

## GWÖ Game



### Spielanleitung

Die Spielkarten werden gemischt und verdeckt hingelegt. Das Spielbrett wird bereitgelegt. Jede:r Spieler:in wählt eine Spielfigur und stellt sie auf das Startfeld. Der/die jüngste:r Spieler:in beginnt das Spiel und würfelt. Gespielt wird im Uhrzeigersinn. Der/die Spieler:in darf die gewürfelte Anzahl auf dem Spielfeld vorrücken. Die Spielfelder haben unterschiedliche Bedeutungen (s. unten). Die Spielkarten sind ein wichtiger Teil des Spiels. Die bereits verwendeten Spielkarten werden kein zweites Mal verwendet und kommen auf einen Nebestapel ausserhalb des Spielfelds.

Hier die Bedeutung der verschiedenen Spielfelder:



Mitspieler:in zieht eine Spielkarte für dich und liest sie vor.  
Es gibt verschiedene Arten von Spielkarten. Es gibt Frage-Karten und Tipp-Karten.



**Frage-Karte:** Richtige Antwort: Geh 2 Felder vor. Falsche Antwort: Geh 2 Felder zurück.  
**Tipp-Karte:** Tipp beherzigen: Geh 2 Felder vor. Tipp nicht beherzigen: Geh 2 Felder zurück.



Du hast die Umwelt verschmutzt und musst 2 Felder zurückgehen.



Du hast das Gemeinwohl verletzt und musst 2 Felder zurückgehen.



Du hast dich für die Umwelt eingesetzt und darfst 2 Felder vorrücken.



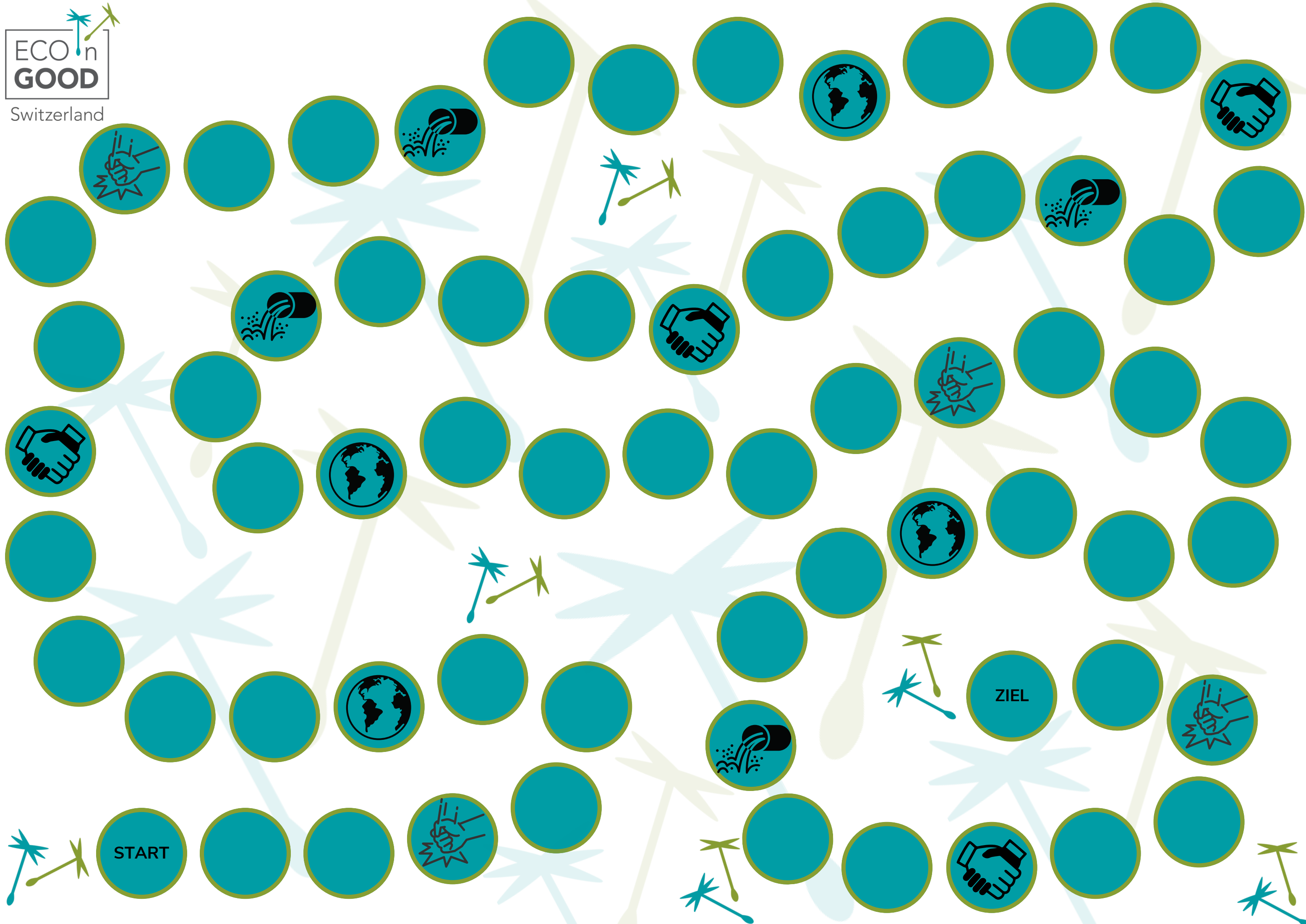
Du hast dich für das Gemeinwohl eingesetzt und darfst 2 Felder vorrücken.

Die Spielfigur, die zuerst im Ziel ankommt, gewinnt das Spiel. Bei einer zweiten Spielrunde werden alle Spielkarten neu gemischt. Der/die Verlierer:in der Vorrunde beginnt das neue Spiel.



**Tipp:** Auf jeder Spielkarte stehen spannende Antworten und Informationen. Lest sie vor. Gerne dürft ihr euch davon zu Diskussionen anregen lassen.

Wir wünschen euch nachhaltigen Spielspass!



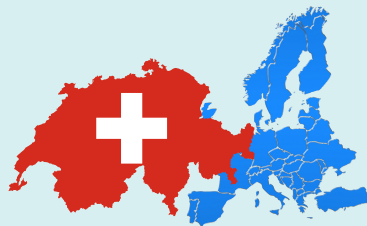


### Nachhaltigkeitstipp 1

#### In Schweiz Urlaub machen statt im Ausland

Matterhorn statt Machu Picchu, Lago Maggiore statt Malediven, Alpen statt Rocky Mountains, Hamburg statt New York! Geniesse Ferien in der Schweiz oder im nahen Ausland. Dein CO<sub>2</sub>-Konto wird dadurch stark geschont. Ein Kilometer im Flugzeug belastet das Klima im Vergleich zum Zug etwa 4- (Diesellok) bis 45-mal (Elektroloks in der Schweiz) mehr. Schön, dass viele schweizerische und europäische Ferien- und Reisedestination bequem und in kurzer Zeit wunderbar mit dem Zug erreichbar sind.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



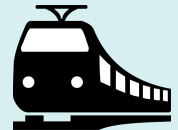
### Nachhaltigkeitstipps 2

#### Die öffentlichen Verkehrsmittel nutzen heute

Der Kluge reist im Zuge. Nutze den ÖV! Wenn du beispielsweise 20 km Arbeitsweg im Zug anstatt im Benzinauto zurücklegen, würden jährlich 1,7 Tonnen CO<sub>2</sub> weniger ausgestossen. Dies entspräche etwa einem Achtel dessen, was wir in der Schweiz pro Kopf und Jahr möglichst rasch reduzieren müssen, um die internationalen Klimaziele zu erreichen. Der öffentliche Verkehr in der Schweiz zählt zu den besten der Welt: Er ist schnell, zuverlässig, bequem und klimafreundlich. Nutze das gute Angebot für deinen Schul- und Arbeitsweg und für die Freizeit.

Und übrigens: die Schweizer:innen sind Europameister im Bahnfahren! Jede Person steigt im Durchschnitt pro Jahr 68mal in einen Zug und legt dabei insgesamt fast 2'500 km zurück.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 3

#### Überlegt einkaufen und Dinge lange verwenden

Wir leben in einer Konsumgesellschaft: Viele Menschen kaufen viel mehr, als sie brauchen und entsorgen Gegenstände, die man eigentlich noch brauchen könnte. Von 2000 bis 2014 hat sich der weltweite Verbrauch von Kleidung verdoppelt. Die Herstellung von Kleidern und Waren, aber auch die Bereitstellung von Dienstleistungen benötigen meist viel Energie und Rohstoffe und belastet das Klima. Lenke deshalb deinen Konsum in nachhaltige Bahnen und kauf nur, was du wirklich brauchst.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.

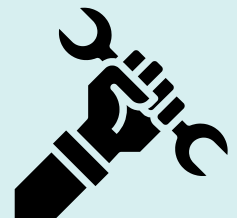


### Nachhaltigkeitstipp 4

#### Dinge selber reparieren

Wir leben in der Wegwerfgesellschaft: Viele Menschen in der Schweiz entsorgen kaputte Gegenstände und kaufen etwas Neues. Reparierst du deine Dinge oder entsorgst du sie und kaufst neu ein? Eine nachhaltige Alternative ist es, kaputte oder beschädigte Dinge zu reparieren und ihnen dadurch eine längere Lebensdauer zu schenken. Du weisst nicht, wie du etwas reparieren sollst? Kein Problem: In der Schweiz gibt es unterdessen 160 Repair Cafés, in denen du deine defekten Objekte gemeinsam mit Profis reparieren kannst: <https://repair-cafe.ch>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





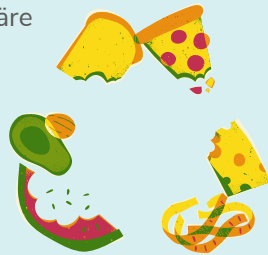
## Nachhaltigkeitstipp 5

### Food Waste stoppen

Lass nichts mehr verfaulen oder verschimmeln! In der Schweiz wird vom Feld bis zum Teller rund ein Drittel aller Nahrungsmittel weggeworfen. Wenn nur noch so viel produziert und gekauft wird, wie wir tatsächlich essen wollen, vermeiden wir viel CO<sub>2</sub>.

Wie kann Lebensmittelverschwendung verhindert werden? Kauf bewusst ein und überleg im Voraus, welche Lebensmittel du tatsächlich benötigst. Auch Lebensmittel, deren Mindesthaltbarkeitsdatum bereits abgelaufen ist, können oft noch bedenkenlos konsumiert werden.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 6

### Bio-Lebensmittel einkaufen

Achten bei deinem Einkauf auf Produkte mit Bioqualität und frage nach, falls du kein Bioprodukt findest. Bei der Herstellung tierischer Bioprodukte (Eier, Fleisch etc.) herrschen höhere Standards für mehr Tierwohl. Biologisch bewirtschaftete Flächen werden nicht mit Pestiziden belastet und es wird auf Kunstdünger verzichtet. Deshalb entsteht durch diese Anbaumethode eine deutlich geringere Gewässer- und Bodenbelastung. So bleiben die Böden auch langfristig fruchtbar und reich an Tier- und Pflanzenarten.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 7

### Waschmaschine und Geschirrspüler voll machen

Je nach Modell verbrauchen Waschmaschinen und Geschirrspüler Unmengen an Energie und Wasser. Deshalb sollten sie auch wirklich voll sein, damit sich der Wasser- und Energieverbrauch sowohl für die Umwelt, als auch für deinen Geldbeutel rechnet. Achte auf umweltfreundliche Produkte als Waschmittel und Geschirrspülmittel.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 8

### Wäsche nachhaltig waschen

Wasche deine Kleidung erst, wenn es nötig ist und nicht immer nach einmaligem Tragen. Bei geringen Temperaturen zu waschen, schont die Umwelt. Die meiste Kleidung wird bei einem 30°-Waschgang sauber. Benutze umweltschonendes Waschmittel. Wenn die Kleidung nicht stark verschmutzt ist, genügt auch ein Kurzwaschprogramm. Auch die Vorwäsche solltest du vermeiden und die Wäsche nach dem Waschgang nach Möglichkeit an der Luft und nicht im Tumbler trocknen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.







## Nachhaltigkeitstipp 9

### Allzweckwaffe Natron einsetzen

Im Haushalt kann die Allzweckwaffe Natron zum Beispiel als DIY\*-Backofenreiniger, als Badezusatz oder auch als Rohrreiniger verwendet werden. Da du das Mittel in einer Papierpackung bekommst, erzeugst du keinen unnötigen Plastikmüll und ersetzt sehr viele Haushaltsmittel aus der Drogerie oder dem Baumarkt, die unter Umständen das Wasser belasten. Im Internet findest du viele Anwendungsmöglichkeiten für Natron, so z.B. hier: <https://www.careelite.de/hausmittel-natron/>

\*do it yourself

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 10

### Nutze Ecosia statt Google

Suchanfragen im Internet verursachen viel CO<sub>2</sub> und belasten das Klima. Um den CO<sub>2</sub>-Ausstoss einer Sekunde Suchanfragen weltweit wieder gutzumachen, bräuchte es 23 neue Bäume. Ecosia tut genau das: Ecosia ist eine Internet-Suchmaschine, die Bäume pflanzt. Je mehr Menschen Ecosia für Suchanfragen im Internet benutzen, desto mehr Bäume werden gepflanzt. Bisher hat Ecosia bei Wiederaufforstungsprojekten 30 Mio. Bäume gepflanzt. Für den Betrieb seiner Server benutzt Ecosia erneuerbare Energien.

Hier ist der Link: <https://ecosia.org>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 11

### Zu einem Ökostrom-Anbieter wechseln

Der Strom, den du verbrauchst, stammt möglicherweise aus umweltbelastender Kohle- oder Atomkraft. Um dem Klimawandel entgegenzuwirken, lohnt sich der Wechsel zu Ökostrom, der zum Beispiel mit regenerativen Quellen wie Wind, Sonne oder Wasser erzeugt wird. In der Schweiz kann jede:r Strombezüger:in den Strommix im eigenen Haushalt zu einem guten Teil selber bestimmen. Bei deinem Stromanbieter (z.B. ewb, BKW, Axpo) oder auch hier kannst du dich informieren: <https://oekostromschweiz.ch>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 12

### Möbel selber bauen oder gebraucht kaufen

Du hältst dich für handwerklich unbegabt? Selbst dann ist es kein Problem, dich zum Beispiel an simplen DIY-Nachttischen aus alten Eichenbohlen zu versuchen. So kannst du Material upcyclen, das vielleicht schon für mehrere Jahre gestapelt in der Ecke lag und unnötigen Müll durch Verpackungen neuer Einrichtungsgegenstände vermeiden. Es lohnt sich, einzigartige Möbelstücke gebraucht zu kaufen. So kannst du Geld sparen und die Natur schonen.

\*do it yourself

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





### Nachhaltigkeitstipp 13

#### Stoffbeutel verwenden

Vom Einkaufen wird oft viel Plastik mit nach Hause gebracht. Verzichte auf Plastikeinkaufstaschen, sondern verwende wiederverwendbare Einkaufstaschen aus Stoff. Das ist viel umweltfreundlicher, denn dadurch vermeidest du Einwegplastik.

Wie verpackst und transportierst du Gemüse und Früchte vom Laden nach Hause? Verwende wiederverwendbare Obst- und Gemüsenetze statt kleinen Plastiktüten und schone dadurch die Umwelt.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 14

#### Verzichte auf Produkte mit Mikroplastik

29% aller Kosmetik- und Pflegeprodukte enthalten Mikroplastik oder problematische Polymere. Eine steigende Zahl von Kosmetik- und Pflegeprodukt-Herstellern achten jedoch darauf, Produkte ohne Mikroplastik herzustellen. Informiere dich vor deinem Einkauf über die verschiedenen Hersteller und Produkte. Du kannst auch auf deinem Mobiltelefon eine Code-Check-App installieren: So kannst du während dem Einkaufen mit dem Scanner an deinem Smartphone mögliche Produkte auf Mikroplastik-inhalte checken.

