

## Was ist der ökologische Fußabdruck?

Der ökologische Fußabdruck gibt an, wie hoch dein persönlicher Ressourcen- und Energieverbrauch ist. Jeder Verbrauch von Lebensmitteln oder das Tragen von Kleidung, jede Nutzung von öffentlichen Dingen (z.B. Schule, Verkehrsmittel) und noch vieles mehr beansprucht Rohstoffe und Energie, die aus der Natur stammen. Diejenigen Land- und Wasserflächen der Erde, die wir für unsere Energiegewinnung, unser Essen, unsere Kleidung etc. benötigen, bilden somit die Lebensgrundlage des Menschen.

Zusammengenommen bilden alle biologisch produktiven Flächen, die wir nutzen, unseren ökologischen Fußabdruck.



Image by Colin Behrens, Pixabay  
<https://pixabay.com/illustrations/ecological-footprint-4123696/> [02.01.2020]

Wie viel insgesamt die Naturflächen der Erde produzieren können, bezeichnet die Biokapazität. Der ökologische Fußabdruck zeigt an, wie stark wir die Biokapazität der Erde in Anspruch nehmen. Da die produktiven Flächen der Natur nicht unendlich sind, ist die Biokapazität der Erde begrenzt. Es gibt zum Beispiel natürliche Grenzen dafür, wie schnell sich Fischbestände wieder erholen oder in welcher Menge Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>) von Wäldern aufgenommen werden kann.

Die maximale Biokapazität der Erde bildet eine natürliche Grenze für den Konsum der Menschen. Unsere wichtigsten Konsumbereiche sind Wohnen, Ernährung, Verkehr und der Verbrauch an Konsumgütern.

Die Biokapazität und die Größe des ökologischen Fußabdrucks werden in globalen Hektar (gha) angegeben. Der globale Hektar ist der Durchschnittswert. Er beschreibt die weltweit durchschnittliche biologische Produktivität pro Hektar. Damit lässt sich der Verbrauch an natürlichen Ressourcen weltweit vergleichen.



Im deutschen Durchschnitt beträgt der Fußabdruck 5,1 gha. Teilt man die produktive Erdoberfläche allerdings durch die über 7,5 Mrd. Menschen, die heute auf der Erde leben, wird deutlich, dass bei gerechter Verteilung jedem/jeder Erdbewohner\*in nur 1,8 gha pro Jahr zustehen würde. Würden alle so leben wie die Durchschnitts-Deutschen, bräuhete die Menschheit von der Fläche her mehr als zwei Erden. Der Weltdurchschnitt liegt aktuell bei 2,8 gha pro Jahr.

Der Test des ökologischen Fußabdrucks gibt euch eine Idee für euren eigenen Fußabdruck, und auch gleich Anregungen, wie ihr euren Fußabdruck verkleinern könnt.

### **Aufgaben:**

Errechnet euren persönlichen Fußabdruck mit Hilfe des Fragebogens.

Diskutiert eure unterschiedlichen Ergebnisse in eurer Gruppe.

Welche Bereiche tragen bei euch am meisten zu einem großen Fußabdruck bei?  
Wo könnt ihr ihn verringern?

Erstellt z.B. einen kleinen **Post für Instagram oder ein kleines Plakat**. Nutzt lizenzfreie Bilder oder schreibt/ malt Neues für euer Beitrag.

*[Achtet auf eine gut verständliche Beschreibung und nutzt passende Hashtags.]*

**Wie oft isst du Fleisch und Wurstprodukte?**

- ein bis mehrmals am Tag **30**
- mehrmals die Woche **20**
- seltener **10**
- nie **0**

**Wie oft isst du tierische Produkte (Milch, Eier, Käse, Butter etc.)?**

- ein bis mehrmals am Tag **30**
- mehrmals die Woche **20**
- seltener **10**
- nie **0**

**Kauft ihr in eurer Familie Lebensmittel aus biologischem Anbau?**

- ausschließlich – in unserer Familie kommt nur Bio auf den Tisch **2**
- meistens **4**
- gelegentlich **7**
- selten **10**
- gar nicht **15**

