

## TEST: Wie groß ist Ihr ökologischer Fußabdruck? 1. TEIL: WOHNEN

### In welcher Art von Wohnung leben Sie?

- in einem freistehenden Haus 40
- in einem Reihen- oder Mehrfamilienhaus 20
- in einem Wohnblock mit mehr als 4 Wohnungen 10

### Welche Heizenergie beziehen Sie im Haushalt?

- Strom 30
- Öl 20
- Gas oder Fernwärme 15
- Holz/Biomasse 5

### Wie viele Stunden täglich benutzen Sie Unterhaltungs-, Kommunikations- und Informationsmedien (z. B. Fernseher, Computer, Musikanlage)?

- insgesamt 18-24 Stunden am Tag 70
- insgesamt 12-18 Stunden am Tag 55
- insgesamt 6-12 Stunden am Tag 40
- insgesamt 1-3 Stunden am Tag 10
- gar nicht 0

### Trennen Sie im Haushalt den Abfall?

- ja, jeden (Plastik- & Metallverpackungen, Papier, Bio, Glas, ASZ) 0
- nur gewisse Abfälle werden vom Rest getrennt 20
- nur ein Abfall wird vom Restmüll getrennt 30
- nein, gar nicht 40

### Kreuzen Sie an, welche Dinge Sie zur Abfallvermeidung tun? (Mehrfachnennungen möglich)

- Ich nehme zum Einkaufen einen Korb bzw. eine Stofftasche und kaufe kein Plastiksackerl. -2
- Ich bzw. meine Kinder verwenden eine Jausenbox und eine Trinkflasche, um Verpackung zu sparen. -2
- Ich lasse Produkte reparieren oder versuche sie für andere Zwecke weiter zu verwenden. -2
- Wenn ich die Wahl habe, entscheide ich mich beim Einkauf für wenig verpackte Produkte. -2
- Ich gehe sparsam mit Papier um, indem ich beide Seite beschreibe/bedrucke. -5

### Benutzen Sie Energiesparlampen und machen Sie das Licht aus, wenn Sie das Zimmer verlassen?

- ich mache beides -10
- ich mache eines von beiden 10
- nein, davon mache ich nichts 20

### Wie oft läuft in Ihrem Haushalt die Waschmaschine?

- täglich 30
- mehrmals die Woche 25
- einmal in der Woche 20
- 1-3 mal im Monat 15
- seltener 5

### Beziehen Sie Ökostrom oder betreiben Sie eine eigene Photovoltaik-Anlage?

- Ja -10
- Nein 15

### Wie groß ist die von Ihnen beanspruchte Wohnfläche? (Gesamtgröße durch Anzahl der Personen im Haushalt)

- 1- 20 Quadratmeter 10
- 20-40 Quadratmeter 20
- 40-60 Quadratmeter 30
- über 60 Quadratmeter 40

### Was machen Sie mit Elektrogeräten nach ihrem Gebrauch? (Computer, Fernseher)

- ich schalte das Gerät ab 0
- ich schalte es auf „Stand-by“ 20
- ich lasse es laufen, denn ich könnte es bald wieder brauchen 35

### Wie warm ist es in Ihrer Wohnung bzw. in Ihrem Haus im Winter?

- unter 18° C 0
- 18°-20° C 15
- 20°-22° C 30
- über 22° C 40

### Wie lange stehen Sie pro Woche unter der Dusche (1Mal baden entspricht 30min. duschen)?

- über 2 Stunden 30
- 1 - 2 Stunden 25
- 30 min - 1 Stunde 20
- unter 30 min 15

ZWISCHENERGEBNIS:

PUNKTZAHL \_\_\_\_\_



## 2.TEIL: ERNÄHRUNG

### Wie oft essen Sie Fleisch und Wurstprodukte?

- |  |    |
|--|----|
| <input type="checkbox"/> mehrmals am Tag   | 10 |
| <input type="checkbox"/> 1mal am Tag       | 9  |
| <input type="checkbox"/> jeden zweiten Tag | 7  |
| <input type="checkbox"/> 1-3 mal pro Woche | 4  |
| <input type="checkbox"/> seltener          | 2  |
| <input type="checkbox"/> nie               | 0  |

### Kaufen Sie Lebensmittel aus biologischen Anbau?

- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> Ausschließlich | -5 |
| <input type="checkbox"/> zu 3/4         | 2  |
| <input type="checkbox"/> zur Hälfte     | 4  |
| <input type="checkbox"/> zu 1/4         | 7  |
| <input type="checkbox"/> gar nicht      | 10 |

