



KIDS

# Neue Wege zum Klimaschutz

GEMEINSAM GEHT'S LOS

# WARUM VERÄNDERT SICH DAS KLIMA?

Heftige Stürme, Hitzewellen, schmelzendes Eis am Nord- und Südpol – die Klimakrise ist auf der ganzen Welt zu spüren. Aber warum verändert sich das Klima auf unserem Planeten eigentlich? Und was können wir dagegen tun? Wichtig ist:

So dramatisch die Folgen des Klimawandels sein können, gemeinsam können wir sie abschwächen. Dazu müssen wir aber erst einmal checken, was gerade schief läuft.

## Ursache Klimagase

Schuld an der Klimakrise sind die sogenannten Klimagase. Davon produzieren wir viel zu viele. Es begann mit der Industrialisierung. Maschinen machten vieles leichter. Für die Umwelt bedeutete das aber vor allem eins: dicke Luft. Denn die Energie, die wir damals und heute für Fabriken, Strom, Autos und Flugzeuge brauchen, liefern Kohle, Öl und Gas. Weil wir diese fossilen Brennstoffe verbrennen, jagen wir jede Menge Klimagase in die Luft – allen voran Kohlendioxid, kurz CO<sub>2</sub>.

Ähnlich wie bei dem Glasdach eines Treibhauses gelangt das Sonnenlicht zwar ungehindert hindurch. Die Wärme, die dann von der Erde zurückstrahlt, kann aber nicht mehr hinaus. Das Thermometer steigt. Es wird wärmer. Deshalb nennt man das Treibhauseffekt.

Zu den wichtigsten Klimagasen zählen Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>), Methan (CH<sub>4</sub>), Lachgas (N<sub>2</sub>O), Ozon, (O<sub>3</sub>) und Fluorkohlenwasserstoffe (FKWs). Methan wird vor allem in der Massentierhaltung freigesetzt, weil viele Rinder auch viel Methan rülpsen und pupsen.

## Methanausstoß pro Jahr



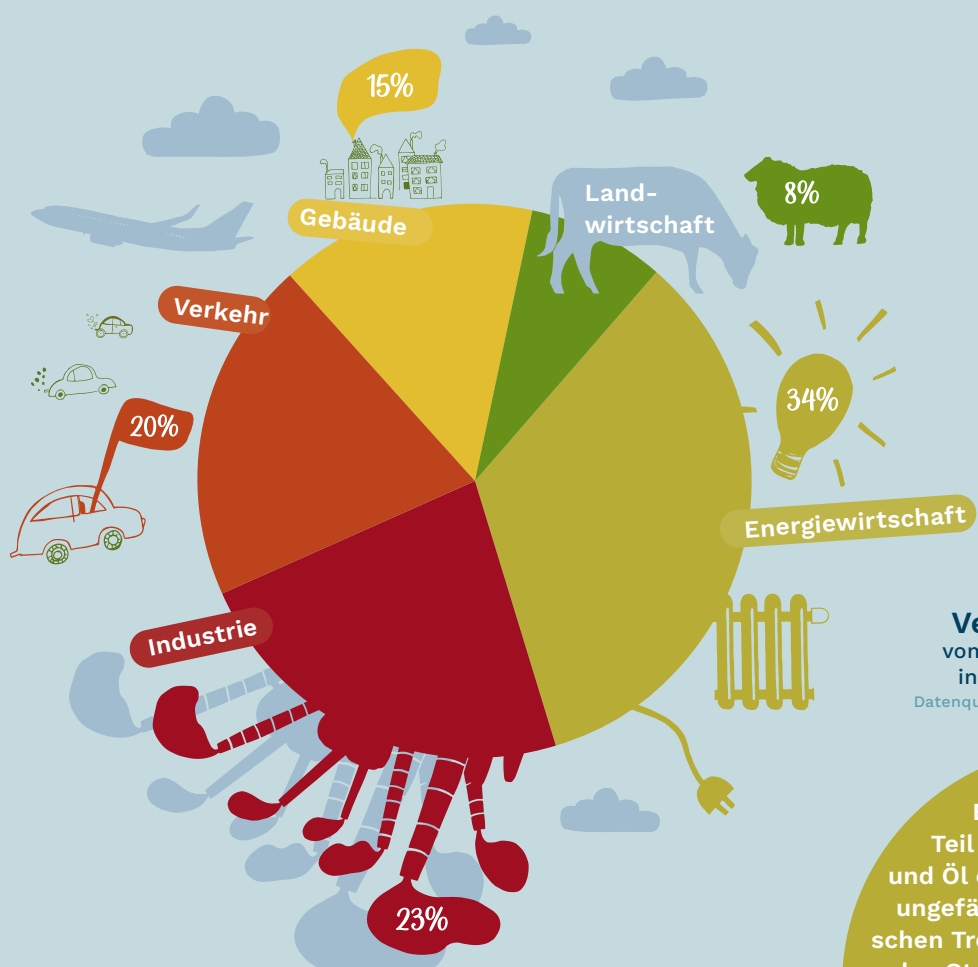
1853

Erste  
Glühbirne



1886

Erstes Auto  
läuft vom Band



Die Landwirtschaft verursacht 8 Prozent der Treibhausgase. Vor allem wegen Tierfutter. Dafür werden sogar Wälder und Moore zerstört. Außerdem kommen aus dem Tier-Mist Treibhausgase. Deshalb sollten wir möglichst weniger oder gar kein Fleisch essen und wenn, dann Bio-Produkte kaufen.

