwerfen

211. ... Etwas aus tiefen Beweggründen wiederzuverwerten, anstatt es schnell wegzuworfen, kann eine Handlung der Liebe sein, die unsere eigene Würde zum Ausdruck bringt.

Die **Lebensdauer** Ihres Handys oder Laptops können Sie entscheidend verlängern, indem Sie den **Akku richtig laden**

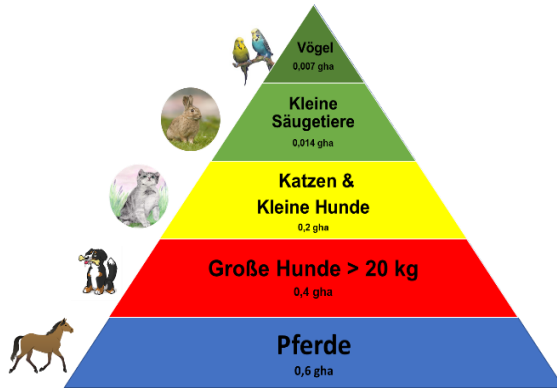
- ✓ Halten Sie den Ladungszustand des Li-Ionen-Akkus zwischen 20–80 %. Laden Sie das Smartphone erst mit Strom, wenn die Batterieleistung unter 30 % fällt.
- ✓ Der Stromspeicher soll nicht zu oft zu 100 % befüllt sein, sonst altert der Akku schneller. Laden Sie Ihr Handy nicht über Nacht.
- ✓ Nicht häufig unter 20 % entladen.
- ✓ Videos ansehen oder Games spielen sollten Sie nicht, während das Handy geladen wird. Das stört den Ladevorgang und erhitzt das Smartphone.<sup>19</sup>



## Haustiere

Tiere zu streicheln und gerne zu haben ist etwas sehr Schönes, aber unsere beliebtesten Begleiter, **Katzen** und **Hunde**, tragen in

### Der Ökologische Fußabdruck von Haustieren



Quelle: [www.e-co-foot.eu](http://www.e-co-foot.eu), Downloadcenter Modul 6, PPT Folie 31

dieser großen Zahl nicht zu einer nachhaltigen Welt bei. In Österreich leben rd. 2 Millionen Katzen und 840.000 Hunde.<sup>22</sup> Katzen fressen hauptsächlich Fleisch und tierische Nahrungsmittel und Hunde sind Allesfresser. Fleisch hat einen sehr großen Ökologischen Fußabdruck, denn die Tiere, die unsere Haustiere fressen (Huhn, Schwein, Rind, Lamm) werden mit Lebensmitteln gefüttert (mit Getreide und Soja), die auf großen Flächen angebaut werden müssen. Die Mengen an Haustierfutter sind gewaltig, was sich vor allem bei tierischem Eiweiß messbar auf die Umwelt auswirkt. So kann ein großer Hund (30 kg) im Jahr etwa den gleich großen Ökologischen Fußabdruck hinterlassen wie ein Mittelklasse-Fahrzeug bei durchschnittlicher Jahreskilometerleistung!<sup>20</sup> Freilaufende Katzen töten auch jedes Jahr Millionen von Vögeln und anderen kleinen Wildtieren, und werden so zum Problem für Ökosysteme und bedrohte Tierarten.

### HAUSTIER-TIPPS: gut für die Erde – gut für die Wildnis

- ✓ Nehmen Sie sich einen kleinen Hund (< 6 kg) oder ein Kleintier als Haustier, statt einer Katze oder einem größeren Hund.
- ✓ Teilen Sie das Tier mit jemandem: Pferde kann man mieten und die Betreuung und die Kosten mit anderen teilen. Hier können Sie beispielsweise Hunde „teilen“ - Dogsharing: <https://hundelieb.com>
- ✓ Adoptieren Sie Tiere aus Tierheimen. Kaufen Sie keine Tiere in Tierhandlungen – diese werden wieder „nachproduziert“.