### Welche der folgenden Getränke trinken Sie am häufigsten?

- |  |    |
|--|----|
| <input type="checkbox"/> Leitungswasser                        | 1  |
| <input type="checkbox"/> Mineralwasser                         | 2  |
| <input type="checkbox"/> Saft aus der Region (z. B. Apfelsaft) | 3  |
| <input type="checkbox"/> Exotischen Saft (z. B. Orangensaft)   | 8  |
| <input type="checkbox"/> Tee                                   | 8  |
| <input type="checkbox"/> Kaffee                                | 8  |
| <input type="checkbox"/> Soft Drinks (Cola, Fanta usw.)        | 12 |

### Kaufen Sie Lebensmittel frisch oder tiefgefroren bzw. in Dosen?

- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> ich kaufe nur frisch                   | 0  |
| <input type="checkbox"/> ich kaufe mehr frisch als tiefgefroren | 5  |
| <input type="checkbox"/> ich kaufe beides in gleichen Teilen    | 10 |
| <input type="checkbox"/> ich kaufe mehr tiefgefroren als frisch | 15 |

### Woher kommen die Lebensmittel, die Sie kaufen, überwiegend?

- |  |    |
|--|----|
| <input type="checkbox"/> aus meiner Region (Umkreis von 200 km)    | 0  |
| <input type="checkbox"/> aus mittlerer Entfernung (Umkreis 800 km) | 5  |
| <input type="checkbox"/> aus Europa                                | 10 |
| <input type="checkbox"/> von anderen Kontinenten                   | 15 |

### Wie oft essen Sie Fisch?

- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> mehrmals am Tag      | 10 |
| <input type="checkbox"/> 1 mal am Tag         | 8  |
| <input type="checkbox"/> jeden zweiten Tag    | 7  |
| <input type="checkbox"/> 1-3 mal in der Woche | 6  |
| <input type="checkbox"/> seltener             | 4  |
| <input type="checkbox"/> nie                  | 0  |

### Wo essen Sie am häufigsten?

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ich koche überwiegend zu Hause oder esse bei Freunden.           | 2 |
| <input type="checkbox"/> Ich esse überwiegend im Restaurant/in der Kantine.               | 4 |
| <input type="checkbox"/> Ich esse überwiegend im Fast-Food-Restaurant / beim Imbissstand. | 8 |

### In welcher Form kaufen Sie überwiegend Getränke?

- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> in Dosen           | 10 |
| <input type="checkbox"/> im Tetrapack       | 6  |
| <input type="checkbox"/> in Einwegflaschen  | 4  |
| <input type="checkbox"/> in Mehrwegflaschen | 2  |

### Wie oft essen Sie tierische Produkte (Milch, Eier, Käse, Butter usw.)?

- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> mehrmals am Tag      | 10 |
| <input type="checkbox"/> 1 mal am Tag         | 8  |
| <input type="checkbox"/> jeden zweiten Tag    | 6  |
| <input type="checkbox"/> 1-3 mal in der Woche | 5  |
| <input type="checkbox"/> seltener             | 3  |
| <input type="checkbox"/> nie                  | 0  |

**ZWISCHENERGEBNIS:**

PUNKTZAHL \_\_\_\_\_



### 3. TEIL: LEBENSSTIL

#### Wie oft kaufen Sie durchschnittlich ein neues Kleidungsstück?

- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> 1 mal die Woche oder öfter | 40 |
| <input type="checkbox"/> 1-3 mal pro Monat          | 30 |
| <input type="checkbox"/> alle 1-3 Monate            | 10 |
| <input type="checkbox"/> seltener                   | 0  |

#### Von den gekauften Kleidungsstücken sind

- |   |     |
|---|-----|
| <input type="checkbox"/> 3/4 oder mehr  | -25 |
| <input type="checkbox"/> ca. die Hälfte | -10 |
| <input type="checkbox"/> ca. 1/4        | -5  |
| <input type="checkbox"/> gar keine      | 10  |

#### Second-Hand Artikel.

#### Wie viel Geld geben Sie für Konsumgüter aus (alles außer Wohnen, Essen, Kleidung)?

- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> über 200 Euro im Monat | 60 |
| <input type="checkbox"/> 100-200 Euro im Monat  | 50 |
| <input type="checkbox"/> 50-100 Euro im Monat   | 30 |
| <input type="checkbox"/> 25- 50 Euro im Monat   | 15 |
| <input type="checkbox"/> unter 25 Euro im Monat | 0  |

#### Wie stark benutzen Sie Kosmetikartikel?

- |  |    |
|--|----|
| <input type="checkbox"/> Ich benutze jeden Tag Schminksachen, Parfum, Haarspray bzw. -gel.           | 25 |
| <input type="checkbox"/> Außer Deo und Duschgel bzw. Shampoo benutze ich selten zusätzliche Artikel. | 10 |
| <input type="checkbox"/> Ich brauche nichts außer Wasser und Seife.                                  | 0  |

