

További lehetőségek a csökkentésre (a választható mennyiség mellett)

Táplálkozás	Lehetséges csökkentés	Kiválasztott csökkentés
Kalóriadatos táplálkozás (legtöbbször egyszerűen kevesebbet enni...)	-10%	
Gyakorlatilag semmi élelmiszert nem kidobni (otthon)	-10%	
Élelmiszer pocsékolásra általánosan hatni (tudatos vásárlás ...)	-5%	
Sok "bio" élelmiszer vásárlása (ha kevés húst eszünk)	-10%	
Csomagolás elkerülése	-2%	
Együtt főzni	-2%	
Repülőszállítás kerülése	-1%	
Összeg: max.	-35%	

TIPP: Ha több személy egyszerre változtat valami alapvetőt, az összességében nagyobb hatású, mint ha egyvalaki "radikálisan" megváltozik.

Lakás (csökkentési lehetőségek adott méretű lakótérre)

Minden csökkentett m ² lakótér fejenként	a fűtési lábnyomból ->	-2%	
Lakás hőszigetelése	a fűtési lábnyomból ->	-35%	
3 fokkal hidegebb fűtés	a fűtési lábnyomból ->	-15%	
Víztakarékoság	a melegvíz lábnyomból ->	-10%	
Gyors szellőztetés a résre nyitott ablak helyett	a fűtési lábnyomból ->	-5%	
Készülékek kikapcsolása (stand-by helyett)	az áram lábnyomból ->	-5%	
Effektív világítástechnika és lámpatakarékoság	az áram lábnyomból ->	-5%	

TIPP: Itt gyorsan felismerhető, hogy semmit nem szabad kárba veszni hagyni. Végső soron semmi nem hozható fel a null-/pozitív energiájú ház ellen.

Mobilitás (csökkentő tényezők a hagyományos autózáshoz)

További 1 utas	-50%	
További 2 utas	-66%	
További 3 utas	-75%	
Tudatosan vezetni (lassabban, előrelátóan, megfelelő útvonalon...)	-20%	
Helyes keréknyomás és tetőbox leszerelése	-10%	

TIPP: Kerülje a belső égésű motorokkal felszerelt autókat (különösen a városokban)! Ez nemcsak csökkenti a lábnyomot, hanem javítja az érintettek életminőségét is.

Fogyasztás

Kevesebb papír, nagyobb újrahasznosítási arány	papírból max.	-60%	
Kevesebb, tartósabb ruházat	ruhából max.	-80%	
Tartósabb és kisebb elektromos fogyasztással rendelkező termékek	max.	-50%	
A pazarlás konzekvens elkerülése		-5%	

5R szabály: csak azt és annyit vásárolj amit kell - használd újra - hasznosítsd újra - komposztáld

- + Ha több évig használod a terméket, az évenkénti lábnyomod csökken!
- + közös használat = lábnyom megosztása
- + minőség a mennyiség előtt
- + újrahasznosítás illetve használt termékek vásárlása

Mindenki beláthatja, hogy azonnal kell nekilátnunk!

Szürke lábnyom

Itt egyénileg nem változtatható semmi sem gyorsan, közösségileg politikai és gazdasági keretfeltételeken keresztül igen! (pl. zöld energia a közüzemi berendezésekben, "zöld" beszerzés)