### Verursacher vom CO<sub>2</sub>-Ausstoß in Deutschland

Datenquelle: Umweltbundesamt

Unsere Energie wird zum Teil noch mit Kohle, Gas und Öl erzeugt. Das verursacht ungefähr ein Drittel der deutschen Treibhausgase. Wir müssen also Strom und Wärme sparen: Standby-Schaltungen möglichst aus, weniger im Internet streamen, wenn wir warm duschen, dann kurz und wenn wir heizen, sollten wir nur kurz lüften und dann die Fenster schließen.

In Deutschland bläst der Verkehr 20 Prozent aller Treibhausgase in die Luft. Und es sieht so aus, als ob das noch mehr wird. Deshalb ist es so wichtig, dass wir mit Bus und Bahn fahren. Richtig gut ist es, wenn wir bei kleineren Strecken mit dem Fahrrad und für noch kürzere Wege zu Fuß unterwegs sind.

### Entwicklung weltweiter CO<sub>2</sub>-Ausstoß seit der Industrialisierung

Datenquelle: Statista

# CO<sub>2</sub>



1952

Erster kommerzielle Flug (zwischen London und Johannesburg)



1979

Erste Klimakonferenz in Genf



heute

Computer und Künstliche Intelligenz (KI) optimiert viele Arbeitsprozesse

## VIELE WEGE FÜHREN ZUM KLIMASCHUTZ:

FOOD

VER-  
KEHR

E-  
NER-  
GIE

KON-  
SUM

Es gibt verschiedene Wege, die uns aus der Klimakrise führen. Wir müssen sie alle gehen. Nur kann nicht jede:r alles machen. Energie, Verkehr, Ernährung, Konsum – also: was und wie viel wir einkaufen –, wir haben alle jeden Tag damit zu tun. Deshalb können wir auch alle helfen, etwas zu verändern. Alle auf unsere Weise.

Wer zum Beispiel nicht auf ein Auto verzichten kann, geht umso zielstrebig die anderen Wege. Etwa Ökostrom aus erneuerbaren Energien nutzen oder bewusster einkaufen. Fährst du eh das ganze Jahr über Rad, ist vielleicht doch mal eine Flugreise drin. Oder wenn Fleisch dein Gemüse ist, kaufst du es am besten in Bio-Qualität. Möglichkeiten, selbst etwas für den Klimaschutz zu tun, gibt es genug.



Los gehts

# UNSER ZIEL:

# RAUS AUS

# DER KLIMAKRISE



**Klimagase sind dafür verantwortlich, dass es auf der Erde immer wärmer wird. Das wissen wir. Trotzdem produzieren wir immer noch zu viel davon. Höchste Zeit also, etwas zu verändern.**

Um den Klimawandel aufzuhalten, dürfen wir zuallererst keine Kohle, Öl und Gas mehr verbrennen. Strom und Wärme sollten in Zukunft komplett aus erneuerbaren Energien kommen. Dazu gehören vor allem Wind- und Solarenergie, aber auch Wasserkraft. Deutschland kann das schaffen.

Erste Bemühungen gibt es bereits. Immer mehr Windparks und Solarfelder versorgen uns mit Strom. Auf unseren Straßen fahren mehr E-Autos. Außerdem verstehen immer mehr Menschen, dass sie selbst etwas bewirken können: so wenig wie möglich fliegen zum Beispiel, Rad statt Auto fahren oder Bio-Produkte aus der Region kaufen.

**Greenpeace fordert, dass Deutschland bis 2040 klimaneutral sein muss:**

## Verkehrswende!

Bahn statt Autobahn ist hier angesagt. Der Verkehr muss klimaneutral werden. Das bedeutet: weniger Autos, die mit Benzin oder Diesel fahren. Vor allem brauchen wir Lösungen, die alle bezahlen können. Ein erster Schritt in die richtige Richtung ist das Deutschlandticket. Damit kannst du alle öffentlichen Verkehrsmittel zu einem relativ kleinen Preis nutzen.

## Weniger Fleisch!

Wir müssen unseren Fleischkonsum halbieren. Es gibt viele gute Gründe, weniger Fleisch zu essen: Weniger Massentierhaltung bedeutet weniger Klimagase, weil zum Beispiel weniger Kühe auch weniger Methan rülpsen und pupsen. Außerdem müssen nicht mehr so viele Wälder abgeholzt werden, um Tierfutter anzubauen.

