



Energiesparen Wasser

- **Dusche statt Vollbad!**
Für ein Vollbad brauchen Sie drei Mal so viel Warmwasser und Energie wie für eine ausgiebige Dusche.
- **Wassertemperatur begrenzen!**
Begrenzen Sie die Warmwassertemperatur. Bei ausreichend grossen Warmwasserspeichern genügen 60° C (zusätzlicher Vorteil: geringere Verkalkungsgefahr!).
- **Kein unnötiges Warmwasser!**
Drehen Sie den Wasserhahn bis zum Anschlag auf «kalt», wenn Sie nur kaltes Wasser benötigen. Sonst fliesst teures Warmwasser in die Leitung!
- **Einhandmischer installieren!**
Installieren Sie Einhandmischer und Thermostatbatterien. Wenn das Wasser gleich mit der richtigen Temperatur aus dem Wasserhahn kommt, gibt es keine «Leerlaufverluste».
- **Wassersparer verwenden!**
Benutzen Sie Wassersparer und Duschköpfe mit Luftzumischung. Mit einem Spar-Duschkopf und einem Durchflussbegrenzer sparen Sie bis zu 30 % Warmwasser.
- **Keine tropfenden Wasserhähne!**
Durch das ständige Dahintröpfeln gehen pro Tag etliche Liter Warmwasser sinnlos verloren.



Energiesparen Licht

- LED-Leuchten oder Energiesparlampen statt Glühbirnen!
Eine 20 Watt-Energiesparlampe hat die gleiche Leuchtkraft wie eine Glühbirne mit 100 Watt und spart im Jahr durchschnittlich 10.– CHF. Kauf Tipp > achten Sie auf die Farbe, z. B. warm weiss
- Licht abdrehen!
Schalten Sie nicht benötigte Lichtquellen ab.
- Zeitschaltuhren verwenden!
Aussenbeleuchtungen sowie die Beleuchtung in Gängen, im Treppenhaus oder im Keller sollten durch Zeitschaltuhren, Bewegungsmelder oder Dämmerungssensoren bedarfsgerecht geschaltet werden und nicht dauernd in Betrieb sein.
- Deckenfluter sind Stromfresser!
Sie verbrauchen das 5-fache einer normalen 60 Watt-Glühbirne, da viele Deckenfluter mit 300 oder 500 Watt-Halogenlampen betrieben werden. Ein einziger Deckenfluter, der täglich zwei-einhalb Stunden in Betrieb ist, kann jährlich bis zu 40.– CHF extra kosten (mit 500 Watt sogar 60.– CHF).

Energiesparen Kühlen

- Im Kühlschrank reicht die kleinste Kühlstufe!
Im Kühlschrank reicht eine Innentemperatur von 7° C (erste oder zweite Stufe). Das spart ca. 15 % Energie gegenüber einer Kühltemperatur von 5° C. Bei Gefriergeräten ist eine Temperatur von minus 18° C ausreichend.
- Nichts Heisses in den Kühlschrank stellen!
Lagern Sie nur vollständig abgekühlte und richtig verpackte Lebensmittel. Sonst braucht das Gerät zusätzliche Energie, um die Kühltemperatur wieder zu erreichen.
- Lebensmittel immer gut zudecken!
Lagern Sie Lebensmittel im Kühlschrank immer gut zugedeckt oder verpackt. Sonst wird zu viel Feuchtigkeit an den Kühlschrank abgegeben und er verbraucht mehr Energie.
- Volle Geräte kühlen besser!
Haben Sie viele Lebensmittel im Kühlschrank, wärmt dieser sich nicht so leicht auf, wenn sie ihn öffnen. Allerdings sollte der Kühlschrank auch nicht so voll sein, dass die Luft nicht mehr zirkulieren kann.
- Auf dichte Türen achten!
Undichte Türen treiben den Stromverbrauch massiv in die Höhe. Deshalb sollten die Türdichtungen öfter gereinigt und beschädigte Dichtungen sofort ausgewechselt werden.
- Kühlschrank von Wärmequellen fern halten!
Achten Sie darauf, dass Ihr Kühlschrank nicht neben Wärmequellen wie Elektroherd, Backofen oder Heizung steht und keiner direkten Sonnenbestrahlung ausgesetzt ist.
- Gefrierfach zweimal im Jahr abtauen!
Gefrierfächer oder Gefrierladen sollten Sie mindestens zwei Mal im Jahr abtauen. Denn mit jedem Zentimeter Eisschicht steigt der Energieverbrauch um 6%.
- Gefrierfächer sind Stromfresser!
Verzichten Sie auf ein Tiefkühlfach im Kühlschrank, wenn Sie auch ein Tiefkühlgerät besitzen: Kühlschränke ohne Gefrierfach brauchen rund 25 % weniger Strom.
- Kühl-Gefrierkombinationen nur getrennt schaltbar!
Bei Kombigeräten sollten zwei getrennte Kühlkreisläufe vorhanden sein, die getrennt schaltbar sind. Kombigeräte bei denen dies nicht der Fall ist, verbrauchen oft bis zu 50 % mehr Energie.
- Alte Kühlgeräte entsorgen!
Sorgen Sie nach dem Kauf eines neuen Kühlschranks dafür, dass das alte Gerät fachgerecht entsorgt wird und verwenden Sie es nicht als Partykühlschrank. Alte Geräte brauchen jede Menge Strom!
- Moderne Geräte sparen Energie!
Achten Sie beim Kauf auf die Energieverbrauchsklasse des Geräts. Ein Kühlschrank der Kategorie A++ verbraucht bis zu 45% weniger Energie als ein Gerät der Kategorie A.



