

Energie sparen – sparen Sie Ihr Geld!

Energiesparen beginnt im Kopf! Jeder Schweizer Haushalt ist fähig durch sein Verhalten bis über 30% Energie zu sparen. Die Kostenreduktion bei der Heizenergie liegt meistens zwischen 5 bis 20% und beim Stromverbrauch zwischen 20 und 40%. Dies mindert die eigenen Kosten und schont zudem die Umwelt. Ohne ein Umdenken oder den guten Willen gehts jedoch nicht. Folgende Tipps helfen Ihnen dabei, Geld zu sparen.

Küche

- Verwenden Sie beim Kochen einen Deckel. Mit Deckel bringen Sie Wasser in halber Zeit zum Kochen.
- Zum Erwärmen von Wasser für Tee oder zum Kochen von Teigwaren wird ein Wasserkocher empfohlen. Dies spart nicht nur Energie, sondern auch Zeit.
- Vielfach können Sie den Backofen oder die Herdplatte früher ausschalten und die Restwärme nutzen.
- Verwenden Sie die richtige Pfanne und dazu die passende Herdplatte. Die Herdplatte sollte nicht grösser als der Pfannenboden sein. Doppelwandige Isolier-Pfannen sparen bis 60% Energie.
- Nutzen Sie nicht unnötig viele Herdplatten oder koordinieren Sie die Nutzung des Backofens. Sie können so ein wiederholtes Aufwärmen verhindern. Nach der Pizza zum Mittagessen können Sie vielleicht direkt ein Brot oder einen Kuchen backen. Das Vorheizen eines Backofens ist meist nicht nötig. Stellen Sie den Backofen früher ab und nutzen Sie die Restwärme.
- Wenn Sie den Geschirrspüler regelmässig nutzen, so spülen Sie das Geschirr nicht oder nur grob mit kaltem Wasser vor. Der Geschirrspüler sollte immer vollständig gefüllt betrieben werden. Sollten Sie Vorspülen, so kann die Temperatur auf 50°C oder eco reduziert werden.
- Kühlen Sie den Kühlschrank nicht unter +5°C und den Tiefkühler nicht unter -18°C
- Stellen Sie keine heissen oder warmen Lebensmittel in den Kühlschrank. Lassen Sie diese zuerst auf natürliche Weise auskühlen.
- Gefrorene Lebensmittel können Sie zum Auftauen in den Kühlschrank legen. Die Kälte der gefrorenen Lebensmittel wird so dem Kühlschrank abgegeben.
- Beim Backofen oder Steamer können viele Uhren optisch ausgeschaltet werden.
- Die Kaffeemaschine und auch andere Geräte müssen nicht immer eingeschaltet bleiben.
- Die Raumtemperatur in der Küche sollte im Winter maximal 20°C betragen / Wohnküchen bis 22°C.

Badezimmer

- Duschen Sie nur so lange wie nötig. Während dem Einseifen stellen Sie das Wasser ab.
- Ein warmes Bad benötigt um einiges mehr warmes Wasser als das Duschen.
- Auch während dem Zähneputzen und Rasieren wird nicht immer Wasser benötigt.
- Hände können im Normalfall auch mit kaltem Wasser und Seife sauber gereinigt werden.
- Stellen Sie den Wassermischer immer wieder auf kalt zurück.
- Die Raumtemperatur sollte im Winter maximal 22°C betragen

Wohnen

- Der Fernseher, das DVD-Gerät oder die Stereoanlage müssen nicht immer eingeschaltet sein. Schalten Sie diese nur während Ihrer Anwesenheit in diesem Raum an und sonst vollständig ab.
- Während dem Fernsehen kann das Licht allenfalls ausgeschaltet oder reduziert werden.
- Die Raumtemperatur sollte im Winter maximal 22°C betragen. Sollte es Ihnen doch kalt werden, so bewahren sich eine Decke oder ein Pullover.