### LAUDATO SI – Papst Franziskus zu: Ökosysteme

34. Möglicherweise beunruhigt es uns, vom Aussterben eines Säugetiers oder eines Vogels zu erfahren, weil sie uns mehr vor Augen sind. Doch für das gute Funktionieren des Ökosystems sind auch die Pilze, die Algen, die Würmer, die Insekten, die Reptilien und die unzählige Vielfalt von Mikroorganismen notwendig. Einige zahlenmäßig geringe Arten, die gewöhnlich unbemerkt bleiben, spielen eine grundlegend entscheidende Rolle, um das Gleichgewicht eines Ortes zu stabilisieren.

## Auflösung der Schätzfragen:

- Wie hoch wäre der Papierstapel, wenn jede:r in Österreich ein Blatt Papier pro Jahr weniger verbrauchen würde? Rd. so hoch wie der Geschriebenstein: 883m (Burgenland)
- Wie lange schätzt du, wächst ein Baum, bis man ihn für die Holznutzung schlägern kann? Buche: 120 Jahre, Kiefer: 80 Jahre, Fichte: 80 Jahre
- Wie viel Energie sparst du ein, wenn du die Wäsche statt im Trockner, auf der Wäscheleine trocknest? Mehr, als ein Waschgang bei 90° benötigen würde.

## Textquellen Kapitel Konsum

<sup>1</sup> <https://austropapier.at › service-presse-branchenbericht-2021-jahresbericht>

<sup>2</sup> Umweltbundesamt Deutschland. Papier und Druckerzeugnisse. <https://www.umweltbundesamt.de/papier-druckerzeugnisse#vorteile-von-recyclingpapieren>

<sup>3</sup> ORF Österreichischer Rundfunk. Was man gegen die Reklameflut tun kann. <https://help.orf.at/m/v3/stories/2874883/>

<sup>4</sup> [www.e-co-foot.eu/download-der-materialien/](http://www.e-co-foot.eu/download-der-materialien/); Downloadcenter Modul 6 Konsum: Oekologischer Fussabdruck\_Konsum\_Praesentation\_Altersgruppe14-18, Folie 41-42

<sup>5</sup> WoodCycles. Möbel macht Geschichte. <https://moebelwende.org/>

<sup>6</sup> WWF Deutschland. FSC – Was ist das? <https://www.wwf.de/themen-projekte/waelder/verantwortungsvollere-waldnutzung/fsc-was-ist-das/>

<sup>7</sup> Wald-Prinz.de. <https://www.wald-prinz.de/umtriebszeit-wie-lange-benotigt-ein-baum-bis-zur-hiebsreife/3697>

<sup>8</sup> Ski Anfänger Blog. Skiausrüstung für meinen Ski-Ausflug? [www.ski-anaenger-blog.de](http://www.ski-anaenger-blog.de)

<sup>9</sup> WWF Deutschland. Skifahren - Wintersport mit Folgen. <https://www.wwf.de/aktiv-werden/tipps-fuer-den-alltag/umweltvertraeglich-reisen/skifahren-wintersport-mit-folgen/>

<sup>10</sup> [file:///C:/Users/dobei/Documents/1\\_BERUF\\_lich/\\_SDG%20Projekt%20ARGE%20SVA/Handlungskatalog/Konsum/LCA-Diagram-1.webp](file:///C:/Users/dobei/Documents/1_BERUF_lich/_SDG%20Projekt%20ARGE%20SVA/Handlungskatalog/Konsum/LCA-Diagram-1.webp)

<sup>11</sup> Less Emissions. Der CO<sub>2</sub>-Fußabdruck unserer Kleidung. <https://imbstudent.donau-uni.ac.at/lessemissions2/der-co2-fussabdruck-unserer-kleidung/>

<sup>12</sup> Grundstoff.net. NACHHALTIGE KLEIDUNG - WAS MACHT MODE NACHHALTIGER? <https://www.grundstoff.net/blog/nachhaltige-kleidung-was-macht-mode-nachhaltiger>

<sup>13</sup> Wolfgang Pekny, footprint-consult e.U., Angaben für vollständige Lebenszyklusbetrachtung

<sup>14</sup> Bild: <https://www.umwelt-im-unterricht.de/hintergrund/handyproduktion-umweltfolgen-und-arbeitsbedingungen/>

