

Energiertipps – Gemeinde Zuchwil

Stand Februar 2015

- 1 Standby ausschalten**
- 2 Stromsparen mit LED-Lampen**
- 3 Energiesparend kühlen und gefrieren** (Thema für den Sommer)
- 4 Kaffeemaschine mit Abschaltautomatik**
- 5 Die energieeffiziente Küche**
- 6 Richtig heizen und lüften**
- 7 Persönliche Energiebilanz**

Anhang: Linksammlung Energiertipps

1 Standby ausschalten

Goodbye Standby

Kaum zu glauben: Die Schweiz verbraucht im Standby-Modus jährlich soviel Strom wie die Stadt Zürich. Das ist Elektrizität im Wert von rund 320 Mio. Franken! Drucker, Kaffeemaschinen, Stereoanlagen & Co. verbrauchen im Standby oft mehr Strom, als wenn sie im Einsatz sind.

Praktische Helfer von Steckerleiste bis Stromsparmaus

Mit Hilfe einer schaltbaren Steckerleiste, einer Stromsparmaus oder eines Fernbedienungsschalters lassen sich alle angeschlossenen Geräte vollständig vom Strom trennen. Ein Klick genügt. Schalten Sie Geräte, die nicht an einer schaltbaren Steckerleiste angeschlossen sind, mit dem Hauptschalter aus oder ziehen Sie den Stecker. Denn die Fernbedienung schaltet Fernseher oder Stereoanlage nicht vollständig aus. Auch Ladegeräte werden nach dem Laden besser ausgesteckt. Solange sie am Stromnetz angeschlossen bleiben, beziehen sie Energie.

Hier erfahren Sie mehr

- Die energieeffizientesten Bürogeräte: www.topten.ch
- Wozu braucht es einen Standby-Modus?: <http://www.energieschweiz.ch/de-ch/wohnen/elektronische-geraete/stand-by.aspx>
- Ratgeber Stopp Standby: http://www.topten.ch/index.php?page=Stopp_Standby_rg
- StoppStandby: http://www.wwf.ch/de/hintergrundwissen/hintergrund_konsum/wohnen/geraetelampen/standby_modus.cfm

2 Stromsparen mit LED-Lampen

Einfach zum richtigen Licht

Der Kauf eines neuen Leuchtmittels kann schnell kompliziert werden. Vorbei sind die Zeiten, als es nur Glühbirnen mit unterschiedlichen Wattzahlen gab. Heute können Sie zwischen LED, Sparlampen und EcoHalogen-Lampen wählen.

Darauf gilt es zu achten

- Preis: LED-Lampen sind wesentlich teurer als EcoHalogen-Lampen. Sie verbrauchen aber 5 bis 10 mal weniger Strom und kompensieren so den Anschaffungspreis innerhalb weniger Monate.
- Stromsparlampen sind ein Auslaufmodell. Statt neue Stromsparlampen kaufen Sie besser LED-Lampen. Bereits vorhandene Sparlampen sollten jedoch so lange wie möglich in Gebrauch bleiben.
- Lebensdauer: LED-Lampen werden rund 20 Jahre alt, leben also deutlich länger als Sparlampen. Die Lebensdauer ist auf der Verpackung in Stunden angegeben. 1000 Betriebsstunden entsprechen etwa 1 Lebensjahr.
- Helligkeit: Ersetzen Sie eine 60-Watt-Glühbirne durch eine LED-Lampe mit 700 Lumen (= Einheit für den Lichtstrom), entsprechend 7-9 Watt. Dann sind die Lampen gleich hell.
- Farbtemperatur: Für den Wohnbereich angenehm ist warmweisses Licht mit 2700 Kelvin.

Hier erfahren Sie mehr

- Broschüre «Effiziente Beleuchtung im Haushalt», www.energieeffizienz.ch → Ratgeber
- www.topten.ch → Beleuchtung
- www.energieschweiz.ch → Wohnen → Beleuchtung

Worauf sollten Sie beim Lampenkauf achten?