Ich mache meine ganz persönliche Verkehrswende:  
Einfach das Fahrrad aus dem Keller holen ;-). Muskelkraft ist immer noch die klimafreundlichste Energieform. Und wo ich nicht mit dem Rad hinkomme, nehme ich eben den Bus oder die Bahn.

## Energiewende!

Strom aus erneuerbarer Energie ist das Beste. Bis 2030 sollten alle Braun- und Steinkohlekraftwerke abgeschaltet sein. 2035 folgen die Gaskraftwerke. Dafür brauchen wir mehr Solaranlagen und Windkraftwerke.

## Ökologische Landwirtschaft!

Denn eine ökologischere Landwirtschaft ist gesünder für Menschen, Tiere und Umwelt, weil etwa weniger Pflanzenschutzmittel gespritzt werden. Außerdem schützt sie Moore und Wälder, die wichtige Kohlenstoffspeicher sind.



jeder Schritt zählt



# WAS DER KLIMAWANDEL IN DEUTSCHLAND ANRICHTET



2023 – zum ersten Mal ist die Erde seit einem Jahr durchschnittlich 1,5 Grad wärmer als vor der Industrialisierung. Das ist die Grenze, die wir nicht für längere Zeit überschreiten wollten. Auch in Deutschland spüren wir die Auswirkungen bereits deutlicher, als uns lieb ist.

Die Flutkatastrophe im Ahrtal im Juli 2021 zeigt, was die Folgen des Klimawandels anrichten können. Anhaltender Dauerregen – machte aus dem kleinen Fluss Ahr einen reißenden Strom, der ganze Ortschaften unter Wasser setzte. Menschen starben. Was blieb, waren zerstörte Häuser, Schlamm und Schutt.

Woanders geschah genau das Gegenteil: Sonne, Trockenheit und viel Wind trockneten im Spätsommer 2023 in einigen Teilen Deutschlands die Böden extrem aus. Das führte zu Waldbränden und Ernteausfällen. Außerdem macht der Klimawandel immer mehr Menschen krank.



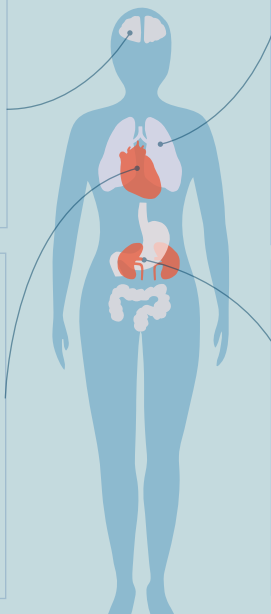
## Der Klimawandel ist schlecht für die Gesundheit

### Gehirn und Psyche

Wetterextreme bereiten vielen Menschen Sorgen. Stress, Angst und Depressionen sind immer häufiger die Folge.

### Herz und Kreislauf

Vor allem ältere Menschen und Kinder leiden unter der zunehmenden Hitze. Wetterextreme steigern außerdem das Risiko von Herzinfarkt und Schlaganfall.



### Haut und Atemwege

Schadstoffe in der Luft und Wetterextreme fördern Atemwegserkrankungen. Eingewanderte Pflanzen verursachen zunehmend Allergien.

### Magen und Darm:

In wärmeren Badeseen können sich Viren und Bakterien besser vermehren. So können wir leichter Durchfall bekommen. Wer bei der Hitze zu wenig trinkt, kann seine Nieren schädigen.

## Wetter ist nicht = Klima



Das, was jeden Tag passiert – Sonne, Regen, Wind, heiße und kalte Tage – das ist Wetter.

$$\begin{aligned}
 &+ (2 \times \text{☀}) + (3 \times \text{☁⚡}) \\
 &+ (4 \times \text{☁}) + (5 \times \text{☁☔}) \\
 &+ (1 \times \text{☁}) + (3 \times \text{☁❄}) \\
 &+ (2 \times \text{☀}) + (3 \times \text{☁⚡})
 \end{aligned}$$

= KLIMA

Erst alles zusammen über einen langen Zeitraum gerechnet ergibt das, was wir Klima nennen.

# WIR HALTEN ZUSAMMEN

So dramatisch die Folgen des Klimawandels aussehen, zusammen können wir viel Positives bewirken. Das beweisen die Erlebnisse im Ahrtal: Aus dem gesamten Bundesgebiet reisten Helfer:innen an, um die Betroffenen der Flutkatastrophe zu unterstützen. Hilfsgelder wurden für den Wiederaufbau bereitgestellt. Viele Leute haben Geld gespendet.