#### Wie viel Zeit verbringen Sie pro Woche in öffentlichen Verkehrsmitteln (Bus, Zug, Straßenbahn etc.) ?

- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> über 15 Stunden                          | 30 |
| <input type="checkbox"/> 10 - 15 Stunden                          | 25 |
| <input type="checkbox"/> 7 - 10 Stunden                           | 20 |
| <input type="checkbox"/> 4 - 7 Stunden                            | 15 |
| <input type="checkbox"/> 1 - 3 Stunden                            | 10 |
| <input type="checkbox"/> unter 1 Stunde                           | 5  |
| <input type="checkbox"/> Ich benutze nie öffentl. Verkehrsmittel. | 0  |

#### Welche Art von Papier benutzen Sie überwiegend?

- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> weißes Papier / ich achte nicht darauf | 20 |
| <input type="checkbox"/> Umweltschutzpapier/Recyclingpapier     | 0  |

#### Wie viele Personen sitzen meistens im Auto, wenn Sie (mit-)fahren?

- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> Ich fahre alleine.                   | 30 |
| <input type="checkbox"/> Ich fahre mit einer Person zusammen. | 15 |
| <input type="checkbox"/> Es fahren mehrere Personen mit.      | 5  |

#### Wie viele Kilometer fahren Sie in der Woche durchschnittlich mit dem Auto (mitfahren zählt auch, aber Reisen mit mehr als 3 Übernachtungen sind ausgenommen)?

- |  |    |
|--|----|
| <input type="checkbox"/> über 500 km                 | 60 |
| <input type="checkbox"/> 250 -500 km                 | 55 |
| <input type="checkbox"/> 100 -250 km                 | 50 |
| <input type="checkbox"/> 50 -100 km                  | 45 |
| <input type="checkbox"/> 25 - 50 km                  | 40 |
| <input type="checkbox"/> 10 - 25 km                  | 30 |
| <input type="checkbox"/> unter 10 km                 | 15 |
| <input type="checkbox"/> Ich fahre nie mit dem Auto. | 0  |

#### Wie viele Kilometer fahren Sie pro Woche mit dem Motorrad/Moped?

- |  |    |
|--|----|
| <input type="checkbox"/> über 100 km                           | 40 |
| <input type="checkbox"/> 50 - 100 km                           | 35 |
| <input type="checkbox"/> 25 - 50 km                            | 30 |
| <input type="checkbox"/> 10 - 25 km                            | 15 |
| <input type="checkbox"/> unter 10 km                           | 10 |
| <input type="checkbox"/> Ich fahre nie mit dem Motorrad/Moped. | 0  |

#### Wie viele Stunden sind Sie in den letzten 3 Jahren geflogen?

- |  |    |
|--|----|
| <input type="checkbox"/> über 50 Stunden             | 80 |
| <input type="checkbox"/> 20 - 50 Stunden             | 70 |
| <input type="checkbox"/> 10 - 20 Stunden             | 60 |
| <input type="checkbox"/> 5 - 10 Stunden              | 50 |
| <input type="checkbox"/> 3 - 5 Stunden               | 40 |
| <input type="checkbox"/> 1 - 3 Stunden               | 30 |
| <input type="checkbox"/> Ich bin gar nicht geflogen. | 0  |

#### Wie oft pro Jahr unternehmen Sie eine Reise mit über 3 Übernachtungen?

- |  |    |
|--|----|
| <input type="checkbox"/> über 10 mal         | 40 |
| <input type="checkbox"/> 5 -10 mal           | 30 |
| <input type="checkbox"/> 3 - 5 mal           | 20 |
| <input type="checkbox"/> 1 - 3 mal           | 10 |
| <input type="checkbox"/> Ich verreise nicht. | 0  |