Hier findest du die App: <https://codecheck-app.com>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 15

#### Einkaufsliste schreiben

Kennst du das... Nach dem Einkaufen merkst du zu Hause, dass du viel zu viel eingekauft hast? Schreib vor dem Einkauf zu Hause eine Einkaufsliste. Sie hilft dir, Impulskäufe zu vermeiden und du kaufst eher ein, was du wirklich brauchst. Noch ein Tipp: Geh nie hungrig Lebensmittel einkaufen. Die meisten Menschen kaufen viel mehr Nahrung ein, als sie eigentlich brauchen, wenn sie hungrig sind. Wenn du diese Tipps beachtest, hilfst du mit, Lebensmittelverschwendung zu stoppen. Ein Drittel aller produzierten Lebensmittel wird weggeworfen: Hilf mit diesen einfachen Tipps mit, das zu ändern.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 16

#### Nachhaltige Gartengestaltung

In Gärten, in denen es Schlupfwinkel, Blätterhaufen und Verstecke gibt und in denen man der Natur ihren Lauf lässt und höchstens Biodünger und keine Chemiekeulen einsetzt, ist es Tieren wohl. Solche Gärten fördern die Biodiversität. Insekten und Vögel und weitere Tiere fühlen sich in solchen Gärten wohl. Gärten, in denen der Rasen dauernd gemäht und in denen viel Chemie eingesetzt wird, sind nicht umwelt- und tierfreundlich.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





### Nachhaltigkeitstipp 17

#### Auf Palmöl verzichten

Zur Erzeugung von Palmöl wird der Regenwald abgeholzt. Palmöl findet sich in sehr vielen unserer Konsumprodukte des täglichen Lebens, auch in solchen, in denen man es nicht vermutet. Babynahrung, Brotaufstriche, Müslis, Kekse und viele verarbeitete Lebensmittel enthalten Palmöl. Auch in unseren Körperpflegeprodukten findet sich oft Palmöl. Achte dich bei deinen Einkäufen auf die Zutatenliste und vermeide Palmöl-Produkte und halte nach Alternativen Ausschau.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 18

#### Stromverbrauch und Temperatur reduzieren

Nein, du musst nicht unbedingt kalt duschen...! Andererseits ist es sehr empfehlenswert: Es regt deinen Kreislauf an und schont die Umwelt.

Viele Menschen leben in überheizten Wohnungen. Dreh ein paar Grad runter. Ein Drittel allen Stromverbrauchs im Haushalt wird durch Geräte im Standby-Modus verbraucht. Schalte Geräte – auch die Internet-Box! – daher immer aus, wenn du sie nicht brauchst und nutze Stromleisten mit On-/Off-Schalter. So wird deine Stromrechnung kleiner und ebenso dein ökologischer Fussabdruck.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 19

#### Alternative Putzmittel nutzen

Wusstest du schon, dass Kaffeesatz Pfannen und Töpfe wieder auf Hochglanz bringt? Es gibt viele, natürliche Substanzen als ökologische Alternative zu aggressiven, chemischen Reinigungsmitteln. Viele chemische Reinigungsmittel schaden Mensch und Umwelt. Zitronensäure ist ein sehr bewährtes, natürliches Entkalkungsmittel für Geräte. Essig und Soda ergeben als Gemisch einen wirkungsvollen Rohrreiniger. Simple Reinigungsmittel wie Putzessig und Gallseife sind hilfreiche Allrounder für den Haushalt. Solltest du dennoch Putz- und Waschmittel im Supermarkt kaufen, achte dabei auf Ökolabel.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 20

#### Reduziere und recycle Plastik

In vielen schweizerischen Haushalten findet sich viel Einwegplastik. Suche nach Möglichkeiten, Einweg- und Wegwerfplastik in deinem Alltag wegzulassen oder zu reduzieren. Nutze Stoffbeutel für den Einkauf von Gemüse, Brot und Früchten und verzichte auf Plastiksäcke. Habe immer Stoffbeutel dabei, wenn du unterwegs bist. Stell auf eine Mehrweg-Metallflasche um, die du immer bei dir trägst, um PET- und Plastik-Einwegflaschen zu vermeiden. Benutze eine Bambuszahnbürste anstatt einer Plastikzahnbürste. Du hast immer noch zu viel Plastik zu Hause? Durch Plastikrecycling kann die Lebensdauer von Plastik verlängert werden.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





## Nachhaltigkeitstipp 21

### Auf unnötige Werbung verzichten

Bitte keine Werbung mehr! Viele Briefkästen sowie E-Mail-Postfächer werden überflutet von Werbung, Sonderangeboten, Newslettern & Co. Bestelle Online-Newsletter und Werbemails ab, die du nicht brauchst: Dadurch wird dein CO<sub>2</sub>-Ausstoss und reduziert und dein E-Mail-Postfach wird aufgeräumt. Kleb einen «Bitte keine Werbung»-Kleber auf deinen Briefkasten und bestelle alle Produktkataloge ab, die du nicht brauchst. Millionen von Bäumen werden jährlich für die Produktion von Werbe- und Produktkatalogen gefällt. Hilf mit Wälder zu erhalten und verzichte auf alle unnötigen Druckprodukte.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 22

### Teilen oder leihen statt kaufen

Kannst du den Rasenmäher, Werkzeuge und vieles mehr mit den Nachbarn teilen? Brauchst du wirklich ein eigenes Auto? Dinge, die eher selten gebraucht werden, können gut geteilt werden. Teilen macht Freude, stärkt soziale Bindungen, spart Geld und ist gut für die Umwelt. Warum nicht Geld sparen und Rasenmäher und Co. mit der Nachbarschaft teilen und dadurch zugleich der Umwelt etwas Gutes tun?

Bei Mobility kannst du ein Auto leihen, statt eines zu kaufen: <https://www.mobility.ch/de/privatkunden>  
Beim Leihlager kannst du viele Dinge leihen, anstatt sie zu kaufen: <https://leihlager.ch/>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 23

### Auf Ökolabel und «soziale» Labels achten

Wie weiss man, ob das neue T-Shirt ökologisch und mit Rücksicht auf die Umwelt produziert wurde? Transparenz der Herstellungsbedingungen vieler Produkte gibt es heute nicht. Darum spricht sich die Gemeinwohl-Ökonomie dafür aus, dass Firmen alle Schritte im Produktionsprozess offenlegen sollen. Was kannst du tun? Achte auf Öko- und Fair-Trade-Label sowie Bio-Label.

Hier eine Bewertung von 31 Lebensmittel-Labels der Schweiz:

<https://www.wwf.ch/de/lebensmittel-label-ratgeber>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 24

### Upcycling praktizieren

Was versteht man unter Upcycling? Upcycling bedeutet Kleidung, Möbel und jegliche Alltagsgegenstände aufzuwerten oder etwas Neues daraus zu gestalten. Dadurch verlängert sich die Lebensdauer von Gegenständen, was gut für die Umwelt ist. Du willst ein paar simple Beispiele für Upcycling? Beispielsweise kann man einen leeren Glasbehälter auf viele Weise wiedernutzen: Gestalte ein Windlicht oder eine Vase daraus oder nutze ihn als Aufbewahrungsbehälter für Kleinkram.

Lust auf ein eigenes Upcycling-Projekt? Ideen unter <https://www.handmadedkultur.de/projekte/upcycling>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





## Nachhaltigkeitstipp 25

### Verzichte auf toxische Kosmetik- und Pflegeprodukte

Entgifte dein Badezimmer! Vielen Menschen ist nicht bewusst, wie viele, schädliche Toxine (Giftstoffe), Hormone und weitere Schadstoffe in normalen Kosmetik- und Pflegeprodukten stecken. Diese Stoffe können krebserregend sein oder in anderer Form schädigend für Mensch und Umwelt. Entscheide dich daher für Bio-Pflegeprodukte und Naturkosmetik - deiner Gesundheit und der Gesundheit des Planeten zu Liebe. Die Tox Fox App hilft dir dabei herauszufinden, welche Inhaltsstoffe sich in Produkten verbergen: <https://www.global2000.at/toxfox>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 26

### Werde zum Freiluft-Fan!

Menschen, die täglich 20 min. lang an der frischen Luft spazieren, melden sich 43% seltener krank. Tanke täglich bei einem Spaziergang Sauerstoff und tue deiner Gesundheit dadurch Gutes!

Ventilatoren, Klimaanlage, Raumluftwäschetrockner und der gute, alte Haarföhn - diese 4 Produkte haben alle etwas gemeinsam: Diese technischen Geräte erzeugen einen Luftstrom. Lass deine Haare und Kleidung lieber an der Luft trocknen: Damit schonst du deine Haare gegen Austrocknung, deine Kleidung wird schonender trocken und die Umwelt wird durch weniger Stromverbrauch ebenfalls geschont.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 27

### Kleider machen Leute: Achte darauf, was du trägst

Die Textilindustrie ist eine der grössten Umweltsünder weltweit. Zwischen 2000 und 2015 hat sich der Kleiderkauf weltweit verdoppelt! Der Grund dafür? Die Werbung zeigt uns Kleidung als austauschbare Massenware. Durch die weltweite Produktion von Kleidern werden Textilarbeiter:innen zu Hungerlöhnen ausgebeutet und giftigen Chemikalien ausgesetzt. Sehr oft gelangen die Giftstoffe der Kleiderproduktion ungefiltert in die Natur und belasten die Umwelt stark. Kaufe nur Kleider, die du wirklich brauchst und verwende sie möglichst lange. Kleidertausch und der Kauf von Secondhand-Kleidern und Fair-Fashion sind gute Alternativen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 28

### Investiere in Erlebnisse statt in Dinge

Studien belegen, dass in schöne Erlebnisse glücklicher machen als der Kauf von Dingen. Investiere dein Geld daher lieber in Erlebnisse statt in noch mehr Kram! Die meisten Menschen in der westlichen Welt besitzen im Durchschnitt 10'000 Dinge, benutzen aber nur 1/4 davon. Verbring deine Zeit daher besser mit lieben Menschen und schönen Ausflügen als mit Shopping-Trips.

Einen Kochkurs machen, einen Kletterausflug oder einen Camping-Trip...? Die Möglichkeiten sind unbegrenzt. Diese Erlebnisse werden dir viel länger in Erinnerung bleiben als ein Einkauf. Erlebnisse liefern auch spannenden Gesprächsstoff!

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.







## Nachhaltigkeitstipp 29

### Regional und saisonal einkaufen

Nachhaltige Ernährung ist gut für deine Gesundheit sowie für die Umwelt. Was genau ist nachhaltige Ernährung? Kaufe und iss am besten Lebensmittel aus deiner Region (z.B. Schweizer Kirschen im Sommer statt Tropenfrüchte aus dem Ausland) und saisonale Lebensmittel (also z.B. keine Erdbeeren im Winter, sondern Äpfel). Bevorzuge Bio-Lebensmittel und kaufe in Reformhäusern, Unverpackt-Läden, Bio-Läden und Wochenmärkten deine Lebensmittel ein. Weitere Tipps findest du hier: <https://www.nachhaltigleben.ch/food/nachhaltige-ernaehrung-saisonale-lebensmittel-651>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 30

### Selber kochen statt Take-Away kaufen

Take-Away-Lebensmittel verursachen viel unnötigen Verpackungsmüll und belasten dadurch die Umwelt. Es ist schwierig, beim Kauf von Take-Away-Essen auf eine ökologische Herkunft der Lebensmittel zu achten. Woher kommt das Hühnchen im Thai-Take-Away? Stammt es aus Freilandhaltung oder aus nicht tiergerechter Käfighaltung? Wenn du selber kochst, bestimmst du die Herkunft deiner Lebensmittel selbst. Gemeinsam kochen ist kreativ, sozial und macht Freude. Studien beweisen, dass selber kochen gesünder ist, weil wir so weniger Zucker, ungesunde Fette und Konservierungstoffe zu uns nehmen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 31

### Besuch einen Flohmarkt

Flohmärkte sind eine tolle Möglichkeit nachhaltige Produkte zu kaufen. Besondere Einzelstücke - egal ob Möbel, Einrichtungsstücke oder Kleidung - zu kleinen Preisen: Da freut sich das Sammlerherz und das Portemonnaie. Die Umwelt wird dadurch geschont. Am nachhaltigsten ist es, Produkte zu kaufen, die es bereits gibt. Jede Neuproduktion von Gegenständen belastet die Umwelt.

Hier findest du eine Übersicht der Flohmärkte der Schweiz: [www.flohmarkttermine.ch/](http://www.flohmarkttermine.ch/)  
Auch online gibt es tolle Flohmärkte, z.B. hier: <https://www.flohmarkt24.ch/inserate/flohmaerkte>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 32

### Wasser sparen: Wasser ist ein wertvolles Gut

Pro Mensch fliessen in der Schweiz durchschnittlich 160 Liter Wasser: Eine hohe Zahl! Mit einfachen Mitteln lässt sich bereits viel Wasser sparen. Wasser sparen im Haushalt schont die Umwelt und den Geldbeutel.

Duschen statt zu Baden spart viel Wasser. Benutze erkaltetes Kochwasser nach dem Abkühlen weiter, z.B. zum Pflanzen giessen. Sammle Regenwasser im Garten oder auf dem Balkon, wenn möglich. Fülle die Waschmaschine und den Geschirrspüler stets randvoll: Auch das wirkt sich positiv auf deinen Wasserverbrauch aus.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





### Nachhaltigkeitstipp 33

#### Nein sagen zur Diskriminierung von Behinderung

Das Behindertengleichstellungsgesetz in der Schweiz verbietet es, Menschen aufgrund einer körperlichen, geistigen oder psychischen Behinderung zu Diskriminieren. Verboten sind direkte und indirekte Diskriminierungen. Ein behinderter Mensch wird indirekt diskriminiert, wenn eine Regelung, die für alle gilt, ihn besonders hart trifft. Auch wenn ein Mensch «unabsichtlich» diskriminiert wird, ist dies verboten.

Was kannst du tun? Schau, ob gehbehinderte Menschen in der Öffentlichkeit Hilfe brauchen und hilf, wenn sie es wünschen. Behandle alle respektvoll und freundlich, egal ob mit oder ohne Behinderung.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 34

#### Nein sagen zu Rassismus

Rassistische Diskriminierung ist jede Praxis, die Menschen aufgrund körperlicher Merkmale (z.B. Hautfarbe), ethnischer Herkunft, kultureller Merkmale (Sprache, Name) oder religiöser Zugehörigkeit Rechte vorenthält, sie ungerecht oder intolerant behandelt, demütigt, beleidigt, bedroht oder an Leib und Leben gefährdet. Eines von unzähligen Alltagsbeispielen: Ein Mensch mit dunkler Hautfarbe wird in einem Geschäft als Kunde aufgrund seiner Hautfarbe unhöflich behandelt, während der weisshäutige Kunde zuvor freundlich behandelt wurde.

Was kannst du tun? Behandle Menschen egal welcher Herkunft gleich tolerant, gerecht und respektvoll.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



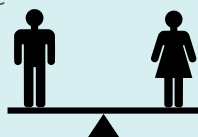
### Nachhaltigkeitstipp 35

#### Nein sagen zu Sexismus

In unserer alltäglichen Welt ist Sexismus noch weit verbreitet. Sexismus meint Verhaltensweisen und Äusserungen, die einen Menschen aufgrund seines Geschlechts herabwürdigen. Besonders in der Werbung gibt es noch viel Sexismus. Geschlechterklischees sind leider noch weit verbreitet, z.B. in den sozialen Medien (z.B. die sexy Frau; der starke Mann).

Was kannst du tun? Findest du es gut, dass die Frauen auf Instagram alle nach dem besten Lippenstift und Parfüm Ausschau halten anstatt z.B. nach dem richtigen Studium? Warum muss ein Mann laut der Werbung einen teuren Wagen und eine teure Uhr haben? Achte dich bewusst auf solche Klischees.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 36

#### Nein sagen zu Diskriminierung von LGBTQIA+

LGBTQIA+ ist eine Abkürzung und bezieht sich auf Menschen, die hinsichtlich ihrer sexuellen Orientierung oder geschlechtlichen Identität schwul, lesbisch, bisexuell, transgender, intersexuell, queer oder asexuell sind. Die Gleichbehandlung eines jeden Menschen unabhängig vom Geschlecht und der sexuellen Orientierung ist wünschenswert, aber keine Realität. Diskriminierung von Lesben, Schwulen und Transmenschen ist leider noch weit verbreitet. Beispielsweise in Russland werden LGBTQIA+ - Menschen schon seit vielen Jahren unterdrückt. Was kannst du tun? Behandle andere Menschen genauso, wie auch du behandelt werden möchtest. Begegne allen Menschen mit demselben Respekt.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





### Nachhaltigkeitstipp 37

#### An einem Clean-up Day mitmachen

Die globale Müllproblematik ist real und wird immer grösser. Fangen wir alle in der eigenen Region damit an, etwas gegen die zunehmende Vermüllung der Natur zu unternehmen!

Jedes Jahr finden in der Schweiz Clean-Up-Days statt. Mach auch mit! Hier kannst du dich informieren:  
<https://www.igsu.ch/de/clean-up-day/clean-up-day/>

Was du tun kannst? Organisiere zusammen mit deiner Gemeinde, Firma, Schule, Pfadi oder deinem Verein eine lokale Aufräum-Aktion und setze damit ein Zeichen gegen Littering und für eine saubere Schweiz.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 38

#### Hilf anderen Menschen

Ein Freund von dir liegt zu Hause krank im Bett? Muntere ihn auf mit einer netten Nachricht oder bring ihm was zu Essen vorbei. Deine ältere Nachbarin kann ihre schweren Einkaufstüten kaum tragen? Bitte ihr deine Hilfe an. Jemand rennt mit seinen Kindern, um den Zug gerade noch zu erwischen? Halte der Person die Zugtür auf.