## Verantwortung übernehmen

Diesen Zusammenhalt sollte es weltweit geben. Denn vor allem die sogenannten Industrieländer jagen immer noch die meisten klimaschädlichen Abgase in die Luft. Dazu gehören neben vielen europäischen Ländern auch die USA, Kanada, Australien und Japan. Mehr als dreiviertel der weltweiten Treibhausgase kommen dort her.

Der Schaden, den sie damit anrichten, entsteht aber auf der ganzen Welt. Vor allem in ärmeren Regionen der Erde, wie in Asien, Südamerika und Afrika, zerstören die Folgen des Klimawandels oft die Lebensgrundlage der Menschen dort.

## Warum Deutschland Einfluss hat

Als großer Mitverursacher trägt auch Deutschland eine besondere Verantwortung. Deshalb sollte es als Vorbild vorangehen, wenn es darum geht, Klimagase zu verhindern. Außerdem müssen wir die besonders betroffenen Länder unterstützen. Zum einen, ihre Klimaschutzziele zu erreichen und zum anderen, sich an die Klimaveränderungen anzupassen.

## Am wichtigsten sind die Moore als CO<sub>2</sub> Speicher

1 Hektar sind ungefähr so groß wie 1 1/2 Fußballfelder. Diese Fläche Moor speichert 4 mal soviel CO<sub>2</sub> wie ein Hektar Wald.

## Naturschutz ist Klimaschutz

Unsere wichtigste Verbündete, um den Klimawandel aufzuhalten ist die Natur. Sie bindet schon immer die schädlichen Klimagase in ihren natürlichen Kohlenstoffspeichern, damit sie nicht in die Atmosphäre entweichen.

Wie sie das macht? Ganz einfach:

Die Pflanzen nehmen das CO<sub>2</sub> aus der Luft auf und wandeln es mithilfe der Photosynthese so um, dass der Kohlenstoff (C) als Energielieferant oder Baumaterial genutzt werden kann. Übrig bleibt der Sauerstoff (O<sub>2</sub>), der wieder in die Luft gelangt. Prima, denn den Sauerstoff braucht unser Körper, um Energie zu bekommen und gesund zu bleiben.

937,5  
Tonnen CO<sub>2</sub>

228  
Tonnen CO<sub>2</sub>



# WEGE AUS DER KLIMAKRISE

Konsum, Energie, Verkehr, Ernährung – mit unserer Lebensweise haben wir unseren Planeten an seine Grenzen gebracht. Pro Jahr verursacht jede:r von uns in Deutschland durchschnittlich 11 Tonnen klimaschädliche Treibhausgase. Eigentlich dürften es aber nicht mehr als 1 Tonne sein, am besten sogar gar keine Klimagase mehr. Wie kann das gehen?

Schnappe dir ein paar Spielsteine und einen Würfel und spiele dich mit deiner Familie oder Freund:innen durch das Klimarettungs-Spiel! Dann wirst du es erfahren ;-).

## Technik für den Klimaschutz

Wissenschaftler:innen auf der ganzen Welt arbeiten an sinnvollen Lösungen, um zum Beispiel die Luft- oder Schifffahrt klimafreundlicher zu machen. Aber auch darüber, wie man die überschüssige Energie aus Wind und Sonne effektiver speichern kann, zerbrechen sich viele Forscher:innen den Kopf. Die Digitalisierung macht zwar einiges klimafreundlicher, aber wir sollten nicht zu viel im Internet sein. Besonders viel Strom verbraucht das Streamen und Verschicken von Videos.





### Die Natur

unsere Verbündete

Egal ob Wälder, humusreiche Böden, Moore oder die Weltmeere – sie alle speichern Klimagase, halten sie fest. So gelangen sie nicht in die Atmosphäre, um dort den Treibhauseffekt zu verstärken.

### Essen



**JA** Pflanzenkraft  
3 x würfeln



**Nein** Fleisch  
1 x aussetzen

**JA** Du rettst Lebensmittel  
2 x würfeln



**JA** Du kaufst regional  
2 x würfeln



**JA** Du setzt auf Bio  
weiter zum Garten



**JA** Du gründest eine Umweltgruppe

### Pflanzenkraft

Obst und Gemüse auf dem Klima-Vormarsch

Weil wir Menschen weltweit viel zu viel Fleisch essen, leiden nicht nur die Tiere in der Massentierhaltung. Die Herstellung dieser Fleischmengen verursacht außerdem viele Treibhausgase. Logisch, dass es dem Klima helfen würde, wenn wir in Zukunft mehr auf pflanzliche Nahrung setzen würden.