- Preis: LED-Lampen sind etwas teurer als EcoHalogen-Lampen. Sie verbrauchen aber deutlich weniger Strom und kompensieren so den Anschaffungspreis innerhalb weniger Monate.
- Stromsparlampen: Sie enthalten giftiges Quecksilber und sind ein Auslaufmodell. Statt neue Stromsparlampen kaufen Sie besser LED-Lampen. Bereits vorhandene Sparlampen sollten jedoch so lange wie möglich in Gebrauch bleiben.
- Lebensdauer: LED-Lampen werden rund 20 Jahre alt, leben also deutlich länger als Sparlampen. Die Lebensdauer ist auf der Verpackung in Stunden angegeben. 1000 Betriebsstunden entsprechen etwa einem Lebensjahr.
- Helligkeit: Ersetzen Sie eine 60-Watt-Glühbirne durch eine LED-Lampe mit 700 Lumen (= Einheit für den Lichtstrom). Dann sind die Lampen gleich hell.
- Farbtemperatur: Für den Wohnbereich angenehm ist warmweisses Licht mit 2700 Kelvin.

3 Energiesparend kühlen und gefrieren

Hohes Sparpotenzial beim Kühlen

Kühl- und Gefriergeräte verbrauchen nicht nur viel Energie, sie laufen auch rund um die Uhr. Dieser Marathon macht rund 10 bis 20 Prozent der Stromkosten im Haushalt aus. Wer will, kann gezielt und einfach sparen:

- Stellen Sie keine warmen Speisen in den Kühlschrank.
- Lassen Sie eingefrorene Lebensmittel im Kühlschrank auftauen.
- Stellen Sie die Temperatur im Kühlschrank auf 6°C.
- Reinigen Sie von Zeit zu Zeit die Lüftungsschlitze an der Front und die Lamellen auf der Geräterückseite.
- Halten Sie Türdichtungen sauber, damit diese optimal schliessen. Öffnen Sie die Tür möglichst selten und kurz.
- Kaufen Sie nur ein Kühlgerät der höchsten Effizienzklasse A+++. topten.ch gibt einen guten Überblick und erleichtert die Wahl.
- Kaufen Sie häufiger frische Lebensmittel ein, statt Esswaren einzufrieren.

Sollten Sie länger verreisen, dann geniessen oder verschenken Sie die Speisen in Ihrem Kühlschrank. Stellen Sie das leere Gerät ab und lassen Sie die Tür offen stehen.

Hier erfahren Sie mehr

- Broschüre «Energie sparen im Alltag», www.energieschweiz.ch → Publikationen
- Die effizientesten Geräte: www.topten.ch

4 Kaffeemaschine mit Abschaltautomatik

Energiebewusster Kaffeegenuss

Kaffeemaschinen sind heimliche Stromfresser, wenn sie für unnötiges Warmhalten ständig vor sich herköcheln. Geräte mit Abschaltautomatik reduzieren den Stromverbrauch um mehr als 50 Prozent. Über die Lebensdauer von durchschnittlich zehn Jahren gerechnet, lassen sich damit etwa 200 Franken sparen. Achten Sie beim Kauf auf die Energieetikette. Für energiebewusste Teetrinkerinnen und -trinker eignen sich Wasserkocher.

Hier erfahren Sie mehr

- Die besten Kaffeemaschinen: www.topten.ch

5 Die energieeffiziente Küche

Kochen mit Köpfchen

Nicht nur die Filets in der Pfanne gehen ins Geld. Ein durchschnittlicher Haushalt verbrät in der Küche jährlich Strom für 140 Franken. Dabei liesse sich einfach sparen.

Die richtige Pfanne machts aus

Der smarte Chef de Cuisine weiss, entscheidend ist die Wahl der Pfanne.

Doppelwandige Isolierpfannen sparen bis zu 50 Prozent Energie. Ebenfalls günstig ist ein Dampfkochtopf. Oder noch einfacher: Sie legen den Deckel auf die Pfanne und schon verbrauchen 30 Prozent weniger Energie.

Energieschleuder Backofen

Backen benötigt doppelt soviel Energie wie Kochen. Im Zweifelsfall entscheiden Sie sich also besser für die Pfanne. Vermeiden Sie es, den Backofen während des Backens zu öffnen. Bei jedem Öffnen gehen rund 20 Prozent der Wärme verloren. Backen Sie nach Möglichkeit im Umluftbackofen auf mehreren Ebenen und nutzen Sie die Restwärme, indem Sie den Ofen früher ausschalten.

