

## Selbsttest: Wie nachhaltig ist mein Arbeitsstil?

Kreuzen Sie an, wie oft die folgenden Aussagen zutreffen.

Oft = 3 Punkte · Manchmal = 2 Punkte · Selten = 1 Punkt · Nie = 0 Punkte

### 1. Papierverbrauch

Aussage	Oft (3)	Manchmal (2)	Selten (1)	Nie (0)
Ich drucke nur, wenn es unbedingt nötig ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich drucke immer doppelseitig und schwarz-weiß.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich nutze digitale Dokumente statt Ausdrücke.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 2. Jause & Verpackung

Aussage	Oft (3)	Manchmal (2)	Selten (1)	Nie (0)
Ich bringe mein Mittagessen in einer wiederverwendbaren Box mit.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich vermeide Einwegplastik (z. B. Besteck, Becher).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich kaufe möglichst regionale oder saisonale Lebensmittel.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 3. Digitale Ordnung

Aussage	Oft (3)	Manchmal (2)	Selten (1)	Nie (0)
Ich lösche regelmäßig alte Dateien und E-Mails.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich speichere Dokumente so, dass andere sie leicht finden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich nutze gemeinsame Online-Tools, um Papier zu sparen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 4. Energieverbrauch

Aussage	Oft (3)	Manchmal (2)	Selten (1)	Nie (0)
Ich schalte meinen Computer bei Pausen >30 Min. aus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich ziehe Stecker von Geräten, wenn sie nicht gebraucht werden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich nutze Geräte mit Energiesparmodus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 5. Team & Motivation

Aussage	Oft (3)	Manchmal (2)	Selten (1)	Nie (0)
Ich teile nachhaltige Tipps mit meinem Team.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich schlage grüne Ideen für unsere Übungsfirma vor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich mache bei Nachhaltigkeitsaktionen im Team mit.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Auswertung

35–45 Punkte → 🌟 Nachhaltigkeitsprofi – Sie sind ein Vorbild im Arbeitsalltag.

25–34 Punkte → 👍 Schon gut unterwegs – Es gibt noch kleine Verbesserungsmöglichkeiten.

15–24 Punkte → ⚠️ Ausbaufähig – Suchen Sie ein paar einfache Maßnahmen aus, um nachhaltiger zu arbeiten.

0–14 Punkte → 🚀 Jetzt starten – Schon kleine Änderungen können viel bewirken.