### Ziel



### Gärtnern

**JA** Du säht einen kleinen Küchengarten

### Verkehr

**JA** Klimafreundliche Verkehrsmittel  
Auf zum Fahrrad

**Nein** 1 x aussetzen

**JA** Fahrrad, wenn Du kannst

**Bus und Bahn**

weniger



**JA**

Weil für Biosprit viele Felder benötigt werden

**Nein**



**JA**

Fenster auf - Heizung aus!  
2 x würfeln

Fenster auf - Heizung an  
1 x aussetzen

**Nein**

**JA** Standby aus? Rücke vor zum Fahrrad



LEDs

**JA**

### Stromverbrauch

**Nein**



1 x aussetzen

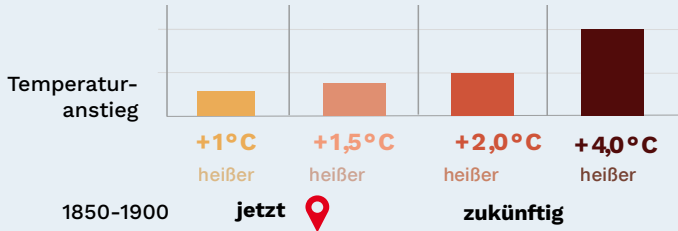
Yippiehjay – auf deinem persönlichen Weg aus der Klimakrise hast du Neues gelernt und vieles in Bewegung gesetzt. Weiter so! Herzlichen Glückwunsch an dich!



# WAS DER KLIMAWANDEL AUF DER GANZEN WELT ANRICHTET

Schlimm genug, was vor der eigenen Haustür passiert. In anderen Teilen der Welt sieht es nicht besser aus: Tropische Wirbelstürme wüteten in den vergangenen Jahren immer heftiger. Flutkatastrophen nehmen weltweit ebenso zu. Langanhaltende Hitzewellen gefährden die Gesundheit. Und Dürren führen zu Hungersnöten.

Außerdem steigt der Meeresspiegel immer weiter, weil Gletscher und das Eis am Nord- und Südpol schmelzen. Deshalb drohen Asiatische Inselstaaten wie Fidschi oder Kiribati, vom Ozean überspült zu werden. Böden und Grundwasser versalzen. Auch küstennahe Städte werden vom näher rückenden Meer bedroht.



Das Thermometer steigt. Im Jahr 2023 hat die weltweite Durchschnittstemperatur bereits die 1,5-Grad-Grenze überschritten. Wenn wir so weitermachen wie bisher, wird es auf der Erde immer wärmer. Bis zu 4 Grad mehr sagen Wissenschaftler:innen voraus.

Quelle: IPCC/ UNEP

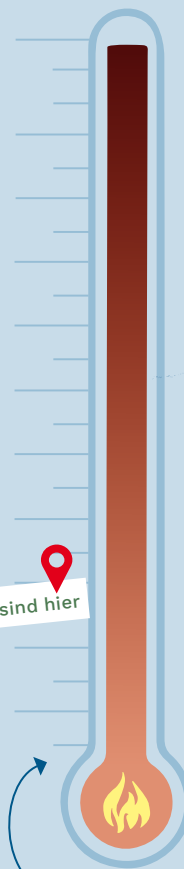
## Was ist das 1,5-Grad-Ziel?

Moment mal, 1,5 Grad? War das nicht die Grenze, die wir nicht überschreiten wollten? Das haben sich jedenfalls 2015 fast alle Länder der Welt auf der 21. Vertragsstaatenkonferenz der Klimarahmen-Konvention der Vereinten Nationen (COP21) in Paris vorgenommen. Sie wollten dafür sorgen, dass die Temperatur im Durchschnitt nicht mehrere Jahre lang 1,5 Grad wärmer ist, als zu Beginn der industriellen Zeit im Jahr 1871. Jetzt haben wir diese wichtige Grenze bereits ein Jahr lang geknackt. Im Jahr 2023 war die Temperatur im Durchschnitt über diesem Wert. Damit es nicht noch wärmer wird, müssen wir ab 2050, weltweit unseren Ausstoß von Klimagasen auf 0 fahren.

**Aluu, ich bin Anouk** und wohne auf Grönland. Gestern sind wieder hungrige Eisbären durch unsere Siedlung gezogen. Denn ihr Lebensraum schmilzt ihnen unter den Tatzen weg. Immer häufiger müssen sie im Sommer an Land ausharren. Dabei können sie nur auf dem Eis nach Robben jagen. Ihnen bleibt also nichts übrig, als sich die Essensreste aus unseren Mülltonnen zu stibitzen.



**Anouk (9), Grönland**



Wir sind hier

1871  
Beginn  
der In-  
dustrie

**Miguel (10), Amazonas**

**Ola, ich heiße Miguel.** Meine Familie stammt von den Ureinwohner:innen der Guaraní ab. In der Schule lerne ich zwar auch Mathe und Portugiesisch, aber zu Hause bringen mir meine Eltern und Großeltern vor allem alles über die Pflanzen und Tiere im Regenwald bei. Leider ist unsere Welt bedroht. Denn obwohl der Regenwald im Kampf gegen den Klimawandel so wichtig ist, wird immer mehr davon abgeholzt.



