

Pressemitteilung zum Pilotkurs-Abschluss „Klimafreundlich Leben“  
Katholisches Bildungswerk Traunstein

## Gemeinsam über 100 t CO<sub>2</sub>-Einsparung geschafft!



Bild c/o Effner

### 100 Tonnen abgenommen

#### ***Wie ein neuer Kurs den inneren Schweinehund besiegt und damit den CO<sub>2</sub>-Verbrauch senkt***

*“Ich habe meinen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck doch tatsächlich um ganze 6 Tonnen vermindert”* schwärmt Tanja.

Sebastian hat sich gerade eine Wäschespinnmaschine angeschafft, die nun seinen Trockner ersetzt und seinen CO<sub>2</sub>-Verbrauch vermindert. Beide Veränderungen wurden verursacht durch einen neuen Kurs – Klimafreundlich Leben.

Fünf bis zehn Teilnehmer\*innen kommen dabei über ein halbes Jahr sechs Mal zusammen, um ihren eigenen CO<sub>2</sub>-Verbrauch mit Aktionen zu verkleinern. Das Konzept wurde 2020 im südöstlichen Bayern in drei Gruppen vom Katholischen Kreisbildungswerk Traunstein e.V. getestet. Die insgesamt 29 Teilnehmer\*innen konnten gemeinsam ihren CO<sub>2</sub>-Verbrauch um 114 Tonnen senken. Im Schnitt wurde der Ausstoß jedes Teilnehmenden durch Vermeidung oder Kompensation um 3,9 Tonnen CO<sub>2</sub> leichter. Dies ist mehr als ein Drittel des Jahresverbrauchs eines Deutschen, der vom Umweltbundesamt mit 11 Tonnen angegeben wird. Jetzt startet der Kurs in großen Teilen Deutschlands und in Österreich mit insgesamt 14 Kursleiter\*innen an mehreren Standorten und online.

Das Konzept zielt auf die effektivsten Änderungen im Lebensstil der Teilnehmenden. In den drei Testgruppen gab es viele Verhaltensänderungen. Manche Teilnehmenden ernähren sich nun vegetarisch, ein energieintensiver Kühlschrank wurde durch einen energieeffizienten und der Stromanbieter durch einen Ökostromanbieter ersetzt, eine Fahrgemeinschaft neu gegründet, Pläne für einen Heizungstausch und eine Photovoltaikanlage gemacht oder auch regelmäßige Wegstrecken mit dem Fahrrad statt dem Auto gefahren. Der Kurs lief dabei folgendermaßen ab: Beim ersten Treffen bereiteten sich die Teilnehmenden auf den CO<sub>2</sub>-Verbrauchs-Rechner des Umweltbundesamtes vor und die Gruppe lernte sich untereinander kennen. Bis zum nächsten monatlichen Treffen hat jeder Teilnehmende über den Rechner des Umweltbundesamtes bereits einen Einblick in die gewichtigsten Anteile seines CO<sub>2</sub>-Verbrauchs. Die weiteren Treffen finden jeweils zu einem Schwerpunktthema wie Mobilität, Ernährung, Gebäude & Energie und Konsum statt. Der Kern des Kurses besteht darin, dass sich die Teilnehmenden jeweils eigene Ziele bis zum nächsten Treffen setzen. Mit dieser Vorgehensweise haben die Teilnehmer\*innen eine sehr hohe Umsetzungsquote ihrer Vorhaben von 93 % erreicht.

Hans Glück vom Katholischen Kreisbildungswerk Traunstein erklärt sich das folgendermaßen: *„Durch die Reflexion des konkreten Ziels, den meist sehr klaren Weg dorthin und die Erwartung aus der Gruppe, das nächste Mal das Ziel umgesetzt zu haben, sind alle wesentlichen Faktoren für eine gelingende Umsetzung im Kurs optimiert. Außerdem greift der Kurs auf ein Gaming-Element, nämlich eine Punktwertung, zurück, was sich zusätzlich positiv auf die Umsetzung der Aufgaben auswirkt.“*

Zum Abschluss des Kurses misst jeder Teilnehmende erneut seinen CO<sub>2</sub>-Verbrauch und die konkrete Änderung über den Zeitraum wird in dem verkleinerten CO<sub>2</sub>-Verbrauch sichtbar und zählbar.

Die schnelle Vermehrung der Kursleiter\*innen des neuen Kurses war möglich, da das Konzept auf das bereits etablierte Kurssystem [„Enkeltauglich Leben“](#) aufsetzt, das thematisch breiter auf alle Dimensionen der Nachhaltigkeit zielt und über 63 Kursleiter\*innen im ganzen deutschen Sprachraum verfügt. Sofern die zukünftigen Kurse den gleichen Effekt auf den CO<sub>2</sub>-Verbrauch haben wie die bestehenden, könnten in kurzer Zeit bereits 2.000 Tonnen CO<sub>2</sub> pro Jahr dauerhaft eingespart werden, was dem gesamten Verbrauch von 181 Bundesbürger\*innen entspricht.

Angenommen alle 83 Mio. Bundesbürger\*innen würden diesen Kurs besuchen und man rechnet die Einsparung eins zu eins hoch, wären die neuen Klimaschutzziele der Bundesregierung für 2040 dann bereits erreicht und übertroffen. *“Was uns jedoch wichtiger erscheint, ist, dass die Teilnehmer\*innen tatsächlich ins Tun kommen und so ein Kulturwandel angestoßen wird“*, bekundet der Geschäftsführer des Katholischen Kreisbildungswerks Traunstein Tobias Trübenbach.