<sup>15</sup> BurdaForward GmbH. CHIP.de. Laptop: Das ist der typische Stromverbrauch. [https://praxistipps.chip.de/laptop-das-ist-der-typische-stromverbrauch\\_150538](https://praxistipps.chip.de/laptop-das-ist-der-typische-stromverbrauch_150538)

<sup>17</sup> Süddeutsche Zeitung. Woran man umweltfreundliche Handys erkennt. <https://www.sueddeutsche.de/wirtschaft/smartphone-nachhaltigkeit-fairphone-1.5342775>

<sup>18</sup> nachhaltig-telefonieren.de. Nachhaltig telefonieren scheitert an herkömmlichen Smartphones. <https://nachhaltig-telefonieren.de/umweltsuender-handy/>

<sup>19</sup> mediamarkt.at. Handy-Akku richtig laden - Das musst du beachten. <https://www.mediamarkt.de/de/content/handy-gadgets/smartphones/handy-akku-richtig-laden>

<sup>20</sup> BMK.at. Mein Fußabdruck Bereich Konsum/Fahrzeuge. [https://www.mein-fussabdruck.at/#info\\_consumption](https://www.mein-fussabdruck.at/#info_consumption)

<sup>21</sup> Handyproduktion–Umweltfolgen und Arbeitsbedingungen, [https://www.umwelt-im-unterricht.de/fileadmin/user\\_upload/2020\\_TdW\\_KW\\_07/tdw\\_smart-aber-fair\\_teaser-HG.jpg](https://www.umwelt-im-unterricht.de/fileadmin/user_upload/2020_TdW_KW_07/tdw_smart-aber-fair_teaser-HG.jpg)

# GEMEINSAM AKTIV WERDEN

„Wir können unsere Welt verbessern, indem wir Verantwortung tragen.“ (Karl Raimund Popper)

Selbst etwas zu verändern, ist oft nicht leicht – vor allem, weil wir sehen, dass Konzerne und fehlende Regierungsprogramme den größten Schaden an unserer Umwelt anrichten und nicht unbedingt wir als einzelne Personen. Dennoch kommt es, wie bei allen Dingen, auf uns alle an, um eine positive Veränderung in Gang zu setzen.

Dieses Kapitel ist so gestaltet, dass Sie Ihren ganz persönlichen Weg finden können, der Erde etwas Gutes zu tun. Die Möglichkeiten sind beinahe endlos und warten darauf, von uns genutzt zu werden. Was zählt, ist die Tat!



In den SDGs 16 und 17 geht es um die eine Sache, ohne die es unmöglich ist, ein einzelnes Ziel zu erreichen: um uns und um unseren Willen, zusammenzuarbeiten, um eine Veränderung zu bewirken.

Mehr zu den SDGs und deren laufender Umsetzung: [Plattform SDG Watch Austria](http://www.sdgwatch.at) unter [www.sdgwatch.at](http://www.sdgwatch.at)

„Als Zusammenschluss von über 220 Mitgliedern setzt sich die Plattform SDG Watch Austria über **anwaltschaftliche Arbeit** und den **Dialog mit Politiker:innen und der Verwaltung** sowie durch **Projekte** und jährliche **Stakeholder-Foren** (SDG-Forum bzw. SDG-Dialogforum) für die Umsetzung der Agenda 2030 in und durch Österreich ein.“

Was schätzen Sie an der Natur und wieso ist Ihnen das Bestehen einer gesunden Erde wichtig?  
Welche Dinge, die Ihnen unsere Umwelt gibt, möchten Sie auf jeden Fall bewahren?

---

---

## Die eigene Stimme nutzen

In der **Liste der anerkannten Umweltorganisationen** des *Bundesministeriums für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie* lassen sich 59 Organisationen finden, die wichtige Arbeit in den verschiedensten Bereichen leisten. Dazu kommen eine Vielzahl an Menschenrechtsorganisationen, viele davon mit einem direkten Bezug zu den SDGs. Egal welches Thema einem selbst am wichtigsten ist – es gibt mit Sicherheit eine Organisation, die die eigenen Interessen in der Öffentlichkeit vertritt und etwas voranbringen will.