**Hallo, ich heiße Marie.**

Ich lebe auf einem Bauernhof in Brandenburg, eines der trockensten Bundesländer in Deutschland. Hier regnet es ganz wenig. Der Klimawandel macht es nicht besser: Ein Dürrejahr folgt auf das nächste. Trockenheit, Starkregen und Stürme machen es der Natur und Landwirtschaft schwer. Ein echtes Problem für die Ernte, aber auch für den Wald, der blitzschnell zu brennen anfangen kann.



**Marie (10),  
Deutschland**

**Privét, ich bin Swetlana.**

Ich wohne in Jakutien. Das liegt im Nordosten von Russland. Eigentlich ist es hier so kalt, dass der Boden das ganze Jahr über gefroren ist. Deshalb heißt er Permafrostboden. Doch aufgrund des Klimawandels taut er immer mehr auf. Das setzt nicht nur unheimlich viele Klimagase frei, die sonst im Boden „eingefroren“ waren. Auch viele Häuser in unserem Dorf sacken im weichen Boden immer mehr ab.



**Swetlana (9),  
Russland**



**Team**

**Ko na mauri, ich heiße Jenny**

und wohne im Pazifikstaat Kiribati. Hier sind die Folgen des Klimawandels besonders dramatisch. Der steigende Meeresspiegel nimmt uns immer mehr Platz zum Leben. Deshalb schützt jetzt nur eine Mauer unsere Schule vor dem näher kommenden Ozean. Außerdem versalzt das Meer unsere Felder und das Grundwasser, das wir doch zum Leben brauchen.



**Jenny (11),  
Kiribati**

**Mohamad (9),  
Afghanistan**

**Salam, ich heiße Mohamed.**

Eigentlich komme ich aus dem Norden Afghanistans. Doch weil die Wasserquelle in der Nähe unseres Dorfes ausgetrocknet ist, hat sich meine Familie entschlossen, wegzugehen. Denn ohne Wasser zum Trinken, Kochen und Baden können wir dort nicht leben. Wir mussten vor den Folgen des Klimawandels flüchten.



Der Amalia Gletscher ist in Patagonien, in Chile. Er wird kleiner, weil das Eis schmilzt, da es wegen der Klimaveränderung wärmer wird.

## Was sind Klima-Kippunkte?

Schiebt man ein Glas über eine Tischkante, steht es, bis ein bestimmter Punkt überschritten ist. Dann kippt das Glas und fällt zu Boden. Solche Kippunkte beschreiben Wissenschaftler:innen auch für einzelne Bereiche unseres Klimasystems, zum Beispiel die Meeresströmung im Atlantik oder das Eis in Grönland. Wenn hier ein kritischer Grenzwert überschritten wird, rechnen sie mit starken, zum Teil unaufhaltsamen Folgen, die nicht wieder rückgängig gemacht werden können.

# KLIMAANGST

## – GIBT ES DAS?



Krise

Die Katastrophen rücken immer näher. Politik und Wirtschaft unternehmen aber viel zu langsam etwas dagegen. Das macht besonders junge Menschen traurig und wütend.

Viele fühlen sich hilflos. Hinzu kommen Schuldgefühle und Scham, weil sie selbst nicht immer klimafreundlich handeln. Diese Gefühlslage wird in einem Begriff zusammengefasst: Klimaangst.

Das beste Mittel dagegen ist, über seine Gedanken zu sprechen und aktiv etwas zu unternehmen. Wer sich für den Klimaschutz engagiert, gibt seinen Gefühlen einen Ausweg. Und der Austausch mit Gleichgesinnten zeigt: Du bist nicht allein mit deiner Angst.



(1. Hilfe Kit)

### Was direkt helfen kann:

Wenn dich mal die Klimaangst überkommt, gibt es nur eins: Nimm deine Sorgen ernst. Auf keinen Fall solltest du deine Bedenken einfach zur Seite schieben und so tun, als wäre nichts.

Sprich lieber mit jemanden darüber. Egal ob Freund:innen, Eltern oder andere Vertraute, du wirst sehen, dass der Austausch den Druck von deiner Seele nehmen kann.

Die Psychologists for Future bieten kostenlos professionelle Beratung für Aktive aus der Klimabewegung an. Wende dich dazu an [beratung@psychologistsforfuture.org](mailto:beratung@psychologistsforfuture.org)

Manchmal ist es leichter, zu schreiben: [Krisenchat.de](https://www.krisenchat.de) hat ein wertvolles Angebot für unter 25 Jährige und für alle Altersgruppen gibt es das Angebot von [Telefonseelsorge.de](https://www.telefonseelsorge.de)

# SORGE GUT FÜR DICH

Bewältigung

## Was langfristig helfen kann:

Eigentlich ist Angst ein sinnvolles Erbe unserer Ur-Vorfahren, das seit Jahrtausenden unser Überleben sichert. Der Körper setzt sie automatisch ein, um uns aus gefährlichen Situationen zu retten: Herzschlag und Atmung werden schneller, die Sinne geschärft, Kräfte aktiviert.

