

## Leitfaden – Klimacoaching in Eigenregie

Die Haushalte im Reallabor „Klimaschonende Entscheidungen“ haben im Juli und August individuelle Klimacoachings bekommen. Dabei wurde nicht nur eine aktuelle Bestandsaufnahme gemacht und Optimierungsmöglichkeiten identifiziert, sondern auch Ziele für die kommenden Monate herausgearbeitet. Der verkürzte Fragebogen soll auch Ihnen die Möglichkeit geben, Maßnahmen und erste Ansatzpunkte zu erarbeiten, um Ihren Alltag klimafreundlicher zu gestalten.

### Wie schätzen Sie sich selbst in den Bereichen Wohnen & Energie, Mobilität sowie Konsum & Ernährung ein?

Wohnen und Energie

---

1	3	5	7	Champion
---	---	---	---	----------

Mobilität

---

1	3	5	7	Champion
---	---	---	---	----------

Konsum und Energie

---

1	3	5	7	Champion
---	---	---	---	----------

### Welche Themen aus den Bereichen liegen Ihnen dabei besonders am Herzen? Warum?

Wohnen und Energie (z.B. Thema Energiesparen)

---

---

---

Mobilität (z.B. Thema Lastenrad)

---

---

---

Konsum und Energie (z.B. Thema Verpackungsmüll)

---

---

---

**Welche Ziele möchten Sie dort gern in den nächsten Monaten erreichen?**

Wohnen und Energie (z.B. energieeffiziente Elektrogeräte, Standby vermeiden)

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Mobilität (z.B. Autonutzung reduzieren, Lastenrad ausprobieren)

4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_

Konsum und Energie (z.B. Verpackungsmüll reduzieren, Müllbehälter über zwei Entsorgungszyklen füllen statt über einen)

7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_

**Woran würden Sie merken, dass sie ihren Zielen nähergekommen sind?**

(z.B. wenn ich selber kaum noch Müll habe, mein Auto kaum noch nutze)

---

---

---

**Wo stehen Sie aktuell auf dem Weg zum Ziel?**

1. \_\_\_\_\_  
1                    3                    5                    7                    fast am Ziel

2. \_\_\_\_\_  
1                    3                    5                    7                    fast am Ziel

3. \_\_\_\_\_  
1                    3                    5                    7                    fast am Ziel

4. \_\_\_\_\_  
1                    3                    5                    7                    fast am Ziel

5. \_\_\_\_\_  
1                    3                    5                    7                    fast am Ziel

6. \_\_\_\_\_  
1                    3                    5                    7                    fast am Ziel

7. \_\_\_\_\_  
1                    3                    5                    7                    fast am Ziel

8. \_\_\_\_\_  
1                    3                    5                    7                    fast am Ziel

9. \_\_\_\_\_  
1                    3                    5                    7                    fast am Ziel

**Welche Maßnahmen können Sie ergreifen, um Ihre Ziele zu erreichen?  
Was sind nächste Schritte?**

(z.B. in Beratungsgespräch informieren, im Unverpacktladen einkaufen, Gemüse auf dem Markt kaufen, Einkäufe nur noch mit dem Rad erledigen)

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_

**Was gefällt Ihnen besonders gut an dem Gedanken?**

---

---

---

---

---

---

---

Viel Spaß und Erfolg bei der Umsetzung!