

Was tun Omas und Opas gegen den Klimawandel?

1. Wohnen und Energie

- 1 ◦ Ökostrom beziehen (Ökostromtarif wählen)
- 2 ◦ Erneuerbare Energien nutzen (Solar, Photovoltaik, falls möglich)
- 3 ◦ Heizung optimieren: Raumtemperatur leicht senken
- 4 ◦ Heizkörper nicht zustellen und Türen zwischen beheizten Räumen schließen
- 5 ◦ Heizung nachts oder bei Abwesenheit absenken
- 6 ◦ Energienehraufwand für Dämmung und Fenstersanierung in Betracht ziehen
- 7 ◦ Geräte ganz ausschalten statt im Standby-Modus lassen
- 8 ◦ LED-Lampen und energieeffiziente Beleuchtung verwenden
- 9 ◦ Alte Haushaltsgeräte durch sparsame Modelle ersetzen
- 10 ◦ Bewusst und sparsam mit Strom umgehen
- 11 ◦ Kleidung, Möbel, Elektrogeräte reparieren statt neu kaufen
- 12 ◦ Dinge weitergeben (Gebrauchtwaren, Tausch) statt wegwerfen
- 13 ◦ Energetische Sanierung des eigenen Hauses prüfen und umsetzen

2. Mobilität und Reisen

- 1 ◦ Kurze Strecken zu Fuß oder mit dem Fahrrad zurücklegen
- 2 ◦ Öffentliche Verkehrsmittel (Bus, Bahn) bevorzugt nutzen
- 3 ◦ Fahrgemeinschaften bilden, wenn Autofahren nötig ist
- 4 ◦ Auto sparsamer und seltener nutzen; Fahrten bündeln
- 5 ◦ Falls ein Auto nötig ist: kleineres, sparsameres Fahrzeug oder E-Auto mit Ökostrom wählen
- 6 ◦ Inlands- und Kurzstreckenflüge deutlich reduzieren oder vermeiden
- 7 ◦ Stattdessen die Bahn oder andere klimafreundliche Verkehrsmittel nutzen

3. Ernährung und Lebensmittel

- 1 ○ Fleischkonsum deutlich reduzieren, insbesondere Rindfleisch
- 2 ○ Mehr pflanzliche Lebensmittel essen (Gemüse, Obst, Hülsenfrüchte, Vollkorn)
- 3 ○ Lebensmittelverschwendung vermeiden: Reste verwerten, bewusst einkaufen
- 4 ○ Konservierungstechniken nutzen (Einfrieren, Einkochen) – wie Großeltern es beherrschen
- 5 ○ Regionale und saisonale Produkte kaufen, mit kurzen Transportwegen
- 6 ○ Auf Verpackungsmüll achten, Mehrweg und unverpackte Lebensmittel bevorzugen
- 7 ○ Bio-Produkte aus ökologischer Landwirtschaft auswählen, wenn möglich

4. Konsum, Reparatur und Umgang mit Dingen

- 1 ○ Bewusst und weniger konsumieren: nur kaufen, was wirklich gebraucht wird
- 2 ○ Langlebige, hochwertige Produkte bevorzugen statt billige Wegwerfware
- 3 ○ Gebraucht kaufen (Flohmarkt, Online-Tauschbörsen, Secondhand-Läden)
- 4 ○ Dinge mit anderen teilen statt jede Familie kauft alles einzeln
- 5 ○ Kleidung, Möbel und Elektrogeräte reparieren lassen oder selbst reparieren
- 6 ○ Auf Reparaturfähigkeit achten, bevor man Neues kauft
- 7 ○ Weniger Neukäufe durch bewusste Entscheidungen vermeiden

5. Garten, Natur und lokales Handeln

- 1 ○ Bäume pflanzen (im eigenen Garten oder in der Nachbarschaft / Gemeinde)
- 2 ○ Naturnah gärtnern: heimische Pflanzen, Verzicht auf Pestizide, kompostieren
- 3 ○ Einen Gemeinschaftsgarten anlegen oder unterstützen
- 4 ○ Gemeinsam mit Enkeln oder Nachbarn draußen aktiv sein (Müll sammeln, Natur erkunden)

5. Garten, Natur und lokales Handeln

- 5 ○ Lokale Projekte zur Begrünung und Biodiversität in der Gemeinde unterstützen
- 6 ○ In der Nachbarschaft über praktische Klimaschutz-Lösungen sprechen
- 7 ○ Lokale Initiativen für Radwege, öffentlichen Verkehr und erneuerbare Energien fördern

6. Familie und Enkelkinder

- 1 ○ Mit Enkelkindern altersgerecht über Klimawandel, Natur und Zukunft sprechen (ehrlich, ohne Panik)
- 2 ○ Gemeinsam Bäume pflanzen, im Garten arbeiten oder draußen aktiv sein
- 3 ○ Zusammen klimafreundlich kochen und regionale/saisonale Küche entdecken
- 4 ○ Nachhaltige Gewohnheiten vorleben, ohne die jüngere Generation zu belehren
- 5 ○ Traditionelles Wissen weitergeben (saisonale Ernährung, Reparatur, sparsamer Umgang mit Dingen)
- 6 ○ Klimafreundliche Geschenke machen (gemeinsame Zeit, Bücher, Ausflüge statt Konsum)
- 7 ○ Erfahrung zeigen, dass ein gutes Leben nicht von ständigem Konsum abhängen muss
- 8 ○ Enkelkinder ermutigen, eigene klimafreundliche Gewohnheiten zu entwickeln
- 9 ○ Mit der ganzen Familie über Klimaschutz sprechen und gemeinsam Ideen entwickeln

7. Politische Beteiligung und gesellschaftliches Engagement

- 1 ○ Bei Wahlen Parteien mit konsequentem Klimaschutz-Programm wählen
- 2 ○ Bürgerinitiativen, Umweltverbände und lokale Projekte unterstützen (zeitlich oder finanziell)
- 3 ○ Petitionen unterschreiben und an kommunalen Beteiligungsverfahren teilnehmen

7. Politische Beteiligung und gesellschaftliches Engagement

- 4 ○ Leserbriefe schreiben oder lokale Medien nutzen, um auf Klimaschutz-Themen aufmerksam zu machen
- 5 ○ Abgeordnete und politische Entscheidungsträger kontaktieren
- 6 ○ Sich in Klimabewegungen wie 'Grandparents for the Climate' oder ähnlichen Gruppen engagieren
- 7 ○ An Klimamärschen, Infoabenden und lokalen Arbeitsgruppen teilnehmen
- 8 ○ Geld nachhaltig anlegen (grüne Geldanlagen, ethische Banken) und klimafreundliche Unternehmen unterstützen
- 9 ○ Bei Vererbung oder Schenkung nachhaltige Ziele und Projekte berücksichtigen

Anzahl der angekreuzten Punkte (von 59 insgesamt): _____

Je höher die Gesamtzahl, desto besser! Allerdings berücksichtigt die Gesamtzahl nicht die unterschiedliche Wertigkeit: Erneuerbare Energien nutzen hat zum Beispiel einen höheren Wert, als einen Baum pflanzen. - Die Liste schärft zumindest das ökologische Bewusstsein.

Die Liste wurde im Juli 2026 mithilfe von KI erstellt und basiert auf den Antworten von ChatGPT und Perplexity zur Frage: *"Inwiefern können Omas und Opas etwas gegen den Klimawandel tun?"*