Energiesparen Elektronik

- Stand-by abschalten!
Verwenden Sie für Stand-by-Geräte eine schaltbare Steckerleiste und schalten Sie diese ab, wenn die Geräte nicht in Betrieb sind. So sparen Sie bis zu 10% Ihrer Stromkosten!
- Ladegeräte entfernen!
Ladestationen für Geräte mit Akkus verbrauchen permanent Strom. Sie sollten nicht ständig in der Steckdose stecken!
- DVD-Player statt Spielekonsole!
Sehen Sie sich DVDs nur mit einem DVD-Player an. Die Spielekonsole verbraucht 24 Mal mehr Energie!
- Die Helligkeit beim LCD-Fernseher regeln!
Regulieren Sie bei Ihrem neuen LCD-Fernseher gleich nach dem Kauf die Helligkeit, die meistens zu grell eingestellt ist. So können Sie bis zu einem Drittel Strom sparen.
- Aufladbare Akkus statt Batterien!
Verwenden Sie statt Batterien aufladbare Akkus. Nach fünf Jahren ergibt das eine Ersparnis von bis zu CHF 60.–.

55.2 Watt x 20 Stunden x 365 Tage = 403 Kilowattstunden

403 Kilowattstunden x 20 Rp./kWh = CHF 80.–

Standby – muss nicht sein

						Anzahl Geräte pro Wohnung im Durchschnitt => 15.8					
Unterhaltung	Hygiene Gesundheit	Küche Haushalt	Kommunikation	Büro	Haustechnik	Unterhaltung	Hygiene Gesundheit	Küche Haushalt	Kommunikation	Büro	Haustechnik
6.4	1.2	3.0	2.4	2.4	0.4	26.4	2.0	6.2	7.3	11.2	2.1

Quelle: Standby-Verbrauch im Haushalt, Urs Zehnder, Zero Energie Ressourcen Optimierung

Pro Einfamilienhaus mit mehr als drei Personen beträgt die durchschnittliche Leistung aller Standby-Geräte = 55.2 Watt



Energiesparen Spülen

- Geschirrspülen statt selber abwaschen!
Spülen Sie Ihr Geschirr mit einem energieeffizienten Geschirrspüler, statt von Hand abzuwaschen: Sie brauchen damit weniger Wasser und Energie. Wenn Sie doch etwas im Becken spülen, auf keinen Fall heisses Wasser laufen lassen!
- Nicht von Hand vorseülen!
Ein Vorseülen des Geschirrs ist mit modernen Geräten und Spülmitteln nicht nötig. Sie verschwenden dadurch unnötig Wasser und Energie – vor allem, wenn Sie dies unter fliessendem Heisswasser tun!
- Mit niedriger Temperatur Geschirr spülen!
Wählen Sie beim Geschirrspülen das Programm mit der niedrigsten Temperatur. So können Sie den Energieverbrauch um bis zu 30% reduzieren.
- Geschirrspüler nur in vollem Zustand einschalten!
Schalten Sie Ihren Geschirrspüler nur ein, wenn er wirklich voll ist! Auch die Programmfunktion «Spardurchgang» braucht, zweimal verwendet, mehr Energie als ein voller Durchgang.