2021 wurden in Österreich ganze 850 Millionen Euro gespendet<sup>1</sup> – Geld, das in wichtige Projekte fließt. **Spenden** sind und bleiben, für alle, denen es möglich ist, wohl immer noch der schnellste und unaufwändigste Weg, einen Beitrag zu leisten.

Wichtig: Eine seriöse Organisation pflegt einen transparenten Umgang mit dem Weg der Spendengelder.

Das Recht auf Meinungsfreiheit und das Recht zu wählen sind Luxusgüter. Dennoch nimmt die Wahlbeteiligung in Österreich ab<sup>2,3</sup> und das Vertrauen in die Regierung sinkt<sup>4</sup>.

An einer Sache hat sich jedoch nichts geändert: **Unsere Stimme**, egal ob bei einer Demonstration oder auf dem Papier, **ist immer noch etwas wert.**

Vor allem durch die weltweite Bewegung *Fridays For Future*, an deren Protestaktionen 2019 bis zu 3873 Städte in 156 Ländern teilnahmen<sup>5</sup>, ist klar geworden, dass es vor allem um eines geht: Aufmerksamkeit erregen, laut sein und nicht damit aufhören.



## Zur Tat schreiten

### Aktiv mitarbeiten

Während das Sammeln von Spenden und Unterschriften einen großen Teil der Arbeit von Umweltorganisationen ausmacht, bietet sich auch immer öfter die Möglichkeit, aktiv an Projekten teilzunehmen. **Ehrenamtliche Mitarbeit** ist flexibel und kann leicht an die persönlichen Interessen angepasst werden.

Sogar die Wissenschaft spricht sich dafür aus: Menschen, die gesellschaftliche Verantwortung übernehmen und ihrem Leben dadurch einen Sinn geben, sind glücklicher.<sup>6</sup> Dies gilt übrigens auch für umweltbewusstes Verhalten als Ganzes – unser subjektives Wohlbefinden korreliert mit der Art, wie wir mit der Erde umgehen.<sup>7</sup> Es spricht also viel für ein aktives Mitarbeiten an einer Lösung. Das Einzige, was uns meist davon abhält, zur Tat zu schreiten, ist unsere eigene Bequemlichkeit.

Auf der ersten Seite dieses Kapitels haben Sie sich mit Dingen auseinandergesetzt, die Sie gerne bewahren würden. **Nun möchten wir Sie dazu einladen, nach einem passenden Projekt in Ihrer Umgebung zu suchen und aktiv zu werden.**

Erste Anlaufstellen sind beispielsweise anerkannte NGOs, Ihre Gemeinde und/oder Nationalparks. Wer aktiv auf die Suche nach passenden Aktionen und Veranstaltung geht, findet eine Vielzahl an spannenden Events, die uns meist gratis Wissen und neue Erfahrungen bieten.

**Projekt/Veranstaltung, an dem/der ich teilnehmen möchte:** \_\_\_\_\_

**Was kann ich damit bewirken?**

\_\_\_\_\_

Wenn Sie aktiv an **wissenschaftlichen** Projekten im Natur- und Umweltschutz mitwirken möchten, bieten Ihnen eine Vielzahl an **Citizen Science Projekten** auch ohne einen akademischen Hintergrund die Möglichkeit dazu (mehr unter [www.citizen-science.at](http://www.citizen-science.at)).

**Tipp:** Die **ARGE Schöpfungsverantwortung** stellt Ihnen unter [www.argeschoepfung.at](http://www.argeschoepfung.at) eine Menge an unterstützendem Material zur Verfügung, welches Sie für Ihren weiteren Weg zu einem umweltbewussteren Leben verwenden können.