Büro

- Stellen Sie die Geräte erst an, wenn Sie diese benötigen. Oft stellt man einen Drucker an oder lässt diesen laufen, obwohl dieser momentan gar nicht benötigt wird.
- Stellen Sie bei Beendigung der Arbeit die Geräte ganz ab.
- Achten Sie allgemein beim Kauf von elektronischen Geräten auf den Energieverbrauch. Das Internet oder der Fachhandel informiert Sie über sparsame Geräte.
- Die Raumtemperatur im Büro sollte im Winter maximal 22°C betragen.

Energie sparen – sparen Sie Ihr Geld!

Schlafzimmer

- Das richtige Lüftungsverhalten und die richtige Raumtemperatur sind wichtig für einen gesunden Schlaf. Elternschlafzimmer sollten im Winter nicht über 18°C geheizt werden. Kinderzimmer oder Zimmer, in denen man sich regelmässig aufhält, sollten auf zirka 20°C eingestellt werden.

Beleuchtung

- Auch wenn LED-Leuchten um einiges teurer sind, so lohnt sich ein Ersatz bei viel eingeschalteten Leuchten bereits nach zirka zwei Jahren. Die Lebensdauer ist zudem um ein Vielfaches länger als bei herkömmlichen Leuchtmitteln. Somit lohnt sich der Ersatz von herkömmlichen Leuchtmitteln immer, auch wenn diese alten Leuchtmittel noch funktionsfähig sind.
- Löschen Sie immer das Licht, wenn Sie einen Raum verlassen.

Waschen

- Achten Sie darauf, dass die Waschmaschine und der Trockner jeweils gefüllt, jedoch nicht überfüllt sind. Sie sparen so nicht nur Energie, sondern auch Zeit.
- Sollte es die Zeit zulassen, so verwenden Sie keine Kurzprogramme, sondern ein Standartprogramm oder sogar ein Öko-Programm.
- Wenn möglich ist die Wäsche auf natürliche Weise zu trocknen.

Heizung

- Stellen Sie die Raumtemperaturen auf unsere Empfehlungen zurück. Sollten Sie mit tieferen Temperaturen auskommen, so können diese weiter reduziert werden. Die Reduktion um 1°C spart 6% Heizenergie.
- Schliessen Sie im Winter in der Nacht die Storen oder Fensterläden. So können Sie den Heizbedarf ebenfalls reduzieren.
- Schliessen Sie die Zimmertüren zwischen unterschiedlich stark beheizten Räumen.
- Reduzieren Sie bei längeren Abwesenheiten die Raumtemperatur auf 15°C.
- Nicht genutzte Räume können auf eine Temperatur von 10°C reduziert werden.

Allgemeinräume

- Es ist nicht nötig, gemeinschaftliche Treppenhäuser oder Keller zu beheizen.

Allgemein

- Beachten Sie auch unser Merkplatt «Richtig lüften». Auch hier können Sie viel beitragen, um ein gesundes Raumklima zu schaffen und Energie zu sparen.
- Denken Sie aber daran, dass es einige Zeit benötigt, bis Sie sich dieses energiesparende Verhalten angeeignet haben. Wichtig ist ein angemessener Durchhaltewille.
- Bei all den Verhaltenstipps muss es Ihnen aber noch wohl sein. Durch intelligentes Einkaufen (Umweltschonende und sparsame Geräte) sparen Sie bereits Geld, ohne dass Sie das Energie-Konsumverhalten ändern müssen. Ein Lichtschalter zu betätigen, um Energie zu sparen ist aber jederzeit möglich.

Weitere Tipps und Tricks zum Energiesparen und zur Beurteilung Ihres Energieverbrauches finden Sie unter:

- Bundesamt für Energie (BFS) www.energieschweiz.ch
- Den Stromverbrauch beurteilen www.energybox.ch
- Die sparsamsten Haushaltgeräte www.topten.ch

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Ghelma AG Bau/Immobilien, Liechtenenstrasse 10, 3860 Meiringen, www.ghelma.ch/immobilien
Telefon 033 972 62 62, d.walker@ghelma.ch