



Bastelanleitung

Die Klimawaage

Checkliste

- Für jede Alltagshandlung / Klimaschutz-Maßnahme eine undurchsichtige Dose** mit verschließbarem Deckel, einem Fassungsvermögen von mind. 600 ml, einer Höhe von mind. 10,5 cm und einem Durchmesser von mind. 6 cm. Erhältlich ab ca. 1 Euro pro Dose z.B.
 - als Blechdose unter „Leergebinde“ auf Portalen für Malerbedarf
 - als (ineinander stapelbarer) „Kunststoffeimer“ oder „Universaldose mit Deckel“
- Eine Waage**
 - Option 1: Waage mit zwei Waagschalen, z.B. zu finden unter der Bezeichnung „Marktwaaage“ oder „Balkenwaage“ auf den üblichen Gebraucht-Portalen für ca. 30 bis 60 Euro oder unter der Bezeichnung „Klassenwaage“ oder „Tafelwaage“ mit Tragkraft mind. 5kg auf Portalen für Schul-Ausstattung ab 45 Euro
 - Option 2: eine oder zwei identische Milligramm-Waagen (z.B. digitale Küchen- oder Briefwaage) ab ca. 10 € je Waage
- Feinkörniger, trockener **Sand** zum Befüllen: je nach Anzahl der ausgewählten Dosen in Summe bis zu sieben Kilogramm (z.B. Spielsand, Vogelsand).
- Selbstklebendes Etiketten-Papier** („Universaletiketten“: rund Ø 60 mm und DIN A7 – 105 x 74 mm) **ODER 10 bis 20 Blätter DIN-A4-Papier** und Schere, Klebstoff oder Tesafilm, um die Blätter an den Dosen zu befestigen
- 10 bis 20 Blätter DIN-A4-Papier für Zusatzinfos
- Farbdrucker

Zu aufwendig, kein Lagerplatz oder nur einmalige Nutzung?

Die Klimawaage kann bereits bundesweit an mehreren Orten kostenfrei ausgeliehen werden. Eine Liste der **Verleihorte** finden Sie [hier](#).

Gleiches Konzept, praktisch im Transport:

Mit dem [Klimawaage-Kartenspiel](#) wird die gleiche Leitfrage beantwortet. Das Kartenset ist eine vereinfachte, kompaktere und leichter transportable Variante der Waage. Es ist besonders gut geeignet für die schulische und außerschulische Bildung und kostenlos über die Webseite des Umweltbundesamts [bestellbar](#).



Schritt-für-Schritt-Anleitung

1. Wählen Sie aus der Tabelle (Seite 4) die Alltagshandlungen / Klimaschutz-Maßnahmen aus, die Sie mit der Waage darstellen möchten.

Tipp: Sie müssen nicht alle 35 Handlungen abbilden, sondern können Schwerpunkte setzen. Ab 15 Dosen haben Sie eine gute Vergleichsmenge. Achten Sie bei der Auswahl darauf, sowohl Maßnahmen abzubilden, die nur eine geringe Wirkung erzielen, als auch solche mit großem Effekt.

2. Drucken Sie die passenden [Etiketten für die Dosen](#) aus.
3. Kleben Sie die entsprechenden Etiketten auf die Front-, Ober- und Unterseiten der Dosen.
4. Befüllen Sie jede Dose mit der in der Tabelle angegebenen Menge an Sand, z.B. mithilfe einer digitalen Küchenwaage.
5. Drucken Sie sich nach Bedarf folgende [Begleitmaterialien](#) aus oder nehmen Sie sie auf einem Tablet o.Ä. zum Einsatz mit:
 - Anleitung „Für die Praxis“ inkl. Vorschläge für Aufgaben und Fragestellungen
 - Unterrichtseinheit nach den BNE-Richtlinien inkl. Arbeitsblätter
 - Hintergrundpapier 1 mit häufig gestellten Fragen rund um Klimaschutz im Alltag
 - Hintergrundpapier 2 mit Details zu Annahmen, Berechnungen und Quellen
 - Plakat und Rollup mit Open-File-Designs für lokale Anpassungen

Feedback, Wünsche, Anregungen? Melden Sie sich bei uns!