Wer Nächstenliebe schenkt, bekommt Wertschätzung und ein Lächeln zurück und das positive Gefühl, anderen zu helfen ist unbezahlbar. Mit mehr Nächstenliebe und Menschlichkeit machen wir die Welt zu einem besseren Ort.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 39

#### Spenden für den guten Zweck

Spende deine Zeit und hilf in einer gemeinnützigen Organisation mit. Hier findest du viele, tolle Organisationen in der Schweiz, die sich für Mensch, Tier oder Umwelt einsetzen und die freiwillige Helfende suchen:  
<https://www.benevol.ch>.

Gut erhaltene Bücher, Games, Kleidungsstücke oder Möbel kannst du für bedürftige Menschen spenden. Die Schweizer Tafeln sammeln Nahrungsmittel für hilfsbedürftige Menschen: <https://schweizertafel.ch/>. Spenden ist besser als übriggebliebenes, noch gutes Essen wegzwerfen. 24 Tonnen einwandfreie Lebensmittel werden täglich von den Schweizer Tafeln gerettet. Möchtest auch du etwas spenden?

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort



### Nachhaltigkeitstipp 40

#### Sich für den Artenschutz engagieren

Aktuell findet das grösste Massensterben von Tier- und Pflanzenarten seit 66 Millionen Jahren statt. Man spricht von einer Weltbiodiversitätskrise. Das Verhalten des Menschen ist dafür verantwortlich. Biodiversität bedeutet Artenvielfalt: Verschiedene Lebewesen auf dem Planeten Erde sind auch für das Überleben von uns Menschen entscheidend. Nahrung, Medizin, Rohstoffe, sauberes Wasser und Luft werden durch das voranschreitende Artensterben gefährdet und somit auch das Überleben von uns Menschen. Was kannst du tun? Weniger oder kein Fleisch essen, nicht fliegen, aufs Auto verzichten und weniger Plastik konsumieren – das sind alles Möglichkeiten, wie du deinen Beitrag leisten kannst.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





## Nachhaltigkeitstipp 41

### Gegen Greenwashing vorgehen

Greenwashing bedeutet, ein Produkt als ökologisch darzustellen, das in Wahrheit überhaupt nicht so «grün» und umweltfreundlich ist, wie es scheint. Begriffe wie «natürlich», «umweltfreundlich» oder «nachhaltig» werden leider für viele Produkte verwendet, auf welche das nicht zutrifft, da diese Produktbezeichnungen nicht geschützt sind. Es braucht Transparenz über die ganze Produktionskette: Genau dafür setzt sich die Gemeinwohl-Ökonomie ein. Was du tun kannst? Informiere dich über verschiedene Hersteller. Kaufe idealerweise nur von wirklich ökologisch produzierenden Firmen. Mehr Infos hier: <https://www.konsumentenschutz.ch/online-ratgeber/wie-erkenne-ich-greenwashing/>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 42

### Einem Verein beitreten

Bist du bereits Mitglied in einem Verein? In der Schweiz gibt es schätzungsweise 100'000 Vereine. Davon gehört fast die Hälfte dem Sportbereich an. Bedeutsam sind auch Vereine im kulturellen, sozialen und politischen Bereich. Fast zu jedem Interessensgebiet findet sich ein passender Verein. Mach auch du mit und finde einen tollen Verein für dich. Vereine sind eine tolle Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen und gemeinsame Interessen zu pflegen. Zur Förderung einer sozialen Gemeinschaft sind Vereine wunderbar. Sie sind eine Bereicherung für das soziale Leben in der Schweiz. Hier findest du das umfassendste Verzeichnis von Vereinen schweizweit: <https://www.vereinsverzeichnis.ch/>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 43

### Sei täglich dankbar

Die Glücksforschung hat bewiesen, dass Dankbarkeit unser Lebensglück erheblich steigert. Denke daher jeden Tag nach dem Aufstehen oder vor dem Schlafengehen 5 Dinge, für die du in deinem Leben dankbar bist. Regelmässig angewendet führt diese Übung dazu, dass wir laut den Glücksforscher:innen eine positivere Lebenseinstellung haben und zufriedener sind. Eine andere Möglichkeit ist es, täglich oder mehrmals wöchentlich in ein Dankbarkeitstagebuch zu schreiben. Dankbare und zufriedene Menschen gehen auch besser mit ihren Mitmenschen um, was allen zugutekommt. Glückliche und dankbare Menschen können auch besser für andere Menschen da sein.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 44

### Umarme geliebte Menschen

Während der weltweiten Coronapandemie mussten wir Abstand halten. Nach dem Ende von Lockdowns, Maskenpflicht und Abstandsregeln dürfen wir uns wieder umarmen. Menschen sind soziale Wesen und Berührung für uns lebensnotwendig: Die Forschung belegt, dass Säuglinge sich nicht gut entwickeln, wenn sie nicht genug berührt werden. Bei erwachsenen Menschen helfen Umarmungen gegen Stress und schütten positive Hormone aus. Darum: Knuddle heute jemanden, den du magst. Eine Welt mit glücklichen, sozialen Menschen ist eine wichtige Basis einer zufriedenen, solidarischen Gesellschaft, in der wir alle Menschen und die Natur achten.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





## Nachhaltigkeitstipp 45

### Einen Schülerrat gründen oder dabei mitmachen

Gibt es an deiner Schule einen Schülerrat? Ein Schülerrat ist eine Gruppe von Schüler:innen, die sich für die Mitbestimmung der Schüler:innen bei der Schule engagiert. Der Pausenhof wird umgebaut und alle Klassen sollen Mitspracherecht haben? Ihr wollt in der Turnhalle eine Schuldisco abhalten? Ihr findet, es sollte in der Schulcafeteria mehr vegetarische Essensangebote geben? Solche Dinge und mehr bespricht ein Schülerrat und bringt die Ideen zur Schulleitung. Es geht darum, das Schüler:innen mitdenken, mitreden, mitgestalten und mitbestimmen dürfen. Magst du dich beim Schülerrat deiner Schule engagieren oder einen Schülerrat gründen?

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 46

### Besuchsdienst leisten

Oft benötigen ältere oder behinderte, oft allein-stehende Menschen Unterstützung im Alltag, beispielsweise als Begleitung bei Arztbesuchen oder Behördengängen, beim Putzen oder beim Einkaufen. Nicht selten geht es aber auch nur darum, ihnen Gesellschaft zu leisten. Um ehrenamtliche Besuchsdienste zu übernehmen, kannst Du Dich an das rote Kreuz oder an Senioreneinrichtungen selbst wenden.

Hier kannst du dich melden: <https://www.redcross.ch/>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 47

### Spendenaktion organisieren

Die Unterschiede zwischen armen und reichen Menschen weltweit sind extrem. 1% der Superreichen der Welt besitzt mehr als die restlichen 99% der Welt zusammen. Während die einen Menschen immens viel mehr als genug haben, leiden 800 Millionen Menschen in extremer Armut und ebenfalls 800 Millionen Menschen weltweit leiden an Hunger und Unterernährung. Was kann jeder Mensch dagegen tun? Die Möglichkeit Geld an Hilfsorganisationen zu spenden oder für bestehende Hilfsprojekte zu sammeln hat jeder Mensch. Hier kannst du einen Spendenaufruf machen: <https://www.betterplace.org/c/spenden-sammeln/privater-spendenaufruf>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 48

### Lebensmittel spenden statt wegwerfen

Ein Drittel aller Lebensmittel in der Schweiz werden weggeworfen. Das ist bedenklich, da weltweit 800 Millionen Menschen an Unterernährung leiden. Lebensmittelverschwendung belastet unsere Umwelt. Was kannst du gegen Lebensmittelverschwendung tun? Viele Früchte werden einfach weggeworfen, nur weil sie nicht schön aussehen. Schmecken tun sie trotzdem. Bestelle «hässliche» Früchte bei <https://uglyfruits.ch> oder rette Lebensmittel mit der App «To Good to Go». Kauf nur, was du wirklich brauchst und friere Lebensmittel ein, bevor sie verderben oder schenke deinen Nachbarn oder spende der Schweizer Tafel Lebensmittel: <https://schweizertafel.ch>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.







## Nachhaltigkeitstipp 49

### Pflanz Bäume

Die Verwendung der Ecosia-Suchmaschine ist eine einfache Möglichkeit, einen Beitrag zur grünen Welt zu leisten. Jedes Mal, wenn Sie es verwenden, werden mit Ihrer Hilfe irgendwo auf der Welt Bäume gepflanzt. 45-Suchanfragen per Ecosia pflanzen 1 Baum. Die Teilnahme an einem Baumpflanzprojekt in der Schweiz oder im Ausland ist eine weitere Möglichkeit, etwas zu bewegen. Es kann alles beinhalten, vom Anbau von Setzlingen in Ihrem Garten bis hin zur Teilnahme an einer organisierten Veranstaltung, bei der Freiwillige zusammenkommen und Bäume pflanzen. Was willst du tun, um die grüne Lunge unseres Planeten zu vergrössern und Bäume zu pflanzen?

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 50

### Hilf notleidenden Tieren

Tierheime sind auf Spenden von Privatpersonen und Unternehmen angewiesen, um Tieren in Not zu helfen. Indem Sie Geld oder Material spenden, kannst du das Leben dieser Tiere verbessern. Du kannst dich auch freiwillig in einem örtlichen Tierheim engagieren, um praktische Hilfe bei der Tierpflege zu leisten. Auch wenn du kein Geld oder Material spenden kannst, gibt es dennoch Möglichkeiten für alle, in einem Tierheim zu helfen. Ob es darum geht, Katzen und Hunde zu begleiten oder bei administrativen Aufgaben wie der Beschaffung von Spenden zu helfen, jeder kann eine wichtige Rolle spielen, um Tieren in Not in der Schweiz oder im Ausland zu helfen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 51

### Hilf Flüchtlingen

Die Ukraine ist eines der Länder, aus dem aufgrund des Krieges seit 2022 viele Menschen geflohen sind hat haben. Über 100'000 von ihnen leben jetzt in der Schweiz. Wir können Spenden sammeln und ihnen Unterstützung zukommen lassen. Wir sollten auch versuchen, denjenigen zu helfen, die von Umweltkatastrophen wie Überschwemmungen, Wirbelstürmen und Dürren oder von Bürgerkriegen betroffen sind. Indem wir Gelder für Organisationen sammeln, die in diesen Regionen Hilfe leisten, können wir erreichen, dass die Betroffenen die Hilfe erhalten, die sie benötigen. Indem wir Flüchtlingen helfen, leisten wir einen Beitrag zu einer guten Welt für alle Menschen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 52

### Werde Mikroplastik-Detektiv:in

Wusstest du bereits, dass in sehr vielen Produkten in deinem Haushalt mikroskopisch kleiner Plastik ist, den du nicht siehst? Wir essen pro Woche eine Kreditkarte Plastik, ohne es zu merken. Er versteckt sich in unserer Nahrung und in Pflege- und Reinigungsmitteln. Zum Glück gibt es immer mehr Firmen, die Produkte ohne Mikroplastik herstelle. Kaufe am besten Produkte, die auf Mikroplastik verzichten. Damit tust du der Umwelt Gutes, denn Mikroplastik belastet die Ökosysteme weltweit. Wenn du Mikroplastik-Detektiv:in wirst, kannst du dazu beitragen, das weltweite Plastik-Problem zu lösen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





### Nachhaltigkeitstipp 53

#### Sag nein zu Shopping als Hobby

Shopping ist in der Schweiz ein beliebter Zeitvertreib. Aber, was viele nicht wissen: Unnötig häufiges Einkaufen kann negative Auswirkungen auf die Umwelt haben, wenn wir nicht darauf achten, was und wie viel wir konsumieren. Umweltverschmutzung durch Produktionsprozesse, Warentransport und Entsorgung von Verpackungsmaterialien tragen alle zur globalen Erwärmung und anderen Umweltproblemen bei. Wir müssen beim Einkaufen auf unsere Handlungen achten, um unseren Planeten zu schützen. Musik machen, tanzen, Sport machen, lachen, Freunde treffen, sonnenbaden, umarmen, Schneebälle werfen... viele 1000 Dinge in unserem Leben bereiten viel mehr Freude als Shopping!

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.

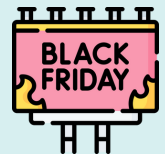


### Nachhaltigkeitstipp 54

#### Werde Werbedetektiv:in

Die Werbung sagt uns, dass wir immer mehr und neue Dinge kaufen sollen. Das belastet die Umwelt sehr. Diese Art der Werbung kann zu erhöhter Abfallproduktion, Umweltverschmutzung und Klimawandel führen. Es gibt aber auch Werbung für die gute Sache. Diese Karte, die du gerade liest macht Werbung bei dir, dich mehr für unsere Umwelt zu engagieren. Wenn du eine Werbung siehst, überlege dir, ob du dieses Produkt wirklich brauchst oder nur willst. Wurde es mit Kinderarbeit hergestellt? Wurden Flüsse mit Chemikalien zur Herstellung verschmutzt? Schau hinter die Kulissen der Werbung und frag dich immer, unter welchen Bedingungen etwas hergestellt wurde, bevor du es kaufst.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 55

#### Mach einen Auslandsaufenthalt

Ein Auslandsaufenthalt ist eine unglaubliche Möglichkeit, einen kulturellen Austausch zu gewinnen, eine Sprache zu lernen und lebenslange Freundschaften zu schliessen. Es ist auch eine großartige Gelegenheit, auf Reisen zu arbeiten und Geld zu verdienen. Reisen schult dich in der Sprache und Kultur des Landes, das du besuchst, damit Sie selbstbewusst arbeiten und das Beste aus Ihrer Erfahrung machen kannst. Mit Reisen kannst du für's Leben lernen, wertvolle Fähigkeiten erwerben fürs Berufsleben lernen und Kontakte in der ganzen Welt knüpfen, die dich ein Leben lang begleiten werden.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 56

#### Lächle mehr

Lächeln ist ein unglaubliches Werkzeug, das uns helfen kann, uns nicht nur besser zu fühlen, sondern auch die Welt um uns herum besser zu machen. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Lächeln viele Vorteile hat, sowohl für unsere geistige als auch für unsere körperliche Gesundheit. Es kann Stress abbauen, unsere Stimmung verbessern und unser Immunsystem stärken. Es wirkt sich auch positiv auf unsere Umgebung aus: Es kann uns zugänglicher und freundlicher erscheinen lassen, was dazu beiträgt, Beziehungen aufzubauen und ein Gemeinschaftsgefühl zu schaffen. Lächeln ist nicht nur gut für die Seele, sondern auch für das Gemeinwohl: Es trägt dazu bei, starke soziale Bindungen zwischen Menschen zu schaffen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



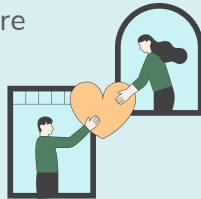


## Nachhaltigkeitstipp 57

### Auf gute Nachbarschaft

In einer Welt, in der wir durch Technologie so vernetzt sind, vergisst man leicht, wie wichtig es ist, in unserer Nachbarschaft füreinander da zu sein. Die Schweiz ist seit Langem für ihre fördernden und unterstützenden Gemeinschaften bekannt. Indem wir uns gegenseitig bei Aufgaben wie mit dem Hund Gassi gehen, Gärtnern oder Babysitten helfen, können wir unsere Nachbarschaften stärken und enger verbinden. Diese Art der Community-Unterstützung hilft uns nicht nur, mit unseren Mitmenschen in Verbindung zu bleiben, sondern bringt uns auch als Gesellschaft näher zusammen. Hier geht's zur Nachbarhilfe Schweiz: <https://www.nachbarschaftshilfeschweiz.ch/>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 58

### Verbring Zeit mit deinen Liebsten

Zeit mit geliebten Menschen zu verbringen, ist ein wesentlicher Bestandteil des Lebens. Es hilft uns, sinnvolle Beziehungen zu pflegen, starke Freundschaften aufzubauen und glücklich zu sein. Wir können unsere Freuden und Sorgen miteinander teilen, uns gegenseitig unterstützen und unseren Mitmenschen Liebe zeigen. Wenn wir Zeit in unsere Lieben investieren, profitieren wir nicht nur von der Gemeinschaft, sondern tun auch etwas Gutes für die Gesellschaft als Ganzes. Starke Verbindungen zu anderen können ein Gefühl der Gemeinschaft und des Gemeinwohls schaffen, das weit über unser eigenes Leben hinaus bestehen wird.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 59

### Engagiere dich für den Frieden

Pazifismus ist ein wichtiger Teil des Friedensprozesses. Es bedeutet, friedlich zu leben, Gewalt abzulehnen und alle Menschen gleich zu behandeln, unabhängig von ihrer Herkunft oder ihrem Glauben. Die Praxis des Pazifismus wird oft als eine Möglichkeit angesehen, Respekt und Verständnis zwischen verschiedenen Gruppen und Kulturen zu fördern. Indem wir uns an Friedensinitiativen beteiligen, können wir dazu beitragen, eine bessere Welt für alle zu schaffen. Sich an Friedensinitiativen zu beteiligen, muss nicht schwierig oder zeitaufwändig sein. Es kann so einfach sein wie der Beitritt zu einer lokalen Organisation oder die Teilnahme an friedlichen Protesten oder Veranstaltungen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 60

### Sag nein zur Diskriminierung von Religionen

Jeder hat das Recht, seine eigene Religion zu wählen, solange es andern Menschen nicht schadet. Religiöse Diskriminierung ist ein ernstes Problem, das unsere Gesellschaft umtreibt. Es ist falsch, jemanden aufgrund seines Glaubens zu beurteilen, und es kann zu schwerwiegenden Folgen wie Gewalt und Hassverbrechen führen. Wir müssen zusammenarbeiten, um ein Umfeld zu schaffen, in dem alle Religionen unabhängig von Glauben oder Herkunft akzeptiert und respektiert werden. Liebe sollte die Hauptmotivation für Beziehungen zwischen verschiedenen Religionen sein, nicht Hass. Wir müssen uns um eine Welt bemühen, in der jeder seinen Glauben ohne Angst vor Diskriminierung und Verfolgung frei praktizieren kann.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





## Nachhaltigkeitstipp 61

### Gründet zusammen eine nachhaltige Schülerfirma

Die Gründung einer Schülerfirma, die Mensch und Umwelt respektiert, ist ein wichtiger Schritt zur Schaffung einer nachhaltigeren Zukunft. Mit der richtigen Planung könnt ihr Produkte oder Dienstleistungen anbieten, die auch für den Planeten von Vorteil sind. Ein Babysitting-Verein für alleinerziehende Mütter, ökologische und stylische Baumwoll-Taschen... Was wollt ihr anbieten?