#### Wo übernachten Sie bei diesen Reisen überwiegend?

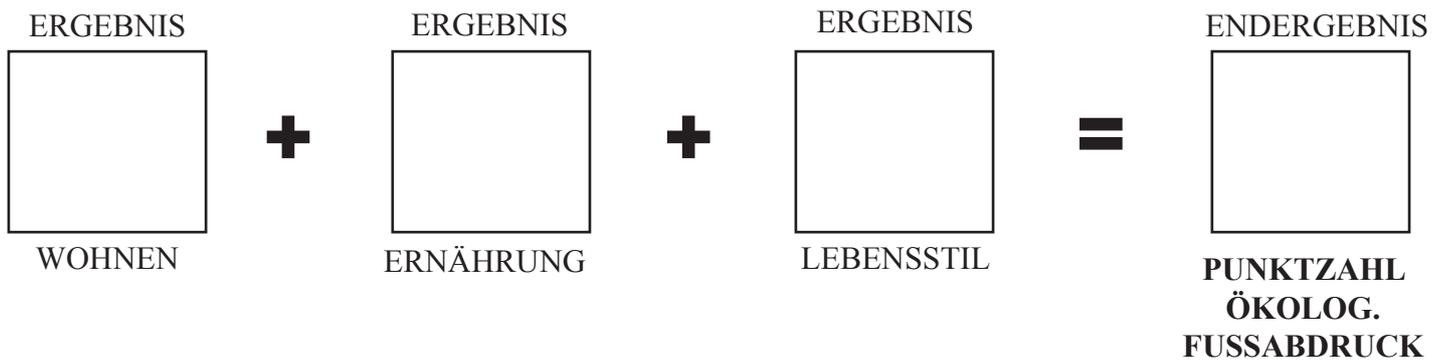
- |   |    |
|---|----|
| <input type="checkbox"/> im Hotel                               | 30 |
| <input type="checkbox"/> in einer Pension, am Campingplatz etc. | 15 |
| <input type="checkbox"/> bei Freunden/Verwandten                | 0  |

#### ZWISCHENERGEBNIS:

PUNKTZAHL \_\_\_\_\_



# AUSWERTUNG



**0 - 200 Punkte:**



**WENIGER ALS EINE ERDE!**

Herzlichen Glückwunsch! Ihr Lebensstil ist nachhaltig. Hätten alle Bewohner der Erde denselben ökologischen Fußabdruck wie Sie, würde unser Planet genügen, um den Ressourcen- und Energieverbrauch der heutigen Weltbevölkerung zu decken.

**200-400 Punkte:**



**1 - 2 ERDEN!**

Nicht schlecht! Sie liegen unter dem österreichischen Durchschnitt von 4,9 Hektar. Aber zur Deckung Ihres Lebensstils benötigen Sie immer noch mehr Ressourcen als die Erde für alle Menschen zur Verfügung stellen kann, d.h. mehr als 1,8 ha.

**400-600 Punkte:**



**2 - 3 ERDEN!**

Wenn alle so leben würden wie Sie, bräuchten wir bereits mehr als 2 mal die Fläche unserer Erde. Sie liegen damit im Bereich des österreichischen Durchschnitts, aber weit entfernt von einem nachhaltigen Lebensstil.

**mehr als 600 Punkte: MEHR ALS 4 ERDEN!**



Hätten alle Erdenbewohner denselben Lebensstil wie Sie, wäre die Erde vermutlich schon kollabiert. Nur weil es „Entwicklungsländer“ gibt, die im Moment noch nicht so viele Ressourcen verbrauchen und Menschen, die bewusst auf Ressourcen- und Energieverbrauch achten, haben Sie Glück, auf dieser Erde scheinbar im Überfluss leben zu können.

## WAS IST DER ÖKOLOGISCHE FUSSABDRUCK?

**Der ökologische Fußabdruck gibt an, wie groß Ihr persönlicher Ressourcen- und Energieverbrauch ist. Dieser Verbrauch wird in Landfläche umgerechnet.** Schließlich wird für die Gewinnung, Verarbeitung und Entsorgung aller Ressourcen Land benötigt. Außerdem wird bei Transport und Personenverkehr sowie für Strom und Heizung Kohlendioxid ausgestossen, für das man je nach Energieträger eine bestimmte Fläche an Wald pflanzen müsste, damit das klimaschädliche Treibhausgas absorbiert werden kann. Zählt man alle Acker-, Weide-, Siedlungs-, Wald- und Meeresflächen zusammen, die Sie durch Ihr Verhalten beim Wohnen, mit Ihrer Ernährung und Ihrem Lebensstil im Jahr in Anspruch nehmen, erhält man Ihren ökologischen Fußabdruck. **Im österreichischen Durchschnitt beträgt dieser 4,9 Hektar. Bei fairer Verteilung der produktiven Flächen unserer Erde entfallen auf jeden Menschen aber nur 1,8 Hektar.** Seit Ende der 80er Jahre hat der gesamte, globale Fußabdruck die weltweite Biokapazität überschritten. Heute ist der weltweite Fußabdruck bereits um 25 % größer als die nachhaltig auf der Erde verfügbaren Ressourcen. Das heißt, die Menschheit lebt nicht mehr von den „Zinsen“ der Natur, sondern verbraucht bereits das „Kapital“ der Erde.