Energiesparen Heizen

- Räume nicht überheizen!
Mit jedem Grad, um das Sie die Temperatur reduzieren, sparen Sie bis zu 6 % Heizkosten!
- Thermostat mit Nachtabsenkung einbauen!
Der Einbau ist nicht teuer, und die automatische Nachtabsenkung hilft Ihnen, jede Menge Heizkosten zu sparen.
- Stosslüften statt Dauerlüften!
Lüften Sie mehrmals täglich kurz und intensiv, am besten so, dass ein Luftzug entsteht (Querlüften). Beim Dauerlüften (z. B. gekipptes Fenster) strömt ständig kalte Luft in den Raum, die erwärmt werden muss und die Heizkosten erhöht.
- In der Nacht Vorhänge und Rollos schliessen!
Vorhänge, Rollos oder Jalousien schaffen einen Luftpolster, der Ihnen hilft, bis zu 15 % Heizenergie zu sparen!
- Heizkörper frei halten!
Achten sie darauf, dass die Heizkörper nicht von Möbeln oder Vorhängen verdeckt sind. (Weniger Strahlungswärme!)



Energiesparen Waschen

- **Nicht vorwaschen!**
Starten Sie gleich den Hauptwaschgang. Ein Vorwaschen ist auch bei stark verschmutzter Wäsche nicht notwendig.
- **Maschine voll beladen!**
Die Waschmaschine sollte nur eingeschaltet werden, wenn sie voll beladen ist. Auch die Programmfunktion «Spardurchgang» braucht, zweimal verwendet, mehr Strom als ein voller Durchgang. Ideal ist ein elektronisches Beladungserkennungssystem, das den Energie- und Wasserverbrauch bei Teilbelastung erheblich reduziert.
- **Vor dem Trocknen gut schleudern!**
Schleudern Sie die Wäsche vor dem Trocknen mit möglichst hoher Drehzahl (ca. 1400 Touren). Je feuchter die Wäsche, desto mehr Energie wird beim Trocknen verbraucht.
- **Bügelfeucht trocknen!**
Trocknen Sie Wäsche, die gebügelt werden soll, nur «bügelfeucht». Damit sparen Sie gleich zweimal Energie, weil sich die Wäsche dann auch leichter und schneller bügeln lässt.
- **Luftfilter sauber halten!**
Verstopfte Luftfilter verlängern die Trockenzeit bei Wäsche - trocknen. Säubern Sie daher vor jedem Trocknen den Filter!
- **Trockner ganz befüllen!**
Trockner immer vollständig befüllen. Die halbe Füllmenge braucht genauso viel Energie wie die ganze.
- **Gleiche Textilien gemeinsam trocknen!** Wenn der Trockner mit Textilien gefüllt wird, deren Material und Beschaffenheit ähnlich ist, reduziert das die Trockenzeit und damit den Energieverbrauch. (Beispiel: Handtücher und leichte Textilien nicht gemeinsam trocknen!)
- **Wäsche nicht übertrocknen!**
Das schadet den Textilien und verbraucht unnötig Energie. Am besten sind Wäschetrockner mit Feuchtigkeitssensoren, die automatisch abschalten, wenn die Wäsche trocken ist.
- **Kombinierte Waschtrockner nur bei Platzmangel verwenden!**
Das Fassungsvermögen beim Trocknen ist nur halb so gross wie beim Waschen – Sie brauchen also für jeden Waschgang zwei Trocknerdurchläufe. Die Energieeffizienz ist schlecht und der Wasserverbrauch sehr hoch.
- **Wäsche lufttrocknen!**
Wenn Sie die Möglichkeit dazu haben, lassen Sie Ihre Wäsche einfach an der Leine oder auf einem Ständer trocknen. So kommen Sie ganz ohne Energieverbrauch aus.