**Woher kommen überwiegend die Lebensmittel, die deine Familie kauft?**

- aus meiner Region (Umkreis von ca. 200 km) **0**
- aus mittlerer Entfernung (Umkreis von 800 km, ca. Deutschlandgröße) **5**
- aus Europa **10**
- von anderen Kontinenten **15**

**Wie viele Stunden täglich benutzt du Unterhaltungs-, Kommunikations- und Informationsmedien (z.B. Fernseher, Computer, Streaming)?**

- insgesamt 11–24 Std. **15**
- insgesamt 4–10 Std. **10**
- insgesamt 1–3 Std. **5**
- gar nicht **0**

**Trennt ihr zu Hause den Abfall?**

- alles (Plastik, Kompost, Papier, Glas, Restmüll) **0**
- nur Glas und Papier werden vom Rest getrennt **5**
- gar nicht **10**

**Kreuze an, welche dieser Dinge du zur Abfallvermeidung tust:**

- Ich nehme zum Einkaufen einen Stoffbeutel oder Rucksack mit, anstatt dort eine Tüte zu kaufen. **-2**
- Ich packe Essen zum Mitnehmen in eine Brotbüchse, anstatt in Alufolie/Plastik. **-2**
- Ich nehme Getränke in einer Flasche mit, anstatt mir verpackte Getränke zu kaufen. **-2**
- Ich repariere alte Dinge oder versuche sie für andere Zwecke weiterzuverwenden bzw. zu verschenken/verkaufen. **-2**
- Wenn ich die Wahl habe, entscheide ich mich für ein Produkt, das nicht in Kunststoffolie eingepackt ist. **-2**
- Ich gehe sparsam mit Papier um, indem ich beide Seiten beschreibe/bedrucke. **-2**

**Machst du das Licht aus, wenn du das Zimmer verlässt?**

- Ja, immer. **-10**
- Manchmal vergesse ich es oder bin zu faul **5**
- Nein, darauf achte ich nicht. **10**

**Was machst du mit Elektrogeräten nach ihrem Gebrauch (z.B. Fernseher, Computer, Musikanlage)?**

- Ich schalte das Gerät ganz ab. **0**
- Ich schalte es auf „Standby“. **5**
- Ich lasse es laufen, denn ich könnte es ja bald wieder brauchen. **15**

**Wie warm ist es in deinem Zimmer im Winter?**

- unter 18°C (ich muss einen dicken Pulli tragen) **0**
- 18°–20°C (normaler Pulli ist angesagt) **10**
- 20°–22°C (auch ohne Pulli friere ich nicht) **20**
- über 22°C (ich kann wie im Sommer ein T-Shirt tragen) **40**

**Wie lange stehst du pro Woche unter der Dusche (einmal baden entspricht 30 Min. duschen)?**

- 1 Std. oder mehr **20**
- 30 Min. bis 1 Std. **15**
- 15 bis 30 Min. **10**
- unter 15 Min. **5**

**Wo isst du am häufigsten?**

- Ich koche überwiegend zu Hause oder esse bei Freunden. **2**
- Ich esse überwiegend in der Mensa. **4**
- Ich esse überwiegend im Fast-Food-Restaurant bzw. am Imbissstand. **8**

**Welche der folgenden Getränke trinkst du regelmäßig? (Mehrfachnennung möglich; Summe bilden)**

- Leitungswasser **0**
- Mineralwasser **2**
- Saft aus der Region (z.B. Apfelsaft) **3**
- Orangensaft u.ä. **8**
- Kräuter- und Früchtetee **3**
- Tee von anderen Kontinenten (z.B. Schwarztee, Grüntee) **6**
- Kaffee **8**
- Softdrinks **12**

**In welcher Form kaufst du überwiegend Getränke?**

- in Dosen **10**
- im Tetrapack **6**
- in Einwegflaschen **4**
- in Mehrwegflaschen **2**

**Wie oft kaufst du durchschnittlich ein neues Kleidungsstück?**

- einmal die Woche oder öfter **20**
- ein- bis dreimal pro Monat **15**
- alle 1–3 Monate **10**
- seltener **5**