### Werde aktiv

Angst warnt nicht nur vor Gefahren, sie motiviert uns außerdem zum Handeln. Das gilt auch für die Klimakrise. Es gibt genug Dinge, die du tun kannst. Der Vorteil: Aktiv zu sein, hilft dem Klima und gibt dir ein besseres Gefühl. Und schon gibt es weniger Grund, sich zu fürchten.

### Eile mit Weile

Verlange nicht zu viel von dir. Für Veränderungen brauchen wir Zeit und Geduld. Schule, Hobbys, Klimagruppe – das kann schnell in Stress ausarten. Und Stress kann dich überlasten und aus Klimaangst einen Klimaburnout machen. Damit ist weder dir noch dem Klima geholfen.

### Fang klein an

Kauf saisonal und regional ein, fahr Fahrrad oder unterstütze eine Umweltinitiative in der Nachbarschaft. Du wirst schnell merken, dass du in deiner unmittelbaren Umgebung etwas beeinflussen kannst. Das macht Lust auf mehr.

### Gemeinsam handeln

Schließ dich mit anderen zusammen. Gemeinsam könnt ihr nicht nur mehr erreichen. Es macht auch mehr Spaß.

### Gönn dir 'ne Pause.

Regelmäßige Auszeiten sind wichtig für dich. Du musst nicht alles lesen, und schon gar nicht alles wissen. Information ist gut, aber immer schlechte Nachrichten können dich auf Dauer frustrieren.

### Zu guter Letzt

Kurz: Tu, was dir Kraft gibt, und verzichte auf das, was dich runterzieht.

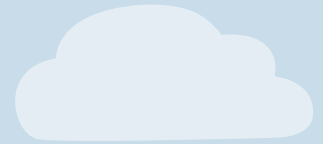


# HÖCHSTE ZEIT, ETWAS ZU TUN

Wir leben in dieser Welt. Wir können sie auch mitgestalten. Zum einen mit unserem Engagement und zum anderen, indem wir selbst unser Verhalten anpassen.

Egal ob auf Demos, in der Schule oder zuhause, je mehr Menschen sich für mehr Klimaschutz und Klimagerechtigkeit einsetzen, desto besser. Die Fridays for Future-Bewegung hat mit ihren Freitags-Demos gezeigt, wie viele wir sind.

Mindestens genauso wichtig ist das Gespräch, damit noch mehr Menschen das Klima schützen. Sprich mit deinen Eltern und Geschwistern, Tanten, Onkels und Freund:innen. Rede auch mit Leuten, die nicht deiner Meinung sind darüber, was dem Planeten droht, wenn wir nicht schnellstens handeln. Und zeige ihnen, was wir sofort tun können, um das Klima zu schützen.



2.

## Fahrrad fahren:

Das Elterntaxi ist eine bequeme Sache, besonders bei schlechtem Wetter. Wenn du aber weniger Klimagase in die Luft jagen willst, hole lieber dein Fahrrad aus der Garage, um zum Training, in die Stadt oder zu Freund:innen zu fahren.



1.

## Nachhaltig shoppen:

Cooler Schuhe, trendiger Pulli, neues Handy – die meisten lieben neue Sachen.

Doch alles, was wir kaufen, schadet dem Klima.

Gut, dass es immer mehr Second-Hand-Läden gibt, wo wir gebrauchte Sachen kaufen können. Eine noch günstigere Variante: Klamottentausch mit Freund:innen. Auch muss es nicht immer das neueste elektronische Gerät sein. Reparieren statt neu kaufen hilft der Umwelt.



Ökologischer  
Handabdruck

vergrößern

Welchen Einfluss hat dein Handeln auf deine persönliche Klimabilanz? Das beschreibt der ökologische Handabdruck. Dabei geht es nicht nur um das Zählen von Klimagasen, sondern darum, was du aktiv für den Klimaschutz tust. Egal ob du andere Menschen darüber aufklärst oder auf einer Kundgebung für mehr Klimaschutz demonstrierst. Alles was dem Klima hilft, macht deinen ökologischen Handabdruck größer.

tut euch zusammen!



3.

### Weniger Fleisch und regional essen:

Die Massentierhaltung ist nicht nur für Schweine, Kühe und Hühner schlimm. Sie ist auch eine Katastrophe für das Klima. Um das Futter für die vielen Tiere anzubauen, werden wertvolle Wälder abgeholzt. Zusätzlich pupsen und rülpsen Kühe massenweise Methan, ein starkes Klimagas. Außerdem ist Obst und Gemüse eh viel gesünder als jeden Tag Fleisch zu essen. Aber Achtung: Auch hier lohnt es sich fürs Klima, zu saisonalen und regionalen Produkten zu greifen.



**Mach mit!**  
So kannst du dich aktiv für den Klimaschutz einsetzen:

4.