Produkte oder Dienstleistungen sollen nicht nur Geld bringen, sondern Mensch und Umwelt Gutes tun. Habt ihr Ideen für eine eigene Schülerfirma? Besprecht eure Ideen mit Klassenkamerad:innen und Lehrpersonen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 62

### Mach mit bei Fridays for Future

Fridays for Future ist eine globale Jugendbewegung, die 2018 von Greta Thunberg ins Leben gerufen wurde, um auf Klimaschutzmassnahmen aufmerksam zu machen. Die Bewegung hat sich seitdem zu einem globalen Phänomen entwickelt, bei dem sich jeden Freitag Millionen von Menschen in über 150 Ländern zusammenschliessen. Ziel der Bewegung ist es, Mensch und Umwelt vor den verheerenden Auswirkungen des Klimawandels zu schützen. Durch die aktuelle geopolitische Situation sind Bemühungen gegen den Klimawandel allerdings in den Hintergrund gerückt.

Kannst du dir vorstellen an einem Freitag friedlich für eine bessere Welt für alle Menschen und für den Klimaschutz zu demonstrieren?

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 63

### Protestbriefe schreiben

In der heutigen Welt ist es wichtig, dass wir Stellung beziehen. Viele Unternehmen übernehmen keine Verantwortung für die Umwelt. Das Schreiben von Protestbriefen ist eine der effektivsten Möglichkeiten, um auf Umweltverschmutzung oder unökologische Verpackungen aufmerksam zu machen. Indem wir Briefe an Unternehmen senden, können wir unser Engagement für eine bessere Umwelt unter Beweis stellen. Wie findest du es, dass Schweizer Industrieunternehmen im Ausland Gewässer verschmutzen oder eine Gurke im Supermarkt in Plastik eingeschweisst ist? Je mehr Menschen den betroffenen Firmen friedliche Protest-Mails oder Briefe schreiben, desto eher ändert sich etwas.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.

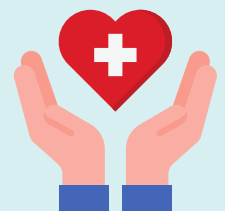


## Nachhaltigkeitstipp 64

### Sich für Gesundheit für alle einsetzen

Gesundheit ist ein grundlegendes Menschenrecht und wir sollten uns bemühen sicherzustellen, dass jeder Zugang dazu hat. Das können wir tun, indem wir auf unsere eigene Gesundheit achten, damit wir für andere da sein können, wenn sie uns brauchen. Darüber hinaus können wir Hilfsprojekte in der dritten Welt unterstützen, die sich für mehr Gesundheit für alle einsetzen. Auf diese Weise können wir das Leben von Menschen, die keinen Zugang zu angemessener Gesundheitsversorgung haben, wirklich verbessern. Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts. Tue deshalb täglich was für deine Gesundheit und die anderer Menschen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





## Nachhaltigkeitstipp 65

### Kümmere dich um Gefühle

Psychische Gesundheit ist ein wichtiges Thema, das uns alle betrifft. In der Schweiz werden psychische Probleme wie Depressionen oder Suizidgedanken häufiger und neue Süchte wie die Game- oder Handy-sucht nehmen zu. Nicht nur unsere körperliche, sondern auch seelische und gesitige Gesundheit ist wichtig, damit es uns allen gut geht und damit wir die Kraft haben auch Menschen in armen Ländern zu helfen. Wenn dich Sorgen oder Ängste plagen, sprich mit deinem Umfeld darüber und sei für andere mit einem offenen Ohr da. Niemand muss mit Problemem alleine sein. Die dargebotene Hand bietet Telefonhilfe für alle Menschen: <https://www.143.ch/>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 66

### Hilf anderen Menschen

In der heutigen Welt scheint es manchmal so, als würde jeder auf sich selbst aufpassen. Aber das Beste, was Menschen tun können, ist, zusammenzukommen und sich gegenseitig zu helfen. Wenn wir zusammenarbeiten, werden wir stärker und können mehr erreichen, als wenn wir alleine sind. Es gibt viele Möglichkeiten, sich gegenseitig zu helfen – vom Anbieten einer helfenden Hand in Zeiten der Not bis zum einfachen Zuhören bei jemandem, der Hilfe braucht. Indem wir uns gegenseitig helfen, können wir unser Leben verbessern und eine bessere Welt für alle schaffen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 67

### Teamarbeit: Gemeinsam sind wir stärker

Teamarbeit ist für jedes erfolgreiche Projekt unerlässlich. Das bedeutet nicht, dass eine Person die ganze Arbeit machen muss, sondern dass alle ihre individuellen Stärken einbringen und sich gegenseitig unterstützen sollen, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen. Die Zusammenarbeit ermöglicht es uns, unsere Fähigkeiten und unser Wissen zu kombinieren, um bessere Ergebnisse zu erzielen, als wir es alleine hätten erreichen können. Jeder Mensch hat besondere Fähigkeiten. Wenn jeder einzelne sein Können in die Gruppe einbringt, kann Grossartiges geschehen. Mannschaftssportler:innen wissen genau: Nur gemeinsam als Gruppe sind sie stark und können erfolgreich sein.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 68

### Sag nein zu Mobbing

Mobbing ist ein ernstes Problem unter Jugendlichen und wird leider immer häufiger. Sie kann online oder offline stattfinden und verheerende Folgen für diejenigen haben, die Mobbing ausgesetzt sind. Der beste Weg, sich gegen Mobbing zu wehren, besteht darin, sich zu weigern, daran teilzunehmen, und sich Hilfe von Erwachsenen zu holen, die eingreifen können. Wir müssen alle zusammenarbeiten, um sicherzustellen, dass niemand in unseren Gemeinden unter Mobbing leiden muss. Wir müssen uns der Anzeichen von Mobbing bewusst sein, es ansprechen, wenn wir es sehen, und die Betroffenen unterstützen. Sagen wir alle nein zu Mobbing!

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





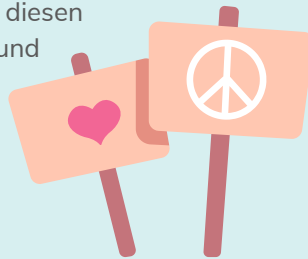


## Nachhaltigkeitstipp 69

### Sei nein zu Gewalt

Gewalt ist niemals die Antwort. Wir müssen uns daran erinnern, dass Gewalt, ob körperlich oder verbal, immer zu Leid und Schmerz führt. Jeder Mensch kann zu Gewalt nein sagen und sich mit Worten und Verständnis statt mit Fäusten und Aggressionen zu wehren. Egal ob gewaltsame Konflikte und Kriege in Ländern oder Gewalt zwischen einzelnen Personen, Gewalt führt nur zu Zerstörung und nie zu einer Lösung. Lass uns alle nein zu Gewalt sagen und ja zu Liebe und Verständnis und gemeinsam an einer friedlicheren Welt arbeiten. Behandle jeden Menschen so gut, wie du selbst behandelt werden möchtest.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 70

### Sei freundlich im Internet unterwegs

Das Internet kann ein sehr sinnvolles Werkzeug sein, um Menschen aus der ganzen Welt miteinander zu verbinden und kann wunderbar zum Lernen genutzt werden. Das Internet hat auch seine Schattenseiten. Unfreundlichkeit und Hass haben in den letzten Jahren im Netz zugenommen. Dies ist besonders für junge Menschen eine Gefahr, die Cybermobbing und Hassreden auf verschiedenen Social-Media-Plattformen stärker ausgesetzt sind. Wir müssen das Internet verantwortungsbewusst nutzen und Hilfe suchen, wenn wir oder jemand, den wir kennen, online belästigt wird. Hier mehr Infos zu Cybermobbing: <https://www.projuventute.ch/de/eltern/medien-internet/cybermobbing>

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 71

### Setz ein Zeichen gegen Weltarmut

Weltarmut ist eine anhaltende globale Krise, die Millionen von Menschen auf der ganzen Welt betrifft. Es leiden immer noch Millionen von Menschen an Hunger und Unterernährung. Das ist eine Tragödie, die niemand erleben sollte. Junge Menschen stehen im Kampf gegen den Welthunger an vorderster Front, da sie sich des Problems oft stärker bewusst sind und bereit sind. Jeder kann bei diesem Kampf helfen, indem er Geld spendet, seine Zeit ehrenamtlich einsetzt oder einfach das Bewusstsein für dieses Problem verbreitet. Was möchtest du gemeinsam mit deiner Klasse für eine Spendenaktion organisieren, um Geld für notleidende Menschen zu sammeln? Gemeinsam können wir viel bewirken.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



## Nachhaltigkeitstipp 72

### Sich gegen Kinderarbeit einsetzen

Bildung ist ein grundlegendes Menschenrecht und dennoch nicht für alle zugänglich. Leider wird Millionen von Kindern auf der ganzen Welt aufgrund von Armut und Kinderarbeit der Zugang zu Bildung verwehrt. Dies hat enorme Auswirkungen auf ihr Leben und ihre Zukunftsaussichten. Es ist wichtig, dass wir alles tun, um dies zu ändern und sicherzustellen, dass jedes Kind die Chance auf Bildung hat. Dazu gehört die Bereitstellung von Büchern, Technologie und Lehrer:innen usw. Was möchtest du gemeinsam mit deiner Klasse für eine Spendenaktion organisieren, um Geld für die Bildung von Kindern in der dritten Welt zu sammeln? Gemeinsam können wir viel bewirken.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





### Nachhaltigkeitstipp 73

#### Hab' Lebensfreude

Es ist kein Geheimnis, dass uns Lebensfreude glücklicher und erfüllter machen kann. Aber was bedeutet es wirklich, Lebensfreude zu haben? Laut der Glücksforschung bedeutet es, starke soziale Beziehungen zu haben und seine Träume zu verfolgen. Auch Dankbarkeit und das Leben im Moment und die Achtung von Tier und Umwelt macht uns laut den Glücksforscher:innen sehr zufrieden. Träume und Lebensfreude sind auch ein wichtiger Teil eines schwungvollen Lebens. Träume zu haben und schöne Erlebnisse zu planen, gibt uns etwas, worauf wir uns freuen können. Was kannst du heute und jeden Tag deines Lebens für deine Lebensfreude und die deiner Mitmenschen tun?

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 74

#### Sei achtsam

Wie oft hetzen wir durch den Alltag und sind im Stress? Achtsamkeit bedeutet das genaue Gegenteil davon. Achtsamkeit bedeutet jeden Moment unseres Lebens bewusst zu leben. Laut der Glücksforschung macht uns das sehr zufrieden. Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, Achtsamkeit zu üben, wie zum Beispiel Meditation, Yoga, Tagebuchschreiben oder einfach, sich jeden Tag eine Auszeit für sich selbst zu nehmen und immer im Augenblick zu leben. Achtsame Menschen gehen besser mit sich selbst, mit ihren Mitmenschen und mit der Umwelt um. Es hat sich gezeigt, dass es ein Gefühl von mehr Glück und Frieden in unserem Leben hervorruft.

Willst du diesen Nachhaltigkeitstipp beherzigen? Dann darfst du deshalb zwei Spielfelder vorrücken.



### Nachhaltigkeitstipp 75

#### Lebe deine Leidenschaft

Wofür schlägt dein Herz? Was tust du leidenschaftlich gerne? Was machst du stundenlang mit grösster Freude? Mit Leidenschaft zu leben ist der Schlüssel zu einem glücklicheren und erfüllteren Leben. Jeder hat einzigartige Talente und besondere Hobbys, die eingesetzt werden können, um die Welt zu einem besseren Ort zu machen. Egal ob beim Malen, Fussball spielen, Musik machen, schreiben... Was auch immer dich begeistert, damit machst du dich selbst glücklich und die Welt zu einem besseren Ort. Ob du durch Freiwilligenarbeit, das Schaffen von Kunst oder einfach durch deine Teilnahme an Aktivitäten dein Leben gestaltest: Tue es und mache jeden Tag, was du gerne tust und teile deine Freude daran mit anderen.

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.



### Nachhaltigkeitstipp 76

#### Carpe diem: Pflücke den Tag

Carpe diem ist ein lateinischer Ausdruck, der übersetzt «nutze/pflücke den Tag» bedeutet. Es ist eine alte Philosophie, die uns ermutigt, das Beste aus jedem Moment zu machen und das Leben in vollen Zügen zu geniessen. Es erinnert uns daran, dass das Leben kurz ist und wir Gelegenheiten nutzen sollten. Warte nicht auf morgen, sondern geniesse das jetzt und hier in vollen Zügen. Das Leben ist ein Geschenk und deshalb sollten wir das Beste daraus machen – jeden Tag. Wir wissen nicht, wie viele Tage unser Leben uns schenkt, aber wir können uns jeden Tag dazu entscheiden, das Schönste daraus zu machen. Wie willst du heute deinen Tag pflücken?

Besprecht den Tipp. Willst du diesen Tipp beherzigen? Entscheide und erkläre deine Antwort.





