

Mit Big Points den Fußabdruck halbieren

Wirksame Alltagshandlungen für den Klimaschutz

Jede Person in Deutschland verursacht im Schnitt **9,8 Tonnen CO₂e pro Jahr** (Stand 2026). Das ist für ein klimaneutrales Leben viel zu viel. Hierfür sollten wir möglichst bald auf unter 1 t CO₂e pro Jahr kommen. Die gute Nachricht: Schon wenige gezielte Handlungen und Entscheidungen im Alltag können die persönliche Klimabilanz enorm verbessern.

Was sind Big Points?

Big Points sind persönliche Handlungen mit großer Wirkung fürs Klima. Die acht Big Points in der Infografik setzen dort an, wo die Hebel für Klimaschutz in unserem Alltag am größten sind. Damit lässt sich der eigene **Fußabdruck** sogar halbieren. Mit überschaubarem Aufwand entsteht eine maximale Klimawirkung, ohne dass wir Gefahr laufen, uns mit vielen kleinen Schritten zu verzetteln:

- Ein **Sparduschkopf** senkt den Warmwasserbedarf erheblich und damit auch den Energieeinsatz zur Erwärmung. Das reduziert Emissionen, spart Kosten und fördert einen bewussteren Umgang mit Ressourcen und ohne Komforteinbußen.
- Effiziente **Dämmung** verringert Wärmeverluste, verbessert das Raumklima und steigert die Wohnqualität. Sie senkt den Energiebedarf dauerhaft und trägt zu einem gesunden, behaglichen Zuhause bei.
- **Wärmepumpen** sind eine besonders effiziente Form der Wärmeerzeugung. Mit Hilfe von Strom gewinnen sie die vierfache Menge an Energie in Form von Wärme aus Luft, Erde oder Wasser. Auf diese Weise ersetzen sie fossile Brennstoffe und ermöglichen klimafreundliches Heizen mit stabilen Betriebskosten.
- Der Bezug von **Ökostrom** ist eine einfach und schnell durchführbare Maßnahme, die die persönliche CO₂-Bilanz dauerhaft deutlich verbessert. Zugleich stärkt sie die Marktposition der erneuerbaren Energien.
- Flugreisen sind die mit Abstand klimaschädlichste Art der Fortbewegung und treiben den persönlichen Fußabdruck spürbar nach oben. Durch die Wahl von Urlaubszielen, die ohne Flugzeug erreichbar sind, lassen sich die Klimabelastungen hingegen deutlich senken. Besonders **nachhaltig reisen** lässt es sich mit Bahn oder Bus.

Diese Handlungen heißen **Big Points** – besonders wirksame Maßnahmen, die in zentralen Lebensbereichen wie Ernährung, Mobilität, Wohnen und Heizen ansetzen. Sie sparen nicht nur CO₂e, sondern oft auch Geld und erhöhen die Lebensqualität. Die begleitende Infografik zeigt exemplarisch anhand von acht Big Points, wie wirksam diese sind.

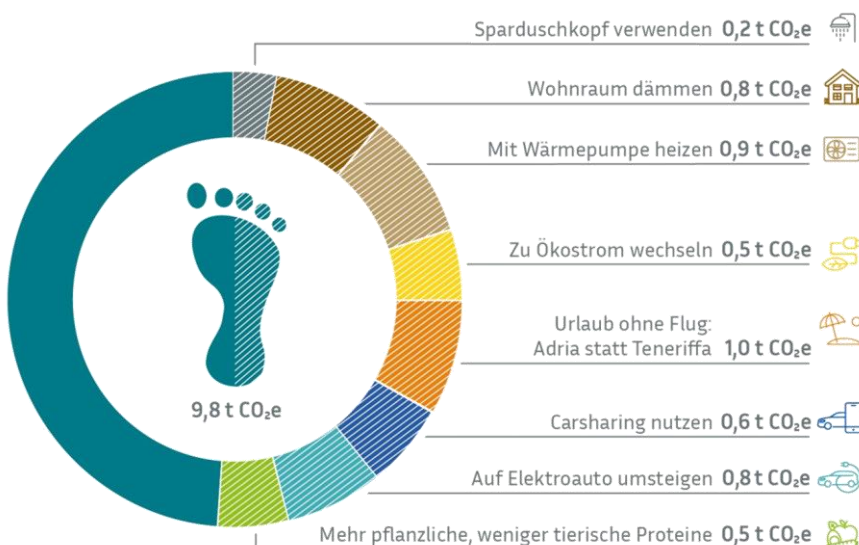
- Mit **Carsharing** lassen sich in hohem Maße Kosten für das Autofahren einsparen, da durch die gemeinschaftliche Nutzung viel weniger Autos benötigt werden. Dies ist nicht nur gut für Klima- und Ressourcenschutz, sondern schafft durch den geringeren Parkplatzbedarf neue Freiräume in Städten z.B. für Baumpflanzungen.
- **Elektroautos** fahren emissionsfrei, sind leise und energieeffizient. In Verbindung mit Ökostrom bieten sie eine zukunftsorientierte Lösung für klimafreundliche Automobilität.
- Eine **pflanzenbetonte Ernährung** reduziert Treibhausgase, schützt Böden und Biodiversität – und wirkt sich zugleich positiv auf die Gesundheit aus.

Wie kann ich Big Points in meinem Alltag umsetzen?

Viele Big Points lassen sich sofort umsetzen: Ein Klick zum Ökostromanbieter oder ein Sparduschkopf im Bad. Andere – wie Dämmung oder Wärmepumpe – erfordern Planung, zahlen sich aber langfristig mehrfach aus: weniger Kosten, höherer Komfort und zukunftssicherer. Besonders angenehm dabei: Einmal umgesetzt, passiert Klimaschutz quasi automatisch. Mit dem [UBA-CO₂-Rechner](#) lassen sich die persönliche Klimabilanz erstellen und die eigenen Big Points finden.

Wie wird nachhaltiger Konsum zum Standard?

Individuelle Entscheidungen wirken. Nachhaltiger Konsum gelingt aber noch besser, wenn durch Politik und Wirtschaft bessere Rahmenbedingungen, Anreize und Angebote geschaffen werden, die klimafreundliches Handeln für alle einfacher machen. Das [UBA-Bildungsportal Denkwerkstatt Konsum](#) zeigt, wie Privatpersonen, Wirtschaft und Politik gemeinsam zu einer zukunftsfähigen Konsumkultur beitragen können – und wie jede*r den eigenen ökologischen [Handabdruck](#) vergrößern kann.



Jeder Schritt in Richtung Nachhaltigkeit ist wichtig. Mit den Big Points vergrößern Sie Ihre Wirkung und können so Ihren CO₂-Fußabdruck deutlich und dauerhaft verbessern. Big Points sind notwendig, um das Ziel der Klimaneutralität zu erreichen.

Das Kompetenzzentrum Nachhaltiger Konsum stellt zahlreiche weitere kostenfreie [Aktionsmaterialien](#) bereit – von Infografiken und Sharepics bis hin zur interaktiven Klimawaage.