Wir freuen uns auch sehr über Feedback, Anregungen und Wünsche, denn unser Klimawaage-Angebot soll im Jahr 2026 überarbeitet und optimiert werden.

Bei Fragen können Sie sich gerne jederzeit an die Geschäftsstelle des Kompetenzzentrums Nachhaltiger Konsum im Umweltbundesamt wenden. Sie erreichen uns per Mail unter mail@nachhaltigerkonsum.info und telefonisch unter **0340 – 2103 2200**.

Mit unserem **Newsletter** erhalten Sie einmal pro Quartal die wichtigsten Neuigkeiten rund um nachhaltigen Konsum in Deutschland direkt ins Postfach: <https://nachhaltigerkonsum.info/newsletter>

Wie viel Sand kommt in die Dosen?

Handlungsfeld	Alltagshandlung / Klimaschutz-Maßnahme	Sandmenge in Gramm
Ernährung	Vorwiegend regionale und saisonale Ernährung	10
	Vegane Ernährung	470
	Vegetarische Ernährung	280
	Hafermilch statt Kuhmilch	25
	WG oder Familie für Hafermilch begeistern	100
	Keine Erdbeeren im Winter kaufen	5,1
	Täglich 1 Liter Leitungswasser statt Flaschenwasser	37
Mobilität	Eine Woche Urlaub: 4-Sterne-Hotel statt Seekreuzfahrt	320
	Rügen statt Mallorca: PKW statt Flugzeug	270
	Mit Fahrgemeinschaft zur Arbeit statt alleine	625
	Kinder mit Fahrrad statt Auto zur Schule bringen	70
	Mit ÖPNV statt Auto zur Arbeit	470
	E-Auto statt Verbrenner	535
Wohnen	Haus dämmen	135
	Sparduschkopf einbauen	153,3
	Bei sich und den Eltern Sparduschköpfe einbauen	612
	Hände mit kaltem Wasser waschen	70,5
	Wäsche mit 30 °C statt 60 °C waschen	14,5
	Pflanzen mit Kochwasser gießen statt wegkippen	0,1
	Halb so lang duschen	170,5
	Müll richtig trennen	11,7
Spülmaschine nutzen statt per Hand abspülen	30	
Strom	Auf Ökostrom umstellen	355
	Die Nachbarsfamilie für Ökostrom begeistern	735
	5 Glühbirnen durch LEDs ersetzen	29
	Handyladekabel immer ausstecken	0,2
Bewusster Konsum	Halb so viel Geld ausgeben (Produkte und Dienstleistungen)	645
	Keine To-Go-Becher mehr nutzen	0,3
	Auf nachhaltige Bank umstellen	210
	Täglich 2,5 Stunden weniger streamen (Musik, Video & Games)	8,5
	Smartphone refurbished statt neu kaufen	35,3
	Im Laden kaufen statt online bestellen	5,9
	Kleidung Secondhand statt neu kaufen	124,5
	Kleidertauschparty in der Schule organisieren	250
Komplett auf Plastikverpackungen verzichten	24,6	

Hinweise & Anmerkungen

Der Sand ist so bemessen, dass der Klimaschutz-Effekt der Handlungen und Produkte untereinander vergleichbar ist: Wiegt eine Dose doppelt so viel wie eine andere, dann ist auch der Klimaschutz-Effekt doppelt so groß. Ein Gramm Sand steht dabei für zwei Kilogramm CO₂-Äquivalente. Bei Dosen, die kleiner sind als 600 ml, lässt sich diese Füllmenge nicht umsetzen. Sie müssten dann per Dreisatz das Gewicht bei allen Dosen entsprechend reduzieren. Genauere Informationen zu Annahmen und Rechenwegen hinter den Zahlen finden Sie im [Hintergrundpapier 2](#).