## Quellenangaben 1/2

Die zehn besten Klimatipps | WWF Schweiz

Nachhaltig leben: 50 Tipps für den grünen Alltag • CareElite

5 Gründe, Google gegen Ecosia zu tauschen

CO2-Abdruck: Jede Sekunde googeln verbraucht 23 Bäume · Dlf Nova (deutschlandfunknova.de)

Mikroplastik in Kosmetikprodukten erkennen und meiden - Die Personalisierungsfunktionen von CodeCheck – |  
||| | || CODECHECK.INFO

<https://www.watson.ch/leben/wissen/896450938-haushalten-mit-reinem-gewissen-mit-diesen-17-tipps-schonst-du-die-umwelt>

<https://www.nabu.de/umwelt-und-ressourcen/oekologisch-leben/alltagsprodukte/10507.html>

<https://utopia.de/galerien/corona-nachhaltiger-leben-tipps-jeden-tag/>

<https://utopia.de/galerien/klimaschutz-tipps/>

<https://www.avenir-suisse.ch/transparenz-fuer-konsumenten/>

<https://www.wwf.ch/de/lebensmittel-label-ratgeber?f%5B2%5D=score%3AAll#guide-content>

<https://utopia.de/sponsored-content/die-welt-verbessern-20-dinge-mit-denen-ihr-sofort-anfangen-koennt/>

LGBTIQ – Schreibung, Definition, Bedeutung, Beispiele | DWDS

<https://www.tagesschau.de/ausland/russland-lgbtq-gesetze-101.html>

<https://www.handmadedekultur.de/projekte/upcycling>

[https://www.nachhaltigkeit.info/artikel/upcycling\\_2004.htm](https://www.nachhaltigkeit.info/artikel/upcycling_2004.htm)

<https://medmix.at/5-ueberraschende-vorteile-gehens/>

<https://www.quarks.de/umwelt/kleidung-so-macht-sie-unsere-umwelt-kaputt/>

<https://arbeits-abc.de/zeit-und-geld-in-erlebnisse-investieren/>

<https://www.aok.de/pk/magazin/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/selber-kochen-ist-gesuender/>

<https://hausinfo.ch/de/wohnen/wohnen-leben/nachhaltig-leben/wasser-sparen.html>

<https://www.proinfirmis.ch/behindertwastun/gleichstellung/ziel-des-behindertengleichstellungsrechts.html>

<https://www.humanrights.ch/de/ipf/menschenrechte/rassismus/dossier/was-ist-rassismus/>



## Quellenangaben 2/2

<https://www.gggfon.ch/rassismus/>

<https://www.igsu.ch/de/clean-up-day/clean-up-day/>

<https://www.deutschlandfunkkultur.de/biodiversitaet-artensterben-folgen-100.html>

<https://www.wwf.de/themen-projekte/artensterben>

<https://schweizertafel.ch>

<https://envoria.com/de/insights-news/how-transparency-prevents-greenwashing>

<https://deinetuete.de/greenwashing-was-ist-das-und-welche-folgen-gibt-es/>

<https://www.srf.ch/sendungen/school/was-ist-solidaritaet>

<https://www.vitaminb.ch/vereinsglossar/anzahl-vereine-in-der-schweiz/>

<https://www.lebendige-traditionen.ch/tradition/de/home/traditionen/vereinswesen.html>

<https://www.spektrum.de/news/positive-psychologie-sei-dankbar/1774092>

<https://www.quarks.de/gesundheit/darum-sind-beruehrungen-so-wichtig/>

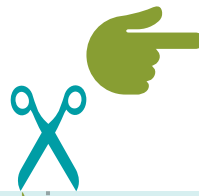
<https://www.ardalpha.de/wissen/psychologie/umarmung-kuscheln-weltkuscheltag-naehe-oxytocin-beruehrung-100.html>

<https://docplayer.org/69893825-Schuelerrat-konzept-schm-stae.html>

<https://www.teamshirts.ch/magazin/freizeit/soziales-engagement>

<https://www.welt.de/wirtschaft/article151109741/So-ungleich-ist-das-Vermoege-auf-der-Welt-verteilt.html>

<https://www.eda.admin.ch/agenda2030/de/home/agenda-2030/die-17-ziele-fuer-eine-nachhaltige-entwicklung.html>



### Wie viel Plastik wird heute im Vergleich zu früher produziert?

- A) 100 mal mehr als in den 1950er Jahren
- B) 20 mal mehr als in den 1960er Jahren
- C) 5 mal mehr als in den 1990er Jahren

#### Richtige Antwort: B

Der WWF (World Wild Life Fund) hat errechnet, dass sich die Produktion von Plastik seit den 60er Jahren verzwanzigfacht hat. 4,9 Milliarden Tonnen Plastik liegen heute auf Deponien oder in der Umwelt. Die Folgen sind bekannt: Eine Vermüllung der Weltmeere und des Festlandes, eine Aufnahme von Mikroplastik in unserem Trinkwasser und Grundwasser und unseren Nahrungsketten. Dies alles führt zu einer Bedrohung der Tier- und Pflanzenwelt und auch des Menschen.

#### Karte #1



Switzerland

### Welcher Anteil des Stroms wird in den Haushalten durch den Stand-By-Modus verbraucht?

- A) 10% des Gesamtstromverbrauchs
- B) 5% des Gesamtstromverbrauchs
- C) 20% des Gesamtstromverbrauchs

#### Richtige Antwort: A

Etwa 10% der Stromrechnung eines Privathaushalts wird durch Geräte im Stand-By-Modus verursacht. Allein eine Stereoanlage verbraucht je nach Alter auf diese Weise mindestens 0.5-5 Watt/Stunde gegenüber 10-50 Watt/h im Gebrauchsmodus. Ein Handyladekabel, dass sinnlos in einer Steckdose stecken bleibt, benötigt immerhin noch 0.5-2 Watt/Stunde, im Gebrauch (Videostreaming) kann dies bis 12 Watt/Stunde sein.

#### Karte #2



Switzerland

### Welche Menge des Treibhausgases CO<sub>2</sub> fällt durch die Produktion von 100 g Butter an?

- A) 1,5 kg CO<sub>2</sub>
- B) 0,53 kg CO<sub>2</sub>
- C) 0,92 kg CO<sub>2</sub>

#### Richtige Antwort: C

Auf 100 g gerechnet verursacht die Produktion von Butter 0,92 kg CO<sub>2</sub>-Emissionen, was ca. 0.5 m<sup>3</sup> CO<sub>2</sub> entspricht. Pflanzliche Alternativen sind klimafreundlicher. Margarine beispielsweise verursacht nur 0,18 kg CO<sub>2</sub> pro 100 g.

#### Karte #3



Switzerland

### Wie viele CO<sub>2</sub>-Emissionen entstehen durch die Produktion von 1 kg Rindfleisch?

- A) 13,6 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalente
- B) 11,3 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalente
- C) 7,3 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalente

#### Richtige Antwort: A

Ein Kilogramm Rindfleisch verursacht im Schnitt 13,6 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalente, vor allem durch das bei der Verdauung entstehende Methan, das 25-mal klimawirksamer ist als CO<sub>2</sub>. Pflanzliche Alternativen zu Fleisch, wie z.B. Kichererbsen, Linsen, Bohnen, Tofu oder Seitan verursachen grundsätzlich eine viel geringere Menge CO<sub>2</sub> und sind deshalb klimafreundlicher.

#### Karte #4



Switzerland





### Wie viele Bäuer:innen produzieren weltweit in «Fair-Trade»-Produktorganisationen?

- A) rund 1 Million Bäuer:innen
- B) rund 2 Millionen Bäuer:innen
- C) rund 10 Millionen Bäuer:innen

#### Richtige Antwort: B

2022 waren insgesamt 1'910 produzierende Organisationen Mitglieder von «Fair-Trade». Sie vertreten damit knapp zwei Millionen Landwirt:innen und Arbeiter:innen. Die wertmässig am meisten gehandelten Produkte sind in dieser Reihenfolge: Bananen, Kaffee, Kakao, Baumwolle, Schnittpflanzen (Blumen), Zuckerrohr und Tee.

Karte #5

### Was versteht man unter dem Qualitäts-Label «Fair Trade»?

- A) fairer Handel mit Lebensmitteln
- B) faire Lebensmittelproduktion
- C) Label für faire Produktion und Handel von Lebensmitteln

#### Richtige Antwort: C

Das «Fairtrade»-Label ist das weltweit bekannteste Label für fairen Handel, in der Schweiz «Fairtrade Max Havelaar» genannt. Die beteiligten Kleinbäuer:innen, Plantagenarbeiter:innen, Produzent:innen, der Handel, die Nutztiere und die Umwelt profitieren alle von gerechten und nachhaltig ausgerichteten Bedingungen. Es geht um mehr Anteil am Gewinn, menschenwürdige Arbeitsbedingungen, Verzicht auf Kinderarbeit und angepasste Landwirtschaftsmethoden.

Karte #6

### Welche Branche verursacht weltweit 37% aller Treibhausgase?

- A) Nahrungsmittelproduktion
- B) Elektronik- und Fahrzeugherstellung
- C) Kleiderherstellung

#### Richtige Antwort: A

Das menschliche Ernährungssystem verursacht ca. 37% der Treibhausgasemission auf unserem Planeten. 12% gehen auf direkte Emissionen wie Tierhaltung, Reisanbau usw. zurück, 12% auf Abholzung, Landnutzungsänderungen und 13% auf Verarbeitung, Transport, Verpackung und Kühlung der Nahrungsmittel.

Karte #7

### Weshalb sind Bienen so wichtig für den Planeten und für die Menschen?

- A) Sie töten gefährliche Fressfeinde.
- B) Sie liefern uns Honig.
- C) Sie sichern unsere Nahrung.

#### Richtige Antwort: C

Verschiedene Bienenarten sind zentral für die Bestäubung von Nahrungs- und Wildpflanzen, d.h. überlebenswichtig für die Sicherstellung unserer Ernährung sowie den Erhalt von Pflanzen. Rund 70 % der weltweit meistgehandelten Nahrungspflanzen benötigen Bestäubung, rund 35% der globalen Nahrungsproduktion ist auf Bestäubung angewiesen. Der Rückgang des Bienenbestandes wird vor allem durch die industrialisierte Landwirtschaft verursacht: Pestizide, Schwund an Lebensraum und Rückgang der Artenvielfalt.

Karte #8



### Welcher Hitzerekord wurde 2020 in der Antarktis gemessen?

- A) - 5° Celsius
- B) - 17.7° Celsius
- C) + 18.3° Celsius

#### Richtige Antwort: B

«Hitzerekord in der Antarktis» schrieb der European Scientist am 19.3.2022. Der Wärmerekord, der am kältesten Punkt der Erde in Wostok gemessen wurde betrug -17,7° Celsius. Das ist 15°C wärmer als die bislang höchste gemessene Temperatur an diesem Ort, wo es im März in der Regel etwa -53°C kalt ist. Die kälteste je gemessene Temperatur vor Ort beträgt -89,2°C. Das zeigt, welches Extrem der neue Wärmerekord darstellt.

Karte #9



### Inwiefern belasten Menschen mit übermässigem Reichtum die Umwelt mehr als andere?

- A) Reiche Menschen verursachen durch ihren Lebensstil einen sehr hohen CO<sub>2</sub>-Fussabdruck.
- B) Reiche Menschen verursachen mit ihren Spenden mehr Umweltbelastung.
- C) Reiche Menschen erben die Umweltbelastung durch ihre Eltern.

#### Richtige Antwort: A

Das reichste eine Prozent der Weltbevölkerung ist gemäss Oxfam zwischen 1990 und 2015 für mehr als doppelt so viele CO<sub>2</sub>-Emissionen verantwortlich wie die ärmsten 50% der ganzen Menschheit. Im Vergleich zu einem Menschen, der zu den ärmsten 10% gehört, ist der geschätzte CO<sub>2</sub>-Fussabdruck eines superreichen Menschen im betreffenden Zeitraum 175mal grösser.

Karte #10



### Welcher Anteil der Naturstätten in der weltweiten UNESCO-Welterbe-Liste ist aktuell gefährdet?

- A) mehr als 10%
- B) mehr als 25%
- C) weniger als 50%

#### Richtige Antwort: A

Die UNESCO zählt aktuell 1'248 Welterbe-Stätten, davon sind 235 Naturstätten. Mehr als 10% dieser Naturstätten sind durch ernste und spezifische Gefahren bedroht, etwa durch Umweltzerstörung, bewaffnete Konflikte oder fehlende Schutzmassnahmen. Positiv hingegen ist, dass allein die Androhung, eine Stätte auf die «rote Liste» zu setzen, in vielen Ländern grosse Schutzbemühungen auslöst.

Karte #11



### Welche Art der Mobilität verursacht am wenigsten Treibhausgase pro km und Person?

- A) das Flugzeug
- B) das Elektroauto
- C) der öffentliche Nah- und Fernverkehr

#### Richtige Antwort: C

Mobilität ist mit einem Anteil von 34% in der Schweiz die belastendste Produktgruppe in Sachen Treibhausgase, an erster Stelle sind es die Flugzeugabgase. Die Rangfolge pro Personen und g/km ist wie folgt: Flugzeug: 270, Auto (Benzin/Diesel): 140, Elektroauto: 106, Bahn Nahverkehr: 93, Bahn Fernverkehr: 46, Linienbus: 37, E-Bike: 7-10, Fahrrad (ein wenig bei der Herstellung) und Fussgängerverkehr: 0.

Karte #12





### Kann die Aufforstung von Wäldern die Erderwärmung stoppen?

- A) Ja, sie kann.
- B) Nein, sie kann nicht.
- C) Teilweise kann sie es.

**Richtige Antwort: C**

Aufforstung alleine ist nicht die Lösung für die Klimakrise. Das Pflanzen von Bäumen ist eine gute Sache, doch um bis zum Jahr 2050 die Klimaneutralität zu erreichen, müssten 1'600'000'000 (1.6 Mia) Hektaren zusätzlicher Wald angelegt werden. Dies entspricht ca. 5x der Fläche Indiens. Damit würde jedoch unter anderem Konkurrenz entstehen zur Landwirtschaftsfläche und somit für Nahrungssicherheit für die wachsende Weltbevölkerung. Aufforstung kann also nur ein Teil der Lösung sein.

Karte #13



### Bei welcher Katastrophe zeigten sich die Folgen der Klimaerwärmung in der Schweiz am dramatischsten?

- A) Bergsturz im Lötschental (Blatten) 2025
- B) Seewasserpegel am Bodensee 2025
- C) Energiekrise 2021/22

**Richtige Antwort: A**

Langzeitmessungen der letzten 25 Jahre zeigen, dass die Temperaturen in den Gebirgsräumen der Schweiz und weltweit eindeutig gestiegen sind, was zum Auftauen des Permafrosts führt. Die neuesten Auswertungen zeigen Veränderungen von -0,1 bis +1,1 Grad im letzten Jahrzehnt 2015-2024 in einer Tiefe von zehn Metern. Der Permafrost oberhalb Blatten und damit verbunden die Felsstabilität wurde also von langfristigen Veränderungen des Klimas und nicht von den Wetterbedingungen der letzten Wochen oder Monate beeinflusst.

Karte #14



### Um welchen Faktor haben monatliche Hitzeextreme im Vergleich mit der Periode 1951-1980 zugenommen?

- A) 90 mal häufiger
- B) 50 mal häufiger
- C) 20 mal häufiger

**Richtige Antwort: A**

Extremtemperaturen in Europa wie die Rekordwerte von 2023 oder 2019 werden nicht länger Ausnahmen bleiben, sondern zur neuen Normalität gehören. Die sieben wärmsten Jahre der globalen Durchschnittstemperatur liegen alle im 21. Jahrhundert. Monatliche Hitzerekorde treten im Vergleich mit der Periode 1951-1980 heute 90x häufiger auf. Der Trend der Durchschnittstemperatur zeigt also steil nach oben.

Karte #15



### Wie viel steigt der globale Meeresspiegel jährlich infolge des Klimawandels an?

- A) 2,25 mm
- B) 1,30 mm
- C) 4,60 mm

**Richtige Antwort: C**

Der Meeresspiegel steigt aus zwei Gründen: Schmelzwasser aus den auftauenden Polarregionen und Ausdehnung des Meerwassers infolge Erwärmung. In den vergangenen Jahren hat sich der Anstieg beschleunigt: Bis 1971 waren es im Schnitt 1.3 mm/Jahr, aktuell sind es 4.6 mm. Der Meeresspiegel kann je nach Entwicklung der CO<sub>2</sub>-Emissionen bis zum Jahr 2100 um bis zu einem Meter steigen und etwa 630 Millionen Menschen direkt betreffen. Immer mehr Menschen – auch in Städten – müssten ihr Leben an den Küsten aufgeben.

Karte #16





### Wie viel neue Wüstenfläche entsteht jährlich?

- A) 12 Millionen Hektar
- B) 10 Millionen Hektar
- C) 8 Millionen Hektar

#### Richtige Antwort: A

Einem Bericht der UN (United Nations) zufolge bilden sich jedes Jahr auf einer Fläche von 12 Millionen Hektaren (120'000 km<sup>2</sup>) neue Wüsten bzw. wüstenähnliche Landschaften (= Desertifikation). Gründe sind nebst dem Klimawandel auch Übernutzung, Abholzung und die industrielle Landwirtschaft. Die Folgen sind Fruchtbarkeitsverluste des Bodens, Dürren und Erosion. Damit geht auch landwirtschaftlich nutzbare Fläche verloren.

Karte #17



Switzerland

### Wie viel Quadratkilometer Wald werden jährlich durch Waldbrände zerstört?

- A) ungefähr 100'000 Quadratkilometer
- B) über 250'000 Quadratkilometer
- C) weniger als 50'000 Quadratkilometer

#### Richtige Antwort: B

2024 wurden insgesamt 301'000 km<sup>2</sup> Wald durch Feuer zerstört, das entspricht etwa der Fläche von Italien. Nebst Freisetzung von CO<sub>2</sub> in die Atmosphäre kommt es dadurch zu erhöhter Erosion, mehr Flutereignissen, zur Beeinträchtigung der Wasserqualität und auch zu Luftverschmutzung. Der Klimawandel verstärkt die Häufigkeit und Intensität der Feuer, d.h. sie breiten sich immer schneller aus. Die meisten Feuer sind von Menschen verursacht.