Hier erfahren Sie mehr

- Broschüre «Energie sparen im Alltag», www.energieschweiz.ch → Publikationen
- Broschüre «Energieeffizienz im Haushalt»: www.energieeffizienz.ch → Ratgeber
- Energieeffizient Kochen: <http://tiny.cc/dcbzgx>

6 Richtig heizen und lüften

Clever heizen und lüften

Ein angenehmes Raumklima ist wichtig, damit sich Menschen wohlfühlen. Kein Problem dank Heizkörpern mit einstellbaren Thermostatventilen. Sie schalten den Heizkörper ab, wenn die gewünschte Raumtemperatur erreicht ist – auf Stufe 3 wäre das bei 20 Grad Celsius. Wussten Sie, dass 1 Grad weniger sechs bis zehn Prozent Heizkosten spart?

Kurz und heftig lüften

Öffnen Sie im Winter die Fenster zwei- bis dreimal pro Tag, um kurz zu lüften. Das bringt frische Luft, ohne die Wände auszukühlen. Lassen Sie bei laufender Heizung keine Kippfenster offen – auch nicht auf Toiletten oder in Treppenhäusern. Durch ein offenes Kippfenster entweicht während eines Winters so viel Energie, wie in 200 Litern Heizöl steckt.

Läden schliessen

Verstellen Sie die Heizkörper nicht mit Möbeln, sonst staut sich die Wärme dahinter. Auch durch geschlossene Fenster entweicht Wärme. In sehr kalten Nächten ist es daher ratsam, die Läden zu schliessen, um die Abkühlung der Räume zu vermindern.

Hier erfahren Sie mehr

- www.energieschweiz.ch → wohnen → heizen
- Broschüre «Energie sparen im Alltag», www.energieschweiz.ch → Publikationen

7 Persönliche Energiebilanz

Energieverbrauch senken – Geld sparen

Wissen Sie, wie viel Energie Sie pro Jahr verbrauchen? 8300 Watt, wie der Durchschnittsschweizer? Mehr? Weniger? Befinden Sie sich auf dem Weg zur 2000-Watt-Gesellschaft? Mit ECOSPEED Private, einem kostenlosen Online-Rechner, finden Sie das ganz einfach heraus. Sie füllen ein paar Zahlen ein und sehen sofort Ihre persönliche Energiebilanz. Fürs Wohnen, Essen, Waschen, Kochen und Unterwegssein. Eingeschlossen ist die graue Energie für die Güter und Dienstleistungen, die Sie kaufen. Natürlich erfahren Sie auch, wie viel Geld Sie für die Energie ausgeben. Zudem zeigt Ihnen ECOSPEED Private den CO₂-Ausstoss, der durch Ihren Konsum entsteht.

Speichern Sie Ihre Verbrauchsdaten und setzen Sie sich Ziele, wo und wie Sie den Energieverbrauch senken. Wenn Sie in einem Jahr die Bilanz erneut erstellen, sehen Sie, wie viele Watt und Franken Sie eingespart haben.

Berechnen Sie hier Ihre Energiebilanz

www.ecospeed.ch/private

Weitere Energietipps

- Power durch Naturstrom (Naturstromprodukte)
- CleveresTV-Vergnügen (Set-Top-Boxen, Modems, Spielkonsolen)
- Ist das Auto fit für den Sommer? (Reifen pumpen, Auto-Energie-Check)
- Smarte Mobilität mit ÖV und Velo (Umweltfreundliche Mobilität)
- Weniger Licht ins Dunkle bringen (Lichtverschmutzung)
- Weniger Wasser für den gleichen Komfort (Aqua-Clic-Aufsätze)
- Umweltfreundliche Gaumenfreude (regionale Lebensmittel, Labels)

Linksammlung Energietipps

<http://www.energieschweiz.ch/de-ch/wohnen.aspx>

<http://www.energie-experten.ch/>

<http://www.werkezuerichsee.ch/de/privatkunden/energieberatung/energietipps/>

<http://www.stadtzug.ch/de/umweltenergie/energie/energiestadt/>

http://wwf.ch/de/aktiv/besser_leben/umwelttipps/

<http://www.nachhaltigleben.ch/>

<http://www.lindau.ch/de/energiestadt/energietipp/>

Stand Februar 2015