## LAUDATO SI – Papst Franziskus zu: **Mit Achtsamkeit eine bessere Welt aufbauen**

231. Die Liebe voller kleiner Gesten gegenseitiger Achtsamkeit betrifft auch das bürgerliche und das politische Leben und zeigt sich bei allen Gelegenheiten, die zum Aufbau einer besseren Welt beitragen. Die Liebe zur Gesellschaft und das Engagement für das Gemeinwohl sind ein hervorragender Ausdruck der Nächstenliebe, die nicht nur die Beziehungen zwischen den einzelnen Menschen angeht, sondern auch die „Makro-Beziehungen – in gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und politischen Zusammenhängen“. Darum schlug die Kirche der Welt das Ideal der „Kultur der Liebe“ vor. Die Liebe im sozialen Bereich ist der Schlüssel zu einer authentischen Entwicklung: „Um die Gesellschaft menschlicher, der menschlichen Person würdiger zu machen, muss die Liebe im sozialen Leben – auf politischer, wirtschaftlicher und kultureller Ebene – neu bewertet und zur beständigen obersten Norm des Handelns erhoben werden.“ In diesem Rahmen bewegt uns die Liebe im gesellschaftlichen Bereich, neben der Bedeutung der kleinen täglichen Gesten an große Strategien zu denken, welche die Umweltzerstörung wirksam aufhalten und eine Kultur der Achtsamkeit fördern, die die gesamte Gesellschaft erfüllt. Wenn jemand den Ruf Gottes erkennt, gemeinsam mit den anderen in diese gesellschaftlichen Dynamiken einzugreifen, soll er sich daran erinnern, dass dies ein Teil seiner Spiritualität ist, dass es Ausübung der Nächstenliebe ist und dass er auf diese Weise reift und sich heiligt.

### Textquellen Kapitel „Gemeinsam aktiv werden“

<sup>1</sup> Statista. Spendenaufkommen in Österreich von 2013 bis 2021. <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/952930/umfrage/spendenaufkommen-in-oesterreich/>

<sup>2</sup> Statista. Wahlbeteiligung an den Nationalratswahlen in Österreich von 1945 bis 2019.

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/288641/umfrage/wahlbeteiligung-an-den-nationalratswahlen-in-oesterreich/>

<sup>3</sup> Statista. Wahlbeteiligung an den Bundespräsidentenwahlen in Österreich von 1951 bis 2022.

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/323609/umfrage/wahlbeteiligung-an-den-bundespraesidentenwahlen-in-oesterreich/>

<sup>4</sup> Statista. Wie sehr vertrauen Sie der österreichischen Regierung? <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/284876/umfrage/umfrage-in-oesterreich-zum-vertrauen-in-die-regierung/>

<sup>5</sup> Verein zur Förderung von Fridays For Future Österreich. Bilanz zum 7. Weltweiten Klimastreik: 5.000 Menschen auf der Wiener Ringstraße!

<https://fridaysforfuture.at/blog/bilanz-7-weltweiter-klimastreik-5000-menschen-wien-ring-menschenkette-corona-571690>

<sup>6</sup> National Geographic. Glücksgeheimnisse: Wie werden wir glücklicher? <https://www.nationalgeographic.de/wissenschaft/2022/09/gluecksgeheimnisse-wie-werden-wir-gluecklicher>

<sup>7</sup> Stephanie Johnson Zawadzki et al 2020 Environ. Res. Lett. 15 123007

## LITERATUREMPFEHLUNGEN

- + **"Es geht uns allen besser, wenn es allen besser geht": Die ethische Wiederentdeckung des Gemeinwohls**  
- von Kurt Remele
- + **Warum machen wir es nicht einfach? Die Psychologie der Klimakrise**  
- von Isabella Uhl-Hädicke
- + **Die Humusrevolution: Wie wir den Boden heilen, das Klima retten und die Ernährungswende schaffen.**  
Mit Praxistipps zu Humusaufbau und Permakultur - von Ute Scheub und Stefan Schwarzer
- + **Wir sind dran. Club of Rome: Der große Bericht: Was wir ändern müssen, wenn wir bleiben wollen.**  
Eine neue Aufklärung für eine volle Welt - von Ernst Ulrich von Weizsäcker, Anders Wijkman, u.a.





ein Projekt der  
**ARGE Schöpfungsverantwortung**  
[www.argeschoepfung.at](http://www.argeschoepfung.at)  
+ 43 660 76 000 08