Karte #18



Switzerland

### Was bedeutet «Kühlgrenz-Temperatur»?

- A) die tiefste Temperaturen in Kühlräumen
- B) die kälteste je gemessene Temperatur auf Erden
- C) die tolerierbare Wärmeschwelle für Menschen

#### Richtige Antwort: C

«Wetbulb-Temperature» (englisch) ist die niedrigste Temperatur, die durch Verdunstungskühlung (durch Abschwitzen, Zugluft) durch den Menschen erreicht werden kann. Wenn die Luftfeuchtigkeit hoch ist, kann der Körper kaum noch durch Schwitzen abkühlen – selbst bei moderaten Temperaturen – und es entsteht Hitzestress, der u.U. sogar zum Tod führen kann. Gewisse Weltregionen werden infolge Temperatur- und Luftfeuchtigkeitsanstieg für Menschen ohne Klimatisierung unbewohnbar werden.

Karte #19



Switzerland

### Warum führt der Klimawandel zur stärkeren Verbreitung gefährlicher Krankheiten?

- A) wegen der globalen Temperaturerhöhung
- B) wegen des Bevölkerungswachstums
- C) wegen der Armut im globalen Süden

#### Richtige Antwort: A

58 Prozent der von Krankheitserregern ausgelösten Leiden können durch den Klimawandel und seine höheren Temperaturen verschlimmert werden. Die Erwärmung an sich, aber auch extreme Wetterphänomene wie Dürren, Überschwemmungen oder Hitzewellen erhöhen das Krankheitsrisiko. Stress oder Mangelernährung schwächen das menschliche Immunsystem und erhöhen damit die Anfälligkeit für Infektionen.

Karte #20



Switzerland



### Welche Worte stehen sinngemäss in der Schweizer Bundesverfassung?

- A) ...fördert die Pflicht des Staates zur Sicherung der Umwelt für kommende Generationen.
- B) ...schützt die natürlichen Lebensgrundlagen und die kulturelle Überlieferung.
- C) ...setzt sich ein für die dauerhafte Erhaltung der natürlichen Lebensgrundlagen.

#### Richtige Antwort: C

Der ganze Artikel 1, Absatz 4 lautet: «Die Schweizerische Eidgenossenschaft setzt sich ein für die dauerhafte Erhaltung der natürlichen Lebensgrundlagen und für eine friedliche und gerechte internationale Ordnung». A) ist Teil der Verfassung Norwegens, B) ist Teil der Verfassung von Bayern. Unser Verfassungsartikel weist auf die Bedeutung von Natur als Lebensgrundlage hin.

Karte #21

### Wie lässt sich die globale Situation der Wale am besten beschreiben?

- A) Die weltweite Walpopulation ist bald ausgestorben.
- B) Die Walpopulation erholt sich in Regionen, in denen sie als ausgestorben galten.
- C) Die Wale sind bereits alle ausgestorben.

#### Richtige Antwort: B

Im 20. Jahrhundert wurden rund 80 % der Wale durch die Hochseefischerei getötet. Seit dem Walfangmoratorium von 1986 erholten sich einige Arten wie der Buckelwal langsam. Geholfen hat dabei auch die Einrichtung von Meeresschutzzonen. Infolge des Klimawandels (Erwärmung der Meere), Unterwasserlärm, Störung ihrer Wanderwege usw. ist das Überleben der Wale jedoch nicht gesichert. Ohne gezielten Walschutz wird ihre Anzahl erneut zurückgehen.

Karte #22

### Wie viele Kinder unter 15 Jahren weltweit müssen Arbeit verrichten?

- A) 0,4 Millionen Kinder
- B) 23 Millionen Kinder
- C) 138 Millionen Kinder

#### Richtige Antwort: C

138 Millionen Kinder unter 15 Jahren sind laut UNICEF (2024) von Kinderarbeit betroffen, 54 Millionen davon richten sogar gefährliche und gesundheitsschädigende Arbeit aus. Kinderarbeit beeinträchtigt die Bildung der Kinder, schränkt ihre Rechte und Zukunftschancen ein und setzt sie der Gefahr körperlicher und seelischer Schäden aus. Weltweit wäre Kinderarbeit, welche Gesundheit, Entwicklung oder Bildung von Kindern gefährdet, durch die UN-Kinderrechtskonvention und andere internationale Abkommen verboten.

Karte #23

### Was kannst du gegen Kinderarbeit tun?

- A) Fair-Trade Schokolade statt übliche Schokolade kaufen.
- B) Eine Spende an UNICEF ausrichten.
- C) Keine Glimmer-Kosmetik kaufen.

#### Richtige Antwort: B

Millionen von Kindern arbeiten für ein besseres Familieneinkommen in Textilfabriken, Landwirtschaft, Recycling, Plantagen, Minen, Mica-Abbau (Glimmer), Tankstellen, usw. Sehr schlimm ist die Situation für Kindersoldaten und in der Kinderpornographie. Unterstütze deshalb wenn möglich Organisationen wie z.B. UNICEF, die sich weltweit für Kinderrechte einsetzen. Aber auch mit dem Kauf von Fair-Trade-Produkten oder dem Verzicht auf Kosmetikprodukte mit Glimmer kannst du dazu beitragen, Kinderarbeit zu vermindern.

Karte #24



### Was versteht man unter «Menschenrechten»?

- A) Rechte, die für alle Menschen gelten.
- B) Meinungs-, Versammlungsfreiheit und Wahlrecht.
- C) Rechte, die vom Völkerbund beschlossen wurden.

#### Richtige Antwort: A

Die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte (AEMR) wurden als Reaktion auf den 2. Weltkrieg verfasst. Die total 30 Artikel wurden 1948 von 48 Staaten in den UN (United Nations) ohne Gegenstimme angenommen. Sie beinhalten politische, persönliche, soziale und wirtschaftliche Rechte. Sie sind zwar nicht vertraglich vereinbart, haben jedoch einen grossen Einfluss auf diverse spätere staatliche Verträge und Verfassungen, wie z.B. die Europäische Menschenrechtskonvention.

Karte #25

### Wo hat sich die Lage der Menschenrechte im Vergleich zu früher verbessert?

- A) Ägypten
- B) Indonesien
- C) Nordkorea

#### Richtige Antwort: B

Nordkorea ist eine diktatorische Militärdiktatur, Ägypten hat sich nach dem «Arabischen Frühling» durch einen Militärputsch zu einem autoritären Regimes entwickelt. In Indonesien hingegen wurden nach dem Sturz von Präsident Suharto (1998) grosse Fortschritte zu einer pluralistischen Demokratie gemacht. Reformen betrafen z.B. die Pressefreiheit, Verminderung des Einflusses des Militärs und auch Wahlgänge, welche internationalen Standards entsprechen.

Karte #26

### Was versteht man unter dem Ausdruck «Gender-Pay-Gap»?

- A) genetische Unterschiede der Geschlechter
- B) Lohnunterschiede zwischen den Generationen
- C) Lohnunterschiede zwischen Mann / Frau für gleichwertige Arbeit

#### Richtige Antwort: C

Weibliche Angestellte erhalten laut eidgenössischer Statistik im Schnitt 16.2% (2022) weniger Lohn als Männer, welche dieselbe Arbeit ausführen. Seit 2020 sind Betriebe mit mehr als 100 Mitarbeitenden verpflichtet, eine Lohnvergleichsanalyse durchzuführen. Nur die Hälfte tut dies jedoch, es werden deshalb strengere Massnahmen wie z.B. Bussen gefordert.

Karte #27

### Wie viele Menschen in der Schweiz gelten als Menschen mit Behinderung?

- A) jeder 6. Mensch
- B) jeder 15. Mensch
- C) jeder 20. Mensch

#### Richtige Antwort: A

Ungefähr 1.7 Millionen Menschen in der Schweiz leben mit Behinderungen. Ihr Anteil steigt mit dem Alter stark an. Menschen mit Behinderung haben schlechtere Chancen auf dem Wohn- und Arbeitsmarkt und erleben oft Diskriminierung. Die Schweiz verpflichtete sich mit ihrem Beitritt zur UN-Behindertenrechtskonvention 2014 zu einer inklusiven Gesellschaft.

Karte #28





### Was bedeutet «barrierefrei» bei Örtlichkeiten?

- A) Es sind keine Stufen oder Treppen vorhanden.
- B) Alle Menschen haben ohne fremde Hilfe und ohne besondere Erschwernis Zugang.
- C) Es hat einen Lift für schwellenfreien Zugang.

#### Richtige Antwort: B

Eine Örtlichkeit ist dann «barrierefrei», wenn sie für alle Menschen ohne fremde Hilfe oder besondere Erschwernisse zugänglich ist. Dies umfasst sowohl räumliche Anforderungen als auch kommunikative bzw. informationsbezogene Anforderungen. «Barrierefrei» ersetzt die ältere Bezeichnung «behinderten-gerecht», da erstere klarer ist. Gemäss *Inclusion Handicap Schweiz* ist der öffentliche Verkehr noch weit von der vollen Barrierefreiheit entfernt.

Karte #29



### Was bedeutet «Postwachstum»-Ökonomie?

- A) Eine Wirtschaft, die stets weiter wächst.
- B) Ein wirtschaftliches Denken, das grundlegende Fragen zum Wirtschaftswachstum stellt.
- C) Ein Wirtschaftswachstum, das ohne gleichzeitige ökologische Belastung möglich ist.

#### Richtige Antwort: B

Angeregt durch die immer grösser werdende Belastung unseres Planeten durch unser Art des Wirtschaftens, hat seit der Jahrtausendwende eine Diskussion eingesetzt, die kritische Fragen an das aktuelle Wirtschaftssystem stellt. Fragen wie z.B. : Wie können Gesellschaften gedacht werden, in denen mit weniger Wachstum – z.B. Rohstoff- oder Energieverbrauch – ein gutes Leben für alle Menschen erreicht werden kann?

Karte #30



### Wann wurde die Generation der «Baby-boomer:innen» geboren?

- A) zwischen 1946 und 1964
- B) zwischen 1950 und 1970
- C) nach 1980

#### Richtige Antwort: A

In der Soziologie ist es üblich, dass die verschiedenen Generationen mit ihren charakteristischen Eigenschaften beschrieben werden. Die Nachkriegs-Generation wird aufgrund ihrer hohen Geburtenrate als Generation «Babyboomer:innen» bezeichnet. Sie ist geprägt von einer Phase wirtschaftlichen Aufschwungs und zeichnet durch einen Fokus auf Arbeit und Karriere aus. Da die Babyboomer:innen sehr zahlreich sind und jetzt zunehmend aus dem Arbeitsleben ausscheiden, stellen der Fachkräftemangel und die Belastung der AHV Gesellschaft und Wirtschaft vor neue Herausforderungen.

Karte #31



### Welches Gefäss könnte man mit 1 Tonne CO<sub>2</sub> gerade füllen?

- A) ein Weinfass
- B) ein Kinderzimmer
- C) ein Einfamilienhaus

#### Richtige Antwort: C

Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>) ist ein Treibhausgas und Hauptfaktor für die Klimaerwärmung. Es entsteht hauptsächlich bei der Verbrennung von fossilen Brennstoffen. Eine Tonne CO<sub>2</sub> entspricht, als Bild betrachtet, einem Würfel mit jeweils 8.13 m Kantenlänge, was ungefähr dem Inhalt eines kleineren Einfamilienhauses entspricht.

Die Menschheit stösst pro Jahr ca. 37 Milliarden (37'000'000'000) Tonnen Kohlendioxid aus – eine unvorstellbare Menge.

Karte #32





### Was bedeutet die englische Abkürzung LGBTIQ?

- A) Love, Great, Big, Tall, Intelligent, Querent
- B) Lesbian, Gay, Bisexual, Trans, Inter, Quer
- C) Lovely, Grateful, Bold, Terrific, Individual, Quiet

**Richtige Antwort: B**

Die Abkürzung ist Englisch und wird auf Deutsch auch mit LSBTIQ = *lesbisch, schwul, bisexuell, transsexuell, transgender, intergeschlechtliche* und *queer* beschrieben. Sie ist eine Selbstbezeichnung für Menschen, die wegen ihrer sexuellen Orientierung, ihrer Geschlechtsidentität oder ihres Körpers von der gesellschaftlichen Norm abweichen und deshalb in vielen Ländern rechtlich und gesellschaftlich ausgegrenzt werden.

Karte #33

### Was bedeutet ein «Tipping-Point» im Klimasystem?

- A) ein wichtiger Nebeneffekt
- B) ein Höhepunkt
- C) ein unvorhersehbarer Kipp-Punkt

**Richtige Antwort: C**

Ein «Tipping-Point» – deutsch Klima-Kipppunkt – wird als eine schwer voraussagbare Schwelle definiert, jenseits derer es zu schnellen und nicht umkehrbaren Veränderungen im Klimasystem kommen kann. Das Überschreiten eines oder mehrerer potenzieller Kipppunkte könnte die Erderwärmung stark und abrupt beschleunigen. Das Absterben aller Korallen infolge Ozeanerwärmung oder das Auftauen der Permafrostböden in Sibirien und Kanada mit massivem Methanaustritt sind zwei Beispiele.

Karte #34

### Was ist die korrekte Bezeichnung für einen Menschen mit geistiger oder körperlicher Beeinträchtigung?

- A) Mensch mit Behinderung
- B) Behinderte, Behinderter
- C) Invalide, Invaliden

**Richtige Antwort: A**

Personen als «Behinderte» oder «Invalide» zu bezeichnen, reduziert sie auf eine einzige Eigenschaft und umfasst, dass sie als Mensch unfähig, nicht vollwertig oder gar wertlos sind. Da dies weder zutrifft noch den unterschiedlichen Ausprägungen von Behinderungen gerecht wird, spricht man heute vielmehr von «Menschen mit Behinderung». Wer dabei ganz genau sein möchte, kann die Behinderung auch spezifizieren, also: Mensch mit Gehbehinderung, Mensch mit Hörbehinderung, Mensch mit einer kognitiven Beeinträchtigung etc.

Karte #35

### Welche Menschen bezeichnen sich üblicherweise als «transgender»?

- A) Menschen, die männliche und gleichzeitig weibliche Geschlechtsmerkmale haben.
- B) Menschen, die sich mit keinem der beiden Geschlechter identifizieren.
- C) Menschen ohne Identifikation mit dem Geschlecht, das ihnen bei Geburt zugewiesen wurde.

**Richtige Antwort: C**

Transgender identifizieren sich – ganz oder teilweise – nicht mit dem bei Geburt zugewiesenen biologischen Geschlecht. Transpersonen schaffen damit neue Geschlechtsidentitäten, die über das in der Gesellschaft verankerte Geschlechtsmodell von ausschliesslich männlich und weiblich hinausgehen.

Karte #36



### Welcher Ausdruck steht typischerweise für die Generation «Y»?

- A) YOLO
- B) Live@work
- C) You love your Life

#### Richtige Antwort: A

YOLO steht für «You only live once» bzw. «Du lebst nur einmal». 1981-96 geboren, ist sie die erste Generation, die komplett mit digitalen Technologien aufgewachsen und stark durch Social Media geprägt ist. YOLO steht für Selbstverwirklichung und Geniessen des Moments, zugleich aber auch für die zunehmende ökologische, soziale und politisch empfundene neue Unsicherheit. Der Buchstabe Y – englisch: why – soll dabei auf die Neigung zum Hinterfragen der traditionellen Lebensweise hindeuten.

Karte #37

### Wie viel Geld verdient ein:e Textilarbeiter:in in Bangladesh pro Tag?

- A) Fr. 21.05
- B) Fr. 1.83
- C) Fr. 3.50

#### Richtige Antwort: C

Seit 2023 liegt der gesetzliche Mindestlohn im Textilgewerbe bei einer 48 h-Woche bei 12.500 Taka (= etwa Fr. 103.-) im Monat. Die Lebenshaltungskosten pro erwachsene Person sind ca. Fr. 185.-. Das bedeutet, dass sich Arbeiter:innen mit ihrem Lohn nur ungefähr 55% eines menschenwürdigen Lebens leisten können. Viele leisten deshalb Überstunden, nehmen Kredite auf, lassen gar Mahlzeiten aus oder lassen ihre Kinder mitarbeiten, um zu überleben. Ein faires Einkaufen bei H&M, Inditex (Zara) oder C&A wird damit für uns als Konsument:innen schwierig.

Karte #38

### Wie viel Geld hat ein Mensch pro Tag maximal zur Verfügung, der unter «extremer Armut» leidet?

- A) 2.15 Dollar
- B) 18.50 Dollar
- C) 5.70 Dollar

#### Richtige Antwort: A

Ein Mensch – es betrifft vor allem Kinder – lebt nach absoluten Werten in «extremer Armut», wenn er weniger als 2.15 Dollar pro Tag in der lokalen Währung zur Verfügung hat. «Die absolut Armen sind Menschen, die unter schlimmen Entbehrungen und in einem Zustand von Verwahrlosung und Entwürdigung ums Überleben kämpfen, der unsere durch intellektuelle Phantasie und privilegierte Verhältnisse geprägte Vorstellungskraft übersteigt».