**Wie stark benutzt du Kosmetikartikel?**

- Ich benutze jeden Tag Schminke, Parfüm oder Haarspray und Haargel. **10**
- Außer Seife, Deo und Körperlotion benutze ich selten zusätzliche Kosmetikartikel. **5**
- Ich brauche nichts außer Wasser. **0**

**Wie kommst du in der Regel in die Schule?**

- Meine Eltern nehmen mich mit dem Auto mit **30**
- Ich fahre mit dem Moped **20**
- Ich fahre mit dem Bus/ Straßenbahn **5**
- Ich fahre mit dem Fahrrad **0**
- Ich laufe **0**

Quellen: <https://www.fussabdruck.de/> [aufgerufen am 30.08.2019]

[https://www.endlich-wachstum.de/wp-content/uploads/2015/09/Kapitel-2\\_Grosser-Fuss-auf-kleiner-Erde\\_Rechner.pdf](https://www.endlich-wachstum.de/wp-content/uploads/2015/09/Kapitel-2_Grosser-Fuss-auf-kleiner-Erde_Rechner.pdf) [aufgerufen am 30.08.2019]

<https://bne-sachsen.de/materialien/gro%C3%9Fer-fu%C3%9F-auf-kleiner-erde> [aufgerufen am 29.08.2019]



**Was befindet sich normalerweise in deiner Brotbüchse?**

- Brotbüchse? Sowas nehme ich nicht mit, ich kaufe mir immer was in der Cafeteria **10**
- Milchschnitte, Müsliriegel und Co. – alles einzeln verpackt **15**
- Ich habe ein belegtes Brot von zu Hause dabei **2**
- Ich nehme nichts zu essen mit in die Schule **0**

**Was für Schulmaterialien benutzt du?**

- Ist mir egal, Hauptsache schick und billig, z.B. bunte Hefter aus Plastik und schöne neue Stifte und Zirkel **10**
- Manchmal achte ich darauf, z.B. Papphefter zu nehmen oder die Stifte vom letzten Jahr weiter zu nutzen **5**
- Ich nehme nur Gebrauchtes bzw. Papier (z.B. Buchumschläge aus Zeitungspapier) **0**

**Wie fahrt ihr (als Familie oder Klassenfahrt) in den Urlaub?**

- Wir fliegen immer – das geht schneller und wir können die ganze Welt sehen **60**
- Wir sind erst ein oder zweimal in den Urlaub geflogen **30**
- Wir fahren meist mit dem Auto/ Wohnwagen **20**
- Wir fahren meist mit dem Zug oder dem Bus **10**
- Wir fahren meist mit dem Fahrrad oder Wandern **0**
- Urlaub? – mach ich nur zu Hause **0**

Gesamtpunktzahl:

Auswertung

**0-100 Punkte: Weniger als eine Erde**  
Herzlichen Glückwunsch! Dein Lebensstil ist nachhaltig. Hätten alle Bewohner\*innen der Erde denselben ökologischen Fußabdruck wie du, würde unser Planet genügen, um den Ressourcen- und Energieverbrauch der heutigen Weltbevölkerung zu decken.

**101-199 Punkte: 1-2 Erden**  
Nicht schlecht! Du liegst unter dem deutschen Durchschnitt von 5,1 ha pro Jahr. Aber zur Deckung deines Lebensstils benötigst du immer noch mehr Ressourcen, als die Erde für alle Menschen zur Verfügung stellen kann, d. h. über 1,8 ha im Jahr.

**201-299 Punkte: 2-3 Erden**  
Wenn alle so leben würden wie du, bräuchten wir bereits mehr als zweimal die Fläche unserer Erde. Du liegst damit im Bereich des deutschen Durchschnitts, aber weit entfernt von einem nachhaltigen Lebensstil.

**mehr als 300 Punkte: mehr als 4 Erden**  
Hätten alle Erdbewohner\*innen denselben Lebensstil wie du, wäre die Erde vermutlich schon kollabiert. Nur weil es sogenannte „Entwicklungsländer“ gibt, die im Moment noch nicht so viele Ressourcen verbrauchen, und einzelne Menschen bewusst auf einen niedrigen Ressourcen- und Energieverbrauch achten, hast du das Glück, auf dieser Erde im Überfluss zu leben.