### Weniger fliegen:

Flugzeuge werden mit dem klimaschädlichen Treibstoff Kerosin betrieben. Überlege doch mal, wie du sonst verreisen könntest. Viele spannende Urlaubsziele sind auch gut mit dem Zug erreichbar.



5.

### Energie sparen:

Licht aus, wenn du es nicht brauchst. LED-Leuchten sind sparsamer. Heizung runter, Stecker raus – so einfach ist es, zuhause Energie zu sparen.



6.

### Dein kleiner Küchengarten

Kresse, Salat, Tomaten, Sellerie – viele Kräuter und verschiedene Gemüsesorten kannst du ohne Probleme auf der eigenen Küchenfensterbank ernten. Alles, was sie brauchen, sind Licht, Wärme und Wasser. Staudensellerie kannst du zum Beispiel ganz einfach nachziehen, indem du die Knolle zu 2/3 in Wasser stellst. Nach 5-7 Tagen wirst du die ersten Sprösslinge entdecken.



7.

### Digitale Verantwortung:

Die digitale Welt nimmt einen immer größeren Teil unseres Lebens ein. Zum Glück kannst du auch hier etwas für den Klimaschutz tun. Zum Beispiel unterstützt der Internet-Browser Ecosia mit seinem gesamten Gewinn die Pflanzung von Bäumen.



Online Recherche



jeder Schritt zählt

Ökologischer Fußabdruck

verkleinern

Wie viele Tonnen CO<sub>2</sub> du pro Jahr verursachst, kannst du leicht mit einem CO<sub>2</sub>-Rechner im Internet herausfinden. Was heraus kommt, nennt man den ökologische Fußabdruck. Er soll dir zeigen, wie klimafreundlich dein Lebensstil ist.

Aber hilft dir das weiter? Schließlich gibt es Vieles, was du nicht verändern kannst. Trotzdem hilft das Ergebnis einigen. Denn sie fangen an, Energie zu sparen, weniger mit dem Flugzeug zu reisen oder weniger Fleisch zu essen.



## MACH MIT!

Um eine weitere Erhitzung der Erde aufzuhalten, braucht es schnelles und entschlossenes Handeln. Deshalb müssen die Regierungen der Welt der Klimakrise endlich mit der notwendigen Dringlichkeit begegnen.

Greenpeace fordert von der Bundesregierung wirkungsvolle Maßnahmen zum Schutz der Umwelt, einen beschleunigten Ausstieg aus Öl- und Gas, sowie die Einhaltung der Regierungsziele beim Klimaschutz. Das Ziel für Deutschland: Bis spätestens 2040 soll Deutschland klimaneutral sein.

### Das bedeutet, bis ...



### Greenpeace für Kids:

Weitere Infos über den Umweltschutz zu Themen wie beispielsweise Meere, Wälder, Konsum und vieles mehr findest du im Internet auf unserer Homepage: [greenpeace.de/engagieren/kids](https://greenpeace.de/engagieren/kids)

Du bist 13 Jahre alt oder älter und hast Lust, selbst bei Greenpeace mitzumachen? Dann ist es am einfachsten, die Jugendaktionsgruppe, kurz: JAG, in Deiner Nähe zu kontaktieren.

Hier findest Du eine Übersicht aller Greenpeace-Ortsgruppen in Deutschland:



Aber auch wenn es keine JAG in Deiner Nähe gibt, kannst du bei Greenpeace-mitmachen.



Entweder du vernetzt dich online deutschlandweit mit jugendlichen Aktivist:innen oder du gründest eine eigene JAG. Wir helfen dir dabei.

Noch Fragen? Schreib uns gern eine Mail an [jugend@greenpeace.de](mailto:jugend@greenpeace.de)



Greenpeace ist international, überparteilich und völlig unabhängig von Politik und Wirtschaft. Mit gewaltfreien Aktionen kämpft Greenpeace für den Schutz der Lebensgrundlagen. Mehr als 620.000 Fördermitglieder in Deutschland spenden an Greenpeace und gewährleisten damit unsere tägliche Arbeit zum Schutz der Umwelt, der Völkerverständigung und des Friedens.

### Impressum

Greenpeace e.V., Hongkongstr. 10, 20457 Hamburg, Tel. 040/30618-0, mail@greenpeace.de, www.greenpeace.de **V.i.S.d.P.:** Claudia Smital, **Text:** Katja Tholen-Ihnen, Claudia Smital, **Gestaltung:** Isabel Werner **Fotos:** Titel: Paul Langrock; Seite 5: Chris Grodotzki; Seite 6: Lucas Wahl; Seite 7: Bernd Lauter; Seite 16: Sina Niemeyer. alle © Greenpeace. Illustrationen: Isabel Werner. **Druck:** Reset St. Pauli Druckerei GmbH, Virchowstr. 8, 22767 Hamburg; **Auflage:** 5000 Exemplare