Karte #39

### Wie viele Menschen weltweit leben in extremer Armut?

- A) Ungefähr 5.3% der Weltbevölkerung
- B) Ungefähr 8.5% der Weltbevölkerung
- C) Ungefähr 20.8% der Weltbevölkerung

#### Richtige Antwort: B

2024 lebten nach Schätzungen der Weltbank noch fast 700 Millionen Menschen (rund 8.5% der Weltbevölkerung) in extremer Armut. Ob diese Zahl weiter sinken wird wie bisher, hängt von der weiteren Entwicklung ab, der Trend geht aber aktuell (2025) in die falsche Richtung. Im Jahr 2010 waren es noch 16%. Am meisten Fortschritte konnte bisher die Region Ostasien/Pazifik, am wenigsten die Subsahara-Region machen.

Karte #40



Wie viel Mikroplastik nimmt ein Mensch durch seine Ernährung pro Woche ungefähr auf?

- A) 5-10 Gramm
- B) 0.5-5 Gramm
- C) 0.1-0.5 Gramm

**Richtige Antwort: B**

0.5-5 Gramm winzige Plastikteilchen gelangen durchschnittlich innerhalb einer Woche durch Magen/Darm und durch Lunge in den Menschen. 5 Gramm entsprechen dem Gewicht einer Kreditkarte. Den grössten Teil dieses Mikroplastiks scheiden wir wieder aus – ein kleiner Teil bleibt aber im Körper zurück. Ob von den aufgenommenen Mikro- und Nanokunststoffen ein Gesundheitsrisiko ausgeht, wird zurzeit in zahlreichen Studien untersucht, ist aber bisher noch nicht abschliessend geklärt.

Karte #41

Was sind die indirekten Folgen des aktuellen Klimawandels?

- A) Das Wirtschaftswachstum wird gebremst.
- B) Die ökologischen Schäden in südlichen Ländern steigen an.
- C) Es treten verschiedenste Arten von Schäden auf dem ganzen Planeten auf.

**Richtige Antwort: C**

Dies können sein: Hunger- und Wasserkrisen, Existenzbedrohung durch Überschwemmungen, Dürren, Waldbrände, Boden-Versalzung, Zunahme an Migration, Finanzaufwand für Klimafolgeschäden, Zunahme von Schädlingen und Krankheitserregern, Verlust an Biodiversität, Ozeanversauerung, Schäden an Infrastruktur und im Tourismus, usw.

Karte #42

Wie alt sind die Kinderrechte der Vereinten Nationen (UN) ?

- A) ca. 50 Jahre
- B) ca. 15 Jahre
- C) ca. 35 Jahre

**Richtige Antwort: C**

Die UN-Kinderkonvention von 1989 hat mitgeholfen, die Rechte von Kindern in vielen Staaten weltweit zu verankern. Kinder besitzen das Recht auf Gleichheit, Gesundheit, Bildung, Spiel und Freizeit, freie Meinungsäusserung und Mitbeteiligung, eine gewaltfreie Erziehung, Schutz gegen Krieg usw. 1997 hat die Schweiz das UNO-Übereinkommen über die Rechte des Kindes in Kraft gesetzt.

Karte #43

Welcher Anteil der Menschen leben weltweit in einem demokratisch regierten Land?

- A) 42% der Weltbevölkerung
- B) 34% der Weltbevölkerung
- C) 57% der Weltbevölkerung

**Richtige Antwort: A**

42.5% der Menschheit lebt 2024 in einer Demokratie. Aber nur 25 von 167 erfasste Länder gelten als vollständige Demokratien, wo nur 15% der Weltbevölkerung leben. Mehr als die Hälfte der Menschen lebt somit in einem nicht-demokratischen System, wovon 36% in einem Land mit einer autoritären Regierungsform leben. Die aktuelle Tendenz geht in Richtung von mehr autoritären Regierungen, Demokratien sind auf dem Rückzug.

Karte #44



Welche Altersgruppe ist global gesehen am meisten von «extremer Armut» betroffen?

- A) Senior:innen
- B) Kinder
- C) Erwachsene

**Richtige Antwort: B**

Kinder sind überproportional von extremer Armut betroffen. Etwa 46% der in extremer Armut lebenden Menschen sind Kinder unter 14 Jahren, was heissen: fast die Hälfte der Menschen in extremer Armut sind Kinder, in Zahlen sind es ca. 360 Millionen Kinder. In ländlichen Regionen und in Ländern mit gewaltsamen Konflikten und politischer Instabilität sind sie am stärksten gefährdet.

Karte #45

Welche amerikanische Firma hat bewusst ihr wichtiges Wissen über ihren Einfluss auf die Erderwärmung verschwiegen?

- A) Texas-Gasoil
- B) Exxon-Mobile
- C) Alabama-Fossil

**Richtige Antwort: B**

Forscher:innen von ExxonMobil haben seit den 1970er Jahren die derzeitige globale Erwärmung mit erstaunlich grosser Genauigkeit vorhergesagt. Sie warnten die Unternehmensleitung mehrmals vor dem «katastrophalen Risiko». Doch die Konzernleitung hat auf «klimaverbrecherische» Weise die Öffentlichkeit bewusst getäuscht, Hunderte Milliarden Petro-Dollars verdient und der Menschheit Jahrzehnte geraubt, um dem Klimawandel zu begegnen.

Karte #46

Methan und Kohlendioxid sind zwei wichtige Treibhausgase. Welches der beiden hat die grössere Wirkung auf die Erderwärmung?

- A) Methan ( $\text{CH}_4$ )
- B) Kohlen-Dioxid ( $\text{CO}_2$ )
- C) beide Gase gleich

**Richtige Antwort: C**

$\text{CO}_2$  (Kohlen-Dioxid) ist das am meisten verbreitete, durch Menschen verursachte Treibhausgas, v.a. durch Verbrennung von fossilen Brennstoffen. Seit der industriellen Revolution steigen die  $\text{CO}_2$ -Werte in der Atmosphäre bis heute rapide an. Methan, welches vorwiegend aus dem auftauenden Permafrost und aus der Landwirtschaft (Reisanbau, Viehzucht) stammt, heizt die Atmosphäre zwar viel stärker auf als  $\text{CO}_2$ , es baut sich jedoch innerhalb der Atmosphäre viel schneller ab als  $\text{CO}_2$ , welches mehrere 100 Jahre in der Atmosphäre bleibt.

Karte #47

Ist die menschenverursachte Klimaerwärmung eine Tatsache oder bloss eine Theorie?

- A) Klimawandel ist eine nicht bewiesene wissenschaftliche Theorie.
- B) Klimawandel ist eine wissenschaftliche Hypothese.
- C) Klimawandel ist eine wissenschaftlich belegte Tatsache.

**Richtige Antwort: C**

In der Wissenschaft besteht seit Anfang der 1990er Jahre Einigkeit darüber, dass sich die Erde erwärmt und dass diese Erwärmung hauptsächlich durch menschliche Aktivitäten verursacht wird. Diese wissenschaftliche Einschätzung wird durch einzelne Wissenschaftler und durch Wissenschaftsorganisationen gestützt, von denen viele mit den Arbeiten des *Intergovernmental Panel on Climate Change* (IPCC) übereinstimmen. Das IPCC stellt alle 6 Jahre das aktuelle Klimawissen in einem mehrere hundert Seiten umfassenden Bericht zusammen.



### Wie lässt sich die Klimakrise aufhalten oder zumindest verlangsamen?

- A) die Gesellschaft und das Wirtschaften nachhaltig gestalten
- B) Einführung einer globalen Besteuerung von CO<sub>2</sub>
- C) technische Innovationen vorantreiben

#### Richtige Antwort: A

Es braucht ein Bündel an Massnahmen, die zusammen den Treibhausgasausstoss massiv und schnell senken können wie z.B.: Ausrichtung auf erneuerbare Energieproduktion, eine Verkehrswende, energieeffiziente Gebäude, eine Kreislaufwirtschaft umsetzen, eine Ökologisierung der Landwirtschaft, weniger Fleischkonsum usw. Das Ganze braucht den politischen Willen, damit diese Transformation sozial und global gerecht gestaltet werden kann. Technische Innovationen können dabei helfen, den Übergang in eine emissionsarme Zukunft zu schaffen.

Karte #49

### Kann sich die Tierwelt dem aktuellen Klimawandel auf der Erde anpassen?

- A) Ja, alle Arten können sich anpassen.
- B) Nein, die Veränderung des Klimas erfolgt zu schnell.
- C) Sie kann es nur in beschränktem Mass.

#### Richtige Antwort: C

Tiere haben zwei Möglichkeiten: sie passen den Lebenslauf an, z.B. lokale Vögel brüten früher. Oder sie weichen in kühlere Klimagebiete aus. Beide Anpassungen haben jedoch Grenzen, vor allem weil der menschlich verursachte Klimawandel schneller verläuft als frühere, nicht menschlich verursachte Klimawandel. Dadurch geraten Lebenszyklen aus dem Takt: z.B. schlüpfen Insekten wegen der milderen Winter früher im Jahr und wenn die Zugvögel aus dem Winterquartier im Süden zurückkehren, finden sie weniger Nahrung vor.

Karte #50

### Sind die heutigen Klimaveränderungen auf der Erde nicht völlig natürlich?

- A) Doch, denn es gab schon immer Klimawandel.
- B) So ganz sicher wissen wir das erst in 50 Jahren.
- C) Nein, denn sie können so nicht erklärt werden.

#### Richtige Antwort: C

Das Klima hat sich in der Erdgeschichte schon oft verändert. Die jetzige, rapide Veränderung kann jedoch mit natürlichen Mechanismen nicht erklärt werden. Erstens wirken bekannte natürliche, klimabeeinflussende Faktoren entweder über viel längere Zeiträume oder sie haben sich innerhalb der vergangenen Jahrzehnte nicht verändert. Zweitens lassen sich nur dann die Klimaveränderungen vergangener Jahrzehnte in Klimamodellen modellieren, wenn der von Menschen verursachte Treibhauseffekt in die Kalkulation einbezogen wird.

Karte #51

### Was sind die möglichen direkten Folgen der Klimaerwärmung auf unserem Planeten?

- A) Bananenplantagen in Mitteleuropa
- B) Dürren, Stürme, Eisschmelze weltweit, Anstieg des Meeresspiegel
- C) unbewohnbare Städte auf der ganzen Welt

#### Richtige Antwort: B

Zu den direkten Folgen der steigenden Maximaltemperaturen auf der Erde gehören unter anderem: Weniger Kälte im Winter, steigende Meeresspiegel, mehr Starkregen und Hagel, mehr heftige tropische Wirbelstürme, Zunahme von Trockenheit und Dürre, Rückgang des arktischen Meereises und der Gebirgsgletscher und auftauender Permafrost.

Karte #52





### Wann und wo ist die erste Vereinigung der «Gemeinwohl-Ökonomie» entstanden?

- A) 1999 in Barcelona, Spanien
- B) 2004 in Kyoto, Japan
- C) 2011 in Wien, Österreich

#### Richtige Antwort: C

2011 wurde in Österreich der erste nationale Verein für Gemeinwohl-Ökonomie (GWÖ) gegründet. GWÖ ist ein alternatives Wirtschaftsmodell, dessen Ziel ein «Gutes Leben für alle» auf einem gesunden Planeten ist. 2024 erfolgte die internationale Umbenennung der Bewegung in ECONGOOD (= Economy for Common Good). Aktuell gibt es knapp 5'000 Mitglieder in 33 Ländern und über 1'300 bilanzierte Firmen, Gemeinden und Organisationen.

Karte #53

### Was ist die «Gemeinwohl-Ökonomie»?

- A) Gemeinwohl-Ökonomie steht für Gewinn, Wertewandel und ökologischer Wandel.
- B) Gemeinwohl-Ökonomie steht für ein Wirtschaftsmodell, bei dem Mensch und Umwelt im Zentrum stehen.
- C) Gemeinwohl-Ökonomie steht für eine zukunftsgerichtete, ökologische Partei.

#### Richtige Antwort: B

Die Gemeinwohl-Ökonomie ist ein nachhaltiges Wirtschaftsmodell mit dem Ziel einer Wirtschaftskultur, welche auf ethischen Werten aufbaut. Die Bewegung Gemeinwohl-Ökonomie setzt sich dafür ein, dass ethisches Wirtschaften zur Selbstverständlichkeit wird – was allen Menschen und der Umwelt zugutekommt.

Karte #54

### Was sind die vier zentralen Werte des Wirtschaftsmodells «Gemeinwohl-Ökonomie»?

- A) Gewinnstreben, Konkurrenz, Leistungsdenken, Natur ohne Eigenwert
- B) Menschenwürde, Solidarität/Gerechtigkeit, ökologische Nachhaltigkeit, Transparenz/Mitbestimmung
- C) Gleichheit aller Menschen, kein Privateigentum, Arbeit nur nach Bedürfnis, Lenkung der Produktion durch den Staat

#### Richtige Antwort: B

Auf diesen vier grundlegenden Werten baut das Wirtschaftsmodell «Gemeinwohl-Ökonomie» auf. Damit will sie einerseits eine Basis für eine visionäre, nachhaltige Form des Wirtschaftens legen, andererseits setzt sie diese Werte mit der Gemeinwohl-Bilanzierung von Unternehmen und mit anderen Instrumenten bereits heute konkret um.

Karte #55

### Was ist die Gemeinwohl-Bilanz von ECONGOOD?

- A) Bewertungsverfahren, das den Beitrag einer Firma zum Gemeinwohl prüft
- B) Beurteilungsverfahren aus der nachhaltigen Nahrungsmittelherstellung
- C) Bilanzverfahren für profitorientierte Betriebe

#### Richtige Antwort: A

Die Gemeinwohl-Bilanz ist das Herzstück der Gemeinwohl-Ökonomie. Es ist ein Instrument, an dem sich Organisationen, Unternehmen, Gemeinden und Bildungseinrichtungen usw. orientieren können, um ihren Weg zu finden, einen Beitrag zum Gemeinwohl zu leisten. Mit dem Reporting (Bericht) werden auch die erreichte Punktzahl festgehalten und Verbesserungsmöglichkeiten aufgezeigt.

Karte #56



Wie viele Menschen weltweit haben keinen Zugang zu sauberem, sicher aufbereitetem Trinkwasser?

- A) 0.5 Milliarden Menschen
- B) 2 Milliarden Menschen
- C) 1 Milliarde Menschen

**Richtige Antwort: B**

Trotz Fortschritten in der weltweiten Wasserversorgung haben rund zwei Milliarden Menschen weltweit noch keinen regelmässigen Zugang zu sauberem Wasser. Etwa 750 Millionen Menschen haben überhaupt keinen sicheren Zugang zu Trinkwasser. Betroffen sind vorwiegend Familien in ländlichen, armen Gebieten in Afrika, Asien und Lateinamerika.

Karte #57

Welche dieser drei Aktivitäten, die du täglich zuhause ausführen kannst, schonen das Klima am meisten?

- A) Ich trinke Leitungswasser.
- B) In meinem Zimmer stehen viele Zimmerpflanzen.
- C) Ich kaufe Kleider online ein.

**Richtige Antwort: A**

Leitungswasser ist bei uns von guter Qualität und damit ein sicheres Lebensmittel. Leitungswasser verursacht im Vergleich mit Mineralwasser aus der Flasche eine sehr geringe Klimabelastung. Pro Liter gekauftes Mineralwasser fallen durchschnittlich 202 g CO<sub>2</sub> an, für Leitungswasser hingegen nur 0.35 g, also 575mal weniger. Die hohe Klimabelastung von Mineralwasser ergibt sich aus dem Aufwand für Transport und Verpackung (Herstellung und Entsorgung/Recycling).

Karte #58

Wie viele Menschen weltweit müssen jährlich aus ihrer Heimat flüchten?

- A) 2'000 Millionen (2'000'000'000) Menschen
- B) 125 Millionen (125'000'000) Menschen
- C) 20 Millionen (20'000'000) Menschen

**Richtige Antwort: B**

123 Millionen Menschen auf der ganzen Welt sind 2025 gezwungen, aus ihrer Heimat zu fliehen. 36.8 Millionen gelten offiziell als Flüchtlinge, 73.5 Millionen flüchten im eigenen Land und gelten als Binnenflüchtlinge. Die restlichen rund 50 Millionen Flüchtlinge sind internationale Migrant:innen und kommen z.T. nach Europa. 5.9 Millionen brauchen internationalen Schutz, weil sie z.B. keinen Pass haben, 8.4 Millionen sind Asylsuchende. Die Klimakrise führt dazu, dass immer mehr Menschen ihre Heimat verlassen müssen.