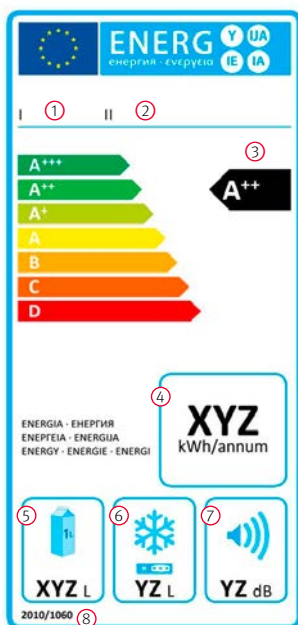
Energiesparen Kochen und Backen

- Die Grösse von Topf und Herdplatte sollte zusammenpassen!
Ist der Topfdurchmesser nur 3 cm kleiner als jener der Herdplatte, verschwenden Sie bis zu 30 % Energie.
- Immer mit Deckel kochen!
Kochen Sie immer mit einem passenden Deckel und öffnen Sie diesen so selten wie möglich. Kochen ohne Deckel verbraucht bis zu dreimal mehr Energie!
- Herdplatte früher abdrehen!
Schalten Sie nach dem Ankochen rechtzeitig auf die erforderliche Dauertemperatur zurück. Drehen Sie die Kochplatte nicht erst dann ab, wenn Sie den Topf vom Herd nehmen, sondern nutzen Sie die Nachwärme.
- Nur plan aufliegende Töpfe und Pfannen verwenden!
Überprüfen Sie, ob die Bodenfläche noch plan aufliegt. Zeigt sich ein Spalt von mehr als 1 mm, sollten Sie den Topf auf dem E-Herd nicht mehr verwenden.
- Dampfkochtopf verwenden!
Kochen Sie Gerichte mit langer Garzeit im Dampfkochtopf. Durch die verkürzte Garzeit sparen Sie Energie.
- Fertiggerichte im Topf erwärmen!
Erwärmen Sie Fertiggerichte (Dosen) im Topf statt im Wasserbad. Das geht schneller und spart Energie.
- Mit wenig Wasser kochen!
Verwenden Sie zum Kochen von Nudeln etc. nur so viel Wasser, wie Sie tatsächlich brauchen.
- Spezialgeräte verwenden!
Benutzen Sie Spezialgeräte wie Eierkocher, Wasserkocher und Toaster. Diese verbrauchen durch ihre kompakte Bauweise weniger Strom als Herd oder Backofen.
- Geräte öfter entkalken!
Wasserkocher, Kaffeemaschinen etc. sollten Sie regelmässig entkalken. Nur 1mm Kalkablagerung bewirkt bereits eine um 10 % schlechtere Wärmeübertragung.
- Mikrowelle nicht zum Auftauen verwenden!
Effizienter ist es, Gefrorenes im Kühlschrank langsam auftauen zu lassen. Falls Sie etwas in der Mikrowelle auftauen müssen, tun sie dies auf kleinstmöglicher Stufe.
- Backofen sparsam einsetzen!
Heizen Sie das Backofen nicht vor, wenn dies nicht unbedingt notwendig ist. Schalten Sie es 5–10 Minuten vor Ende der Backzeit ab und nutzen Sie die verbleibende Restwärme. Bei Heissluftbetrieb können Sie die Temperatur um ca. 20° C niedriger einstellen als bei Ober- und Unterhitze. Dunkle Metallformen verkürzen die Brat- und Backdauer, Keramikformen verlängern sie. Durch gleichzeitiges Garen und Backen von mehreren Kuchen oder Gerichten im Backofen sparen Sie Zeit und Energie.



Neugeräte

- Beim Kauf von neuen Elektrogeräten achten Sie unbedingt auf die Energieetikette.
- Kaufen Sie das Gerät mit dem niedrigsten Energieverbrauch. Die höheren Einkaufskosten sind innert weniger Jahren amortisiert.



Die Energieverbrauchskennzeichnung z.B. für Kühl- und Gefriergeräte

- ① Name oder Marke des Herstellers
- ② Typenbezeichnung
- ③ Energieeffizienzklasse
- ④ Energieverbrauch in kWh/Jahr
(auf Grundlage der Ergebnisse der Normprüfung).
Der tatsächliche Energieverbrauch hängt von der Nutzung des Gerätes ab.
- ⑤ Gesamtnutzinhalt aller Kühlflächen
(Fächer ohne Sternekennzeichnung)
- ⑥ Gesamtnutzinhalt aller Tiefkühlfächer
(Fächer mit Sternekennzeichnung)
- ⑦ Geräuschemission in dB(A)re 1pW
(Schalleistung)
- ⑧ Bezeichnung der Regulierung

Weitere Tipps und weiterführende Informationen finden Sie unter:

- www.ewn.ch
- www.energieschweiz.ch
- www.energieeffizienz.ch

Sehr gerne stehen wir Ihnen auch persönlich zur Verfügung.

Sie erreichen uns unter der Telefonnummer: 041 618 02 02 oder per Mail: info@ewn.ch