Karte #59

Welcher Anteil der Menschen, die in extremer Armut leben, sind Frauen oder Mädchen?

- A) 45%
- B) 55%
- C) 60%

**Richtige Antwort: B**

Die geschlechtsspezifische Armut ist in den letzten Jahren weiter gestiegen. Besonders betroffen ist die Altersgruppe der 25- bis 34-Jährigen. In diesem Alter haben Frauen eine 25% höhere Wahrscheinlichkeit von extremer Armut betroffen zu sein als Männer. Frauen leisten insbesondere in dieser Lebensphase viel unbezahlte «Care-Arbeit» und ihr erschwerter Zugang zu Bildung verhindert ebenso das Entkommen aus der Armut.

Karte #60



### Wie viele Menschen weltweit leiden unter Hunger?

- A) 356 Millionen Menschen
- B) 1'500 Millionen Menschen
- C) 800 Millionen Menschen

**Richtige Antwort: C**

Mehr als 800 Millionen Menschen weltweit hatten 2021 nicht genügend Nahrung, um ein gesundes Leben führen zu können. Rund 2.4 Milliarden Menschen hatten keinen regelmässigen Zugang zu nahrhaften Lebensmitteln oder litten an Mangelernährung (zu wenig Vitamine und Mineralstoffe). 3 Millionen Kinder sterben jedes Jahr an Unterernährung – etwa 7'000 Kinder täglich. Gleichzeitig werden weltweit etwa 1,3 Milliarden Tonnen Lebensmittel jährlich verschwendet, was bildlich gesprochen etwa 5'850 riesigen Containerschiffen entspricht.

Karte #61



### Wie viele Mädchen weltweit haben keine Schulbildung?

- A) 40 Millionen Mädchen
- B) 125 Millionen Mädchen
- C) 0.35 Millionen Mädchen

**Richtige Antwort: B**

Obwohl die Zahl der nicht eingeschulten Mädchen in den letzten 20 Jahren um 39 % gesunken ist, bleiben weltweit noch immer 122 Millionen Mädchen ohne Zugang zu Bildung. Besonders in Südasien haben Mädchen im Alter von 15 bis 19 Jahren eine dreimal höhere Wahrscheinlichkeit als Buben, weder eine Schule besuchen zu können noch in Ausbildung oder Beschäftigung zu sein. In einigen Gesellschaften wird den Mädchen aus religiösen Gründen der Zugang zu Schulbildung grundsätzlich verweigert, z.B. in Afghanistan.

Karte #62



### Was versteht man unter dem «ökologischen Fussabdruck»? Es geht dabei um die Fläche...

- A) ...welche die Menschheit braucht, um ihren jährlichen Bedarf an Ressourcen abzudecken.
- B) ...welche pro Jahr durch Menschen zerstört wird.
- C) ...auf welcher jährlich nachwachsende Ressourcen produziert werden.

**Richtige Antwort: A**

Die Weltbevölkerung hat 2022 ca. 1.7mal mehr an natürlichen Ressourcen verbraucht, als ihr in diesem Jahr zur Verfügung stehen. Somit ist ihr ökologischer Fussabdruck klar zu hoch. Die Konsummenge in der Schweiz entspricht im Durchschnitt sogar der Biokapazität von 2.87 Planeten (2025). Möglich ist dies nur, weil wir auf Kosten von anderen Weltregionen – z.B. Indien, Afrika – leben, deren Fussabdruck bedeutend geringer als 1.0 ist.

Karte #63



### Wie viel Prozent des elektrischen Stroms wird aktuell (2025) weltweit durch alternative Energien produziert?

- A) 70.5%
- B) 30.3%
- C) 53.5%

**Richtige Antwort: B**

Bei elektrischer Energie immerhin knapp ein Drittel, bei Wärmeerzeugung erst 10% und bei Treibstoffen (Fahr- und Flugzeuge) sogar nur 3.5%, womit wir weit hinter dem notwendigen Umbau unserer Energieversorgung liegen, um das 2015 in Paris vereinbarte Klimaziel von einer Erwärmung unterhalb von 2°C gegenüber der vorindustriellen Zeit zu erreichen. China ist beim Zubau erneuerbaren Stroms führend, gefolgt von den USA und Europa.

Karte #64





### Was bedeutet die chemische Formel CO<sub>2</sub>?

- A) Kohle und Sauerstoff
- B) Kohlen-Dioxid
- C) Kohlenstofffreie Ozeane

**Richtige Antwort: B**

Kohlen-Dioxid ist eine chemische Verbindung aus Sauerstoff (O) und Kohlenstoff (C). Seine Entstehung durch Verbrennung fossiler Brennstoffe ist einer der Hauptfaktoren für die menschengemachte globale Erwärmung. Verglichen mit anderen Treibhausgasen wird es sehr langsam abgebaut und verbleibt deshalb über hundert Jahre in der Erdatmosphäre.

Karte #65

### Was bedeutet «Veganuary»?

- A) den ganzen Monat Januar lang vegan essen, um das Klima zu schützen.
- B) ein veganes Eier-Ersatzprodukt
- C) ein veganes Ernährungsprogramm zur Gesundheitsförderung in der Schweiz

**Richtige Antwort: A**

Diese Aktion zieht zunehmend mehr Menschen an, welche eine Welt ohne industrielle Tierhaltung und eine klimaschonende Nahrungsmittelproduktion wollen. 2014 bis 2020 konnten damit rund 103'840 Tonnen CO<sub>2</sub> eingespart werden, was etwa 5'000 Autofahrten um die ganze Erde entspricht. 2022 nahmen bereits 629'000 Menschen aus über 200 Ländern und Regionen daran teil.

Karte #66

### Warum ist CO<sub>2</sub> so schädlich für unser Klima?

- A) Es ist selbstentzündlich.
- B) Es ist mitverantwortlich für die Klimakrise.
- C) Zuviel CO<sub>2</sub> in der Luft zerstört andere Gase.

**Richtige Antwort: B**

CO<sub>2</sub> ist ein natürlicher Bestandteil der Luft und zugleich ein «Treibhausgas», d.h. es hat die Fähigkeit, in der Atmosphäre Wärme zu binden. Durch das massive Verbrennen von fossilen Brennstoffen – für Mobilität, Energie usw. – nimmt der Anteil an CO<sub>2</sub> in der Erdatmosphäre stark zu, womit ständig mehr Wärme in der Erdatmosphäre zurückgehalten wird und die Temperatur auf der Erde steigen lässt.

Karte #67

### Welches war der bisher heisseste Monat auf der Erde?

- A) Juli 2013
- B) Juli 2019
- C) Juli 2023

**Richtige Antwort: C**

Der Juli 2023 war nach Angaben des EU-Erdbeobachtungsprogramms «Copernicus» im globalen Mittel gut 16.95°C warm und damit ein neuer Rekord. Er ist gut 0.33°C heisser als der Juli 2019 und somit der heisseste Monat seit Beginn von regelmässigen Wetteraufzeichnungen seit 1851 (England).

Karte #68



### Was bedeutet «Graue Emissionen»?

- A) Abgase von ausländischen Lastwagen, welche durch die Schweiz fahren.
- B) Treibhausgase, die im Ausland bei Herstellung/Transport von Produkten entstehen, die anschliessend bei uns konsumiert werden.
- C) Erdöl und Erdgas, die wir jährlich importieren.

#### Richtige Antwort: B

Die Schweiz steht mit 4t CO<sub>2</sub> pro Person pro Jahr bzgl. Emissionen gut da. Dabei werden aber Emissionen, die wir mit importieren Gütern aufnehmen, nicht eingerechnet: «Graue Emissionen» (auch als «importierte Emissionen» bezeichnet). Beispiel: Schlagrahm wird hier produziert, dann in Italien abgepackt und wieder importiert, weil dort Energie/Arbeitskräfte billiger sind. Die grauen Emissionen machen 65 %(!) des nationalen Fussabdrucks aus, womit unser CO<sub>2</sub>-Ausstoss in Wirklichkeit mit 12t einer der höchsten Werte weltweit ist!

Karte #69



### Wie viele Tonnen Plastik landen jedes Jahr in den Ozeanen?

- A) 200'000 Tonnen
- B) 8'000'000 Tonnen
- C) 20'000 Tonnen

#### Richtige Antwort: B

Jedes Jahr gelangen etwa 8 Millionen Tonnen Plastik in die Ozeane und die Weltmeere werden zu Müllhalden. Jede Minute gelangt das Volumen eines Müllwagens an Plastikmüll in die Ozeane. Die UN-Verhandlungen über ein weltweites Abkommen gegen Plastikverschmutzung sind im August 2025 gescheitert, weil die grossen Produktionsländer von Plastik – u.a. Saudi-Arabien, Iran, Russland und USA – ihre wirtschaftlichen Interessen höher gewichten als die Sorge um die Verschmutzung der Weltmeere!

Karte #70



### Was ist das «Great Pacific Garbage Patch»?

- A) ein Korallenriff im Pazifik, das durch Abfall im Meer immer mehr zerfällt
- B) ein grosses Gebiet im pazifischen Ozean, wo weggeworfener Plastik schwimmt
- C) ein Tiefseegraben im Pazifik mit riesigen Manganvorkommen

#### Richtige Antwort: B

Das Gebiet im nördlichen Pazifik zwischen Kalifornien und Hawaii – etwa dreimal so gross wie Frankreich – ist die grösste Ansammlung von Plastikabfall. Diese «Plastikinsel» besteht geschätzt aus 79'000 Tonnen Plastikmüll. Pro Minute gelangt etwa die Menge eines Müllwagens voll Plastik in die Ozeane, was jährlich einer Menge von 8 Millionen Tonnen (8'000'000'000 kg) entspricht. Ohne Bremsung könnte sich der Kunststoffverbrauch bis 2040 verdoppeln. Wie tun wir, um die Ökosysteme der Meere und ihre Tierwelt zu schützen?

Karte #71



### Warum sind die Ozeane so wichtig für das Klima?

- A) weil die Tiere in den Ozeanen noch nicht vom Klimawandel betroffen sind
- B) weil die Ozeane etwa 30% des vom Menschen produzierten CO<sub>2</sub> bereits aufgenommen haben
- C) weil die Menschen infolge Hitze später vermehrt auf dem Wasser leben werden

#### Richtige Antwort: B

Die Ozeane sind nach der Erdkruste (Gesteine) die zweitgrösste Kohlenstoffsene unseres Planeten. Sie nehmen CO<sub>2</sub> aus der Atmosphäre auf. Ihre Speicherkapazität ist 50x grösser als die der Erdatmosphäre. Seit Beginn der Industriezeit haben die Ozeane etwa 30% des menschenverursachten CO<sub>2</sub> aufgenommen. Je wärmer das Wasser jedoch wird, desto weniger CO<sub>2</sub> können die Ozeane aufnehmen, was mitentscheidend ist für die Zukunft des Planeten.

Karte #72





### Wie viele Tierarten sind bereits durch den Menschen ausgestorben?

- A) mehr als 100'000 Tierarten
- B) mehr als 10'000 Tierarten
- C) mehr als 1'000 Tierarten

#### Richtige Antwort: A

Wir sind mitten im sechsten Massenaussterben der Erdgeschichte und diesmal ist der Mensch der Hauptverursacher. Laut der Roten Liste (IUCN) sind seit 1500, dem Beginn der modernen Zeit, «nur» 777 Tierarten (Säugetiere/Vögel) ausgestorben. Inbegriffen sind jedoch nur ca. 5% der bekannten Arten, die wirbellosen Tiere sind nicht inbegriffen. Zählt man die noch unbekannten Tierarten und die wirbellosen Tiere mit hinzu, ist der menschliche Einfluss auf das Artensterben grösser und umfasst gegen 100'000 Arten.

Karte #73



### Wie viel Prozent der Festlandoberfläche ist mit Wald bedeckt?

- A) 50% der Erdoberfläche
- B) 20% der Erdoberfläche
- C) 30% der Erdoberfläche

#### Richtige Antwort: C

Unser Planet wird durch die verschiedensten Lebensformen (Ökosysteme) erhalten. Wälder sind dabei ein wichtiger Schlüssel zur Bekämpfung des Klimawandels. Entwaldung, ein Verlust von Fruchtbarkeit und von biologischer Vielfalt bedrohen das biologische Leben auf den Landmassen. Eine nachhaltige und ökologische Bewirtschaftung unserer Wälder ist notwendig, um sie für die kommenden Generationen zu erhalten.

Karte #74



### Welcher Anteil der Menschen lebt 2024 in Städten?

- A) 50% aller Menschen
- B) 40% aller Menschen
- C) 60% aller Menschen

#### Richtige Antwort: A

1950 lebten ungefähr 30% der Menschen in Städten, aktuell sind es knapp über die Hälfte, was ca. 4.6 Milliarden Menschen entspricht. Bis 2050 wird ein Anstieg der städtischen Bevölkerung auf 78% der Weltbevölkerung erwartet. Um dieser Zunahme gerecht zu werden, müssen Struktur, Architektur und Materialien unserer Städte weltweit angepasst werden, um ihren CO<sub>2</sub>-Fussabdruck zu verringern. Zukunftsgerichtete Stadtplanung und Stadtverwaltung sind damit zentrale Aufgaben.

Karte #75



### Wie reich sind Schweizer:innen?

- A) 20 mal reicher als der globale Durchschnitt
- B) 11 mal reicher als der globale Durchschnitt
- C) 5 mal reicher als der globale Durchschnitt

#### Richtige Antwort: B



Die Ungleichheiten auf der Welt sind sehr gross und eines der wichtigsten Hindernisse für eine nachhaltige Entwicklung und die Armutsbekämpfung. In den letzten Jahren haben die Ungleichheiten innerhalb vieler Länder sogar noch zugenommen. 2025 gibt es weltweit fast 3'000 Milliardäre, 150 davon leben in der Schweiz!

Das reichste 1% der Menschen besitzen 44% des gesamten Weltvermögens. Die Hauptproblematik dieser Ungleichverteilung ist auch, dass Superreiche wirtschaftlich und politisch grosse Macht haben und entsprechend Einfluss nehmen können.

Karte #76







## Quellenangaben (Diese Angaben sind Teil der Pilotversion und noch nicht aktualisiert)

Gemeinwohl-Ökonomie Schweiz - Wertewandel in der Wirtschaft ([gwoe.ch](http://gwoe.ch))

Wussten Sie...?! Fakten zum Thema Nachhaltigkeit ([adconia.de](http://adconia.de))

8 spannende Fakten zum Thema Nachhaltigkeit | [www.emotion.de](http://www.emotion.de)

26 harte Fakten zum Klimawandel – und vier, die Hoffnung machen | National Geographic

10 Fakten zur Klimakrise | Oxfam Deutschland

Faktensammlung\_Diskriminierung.pdf ([bertelsmann-stiftung.de](http://bertelsmann-stiftung.de))

Fakten und Berichte über Menschenrechtsverletzungen von YHRI ([jugend-fuer-menschenrechte.de](http://jugend-fuer-menschenrechte.de))

Kinderarbeit – Was kann ich dafür? - Utopia.de

"Die Lage der Menschenrechte ist unterschiedlich" | [bpb.de](http://bpb.de)

PowerPoint-Präsentation ([charta-der-vielfalt.de](http://charta-der-vielfalt.de))

Basic - Charta der Vielfalt ([diversity-challenge.de](http://diversity-challenge.de))

Würdest du für einen Tageslohn von 1,83€ bis zu 14h am Tag arbeiten? ([goldencircleclothing.de](http://goldencircleclothing.de))

5 Fakten über extreme Armut, die jede\*r kennen sollte ([globalcitizen.org](http://globalcitizen.org))

Klimawandel: 11 Mythen & Lügen im Check | UTOPIA.DE

Weltwassertag 2022: Fakten zu Wasserknappheit & Sauberkeit | UNICEF

Wasser: 7 Fakten über Leitungswasser, die du noch nicht wusstest. ([soulbottles.de](http://soulbottles.de))

Ziel 16, SDG 16 – Frieden, Gerechtigkeit, jetzt informieren! ([17goalsmagazin.de](http://17goalsmagazin.de))

Alles Infos über Klimaflüchtlinge - Welthungerhilfe

Earth Overshoot Day 2022 Ressourcen für dieses Jahr am 28. Juli aufgebraucht | Klima ohne Grenzen

Klimaschutz: Die Rolle der Ozeane - NABU

10 erschütternde Fakten zu Konflikten auf der ganzen Welt ([globalcitizen.org](http://globalcitizen.org))

Plastikpartikel: Mensch isst pro Woche eine Kreditkarte - science.ORF.at

10 Fakten zu Demokratie und Kinderrechten im Kita-Alter – Rund um Kita ([rund-um-kita.de](http://rund-um-kita.de))

Demokratieindex – Wikipedia