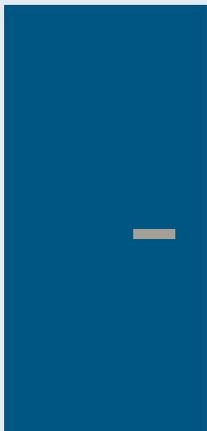


RTB



Energietipps

Energiesparen leicht gemacht.



Komfortabel leben, einfach sparen

Sie möchten Ihre Energiekosten senken, mehr über versteckte Stromfresser wissen und die Umwelt schonen?

Auf diesen Seiten erfahren Sie, wie sich der Stromverbrauch verteilt und wo das grösste Einsparpotenzial liegt. Unsere Energietipps helfen Ihnen den Energieverbrauch im Alltag zu senken und Kosten zu sparen.

Der effiziente Einsatz von Energie bewirkt viel – einfach und ohne Komfortverlust. Helfen Sie mit und gestalten Sie mit uns eine umweltschonende Energiezukunft.

Stromverbrauch

Der Stromverbrauch im Haushalt ist abhängig von der Haushaltsgrösse, der Geräte und dem individuellen Nutzerverhalten. Strom zu sparen ist meist die effizienteste Art, um den Energieverbrauch und die Kosten zu senken.

Was bedeutet eigentlich 1 kWh?

Kilo-Watt-Stunde (kWh) bezeichnet eine Energiemenge. 1 kWh bedeutet «1000 Watt während einer Stunde». Das entspricht beispielsweise der elektrischen Energie, die zehn Glühlampen à 100 W während einer Stunde verbrauchen. Oder zehn Energiesparlampen à 20 W in fünf Stunden – die dabei übrigens gleich viel Licht produzieren. Bei den RTB kostet 1 kWh Strom je nach Qualität, Tarif und Verbraucherverhalten ungefähr 20 Rappen, was dem Schweizer Durchschnitt entspricht.

Stromverbrauch Modellhaushalt

Aufteilung des jährlichen Stromverbrauchs eines Modellhaushalts mit 3500 kWh:



- Beleuchtung: 600 kWh/Jahr
- Elektronische Geräte: 800 kWh/Jahr
- Kochen und Spülen: 700 kWh/Jahr
- Kühlen und Gefrieren: 350 kWh/Jahr
- Waschen, Trocknen und Reinigen: 770 kWh/Jahr
- diverse Geräte: 280 kWh/Jahr

Quelle: Bundesamt für Energie BfE

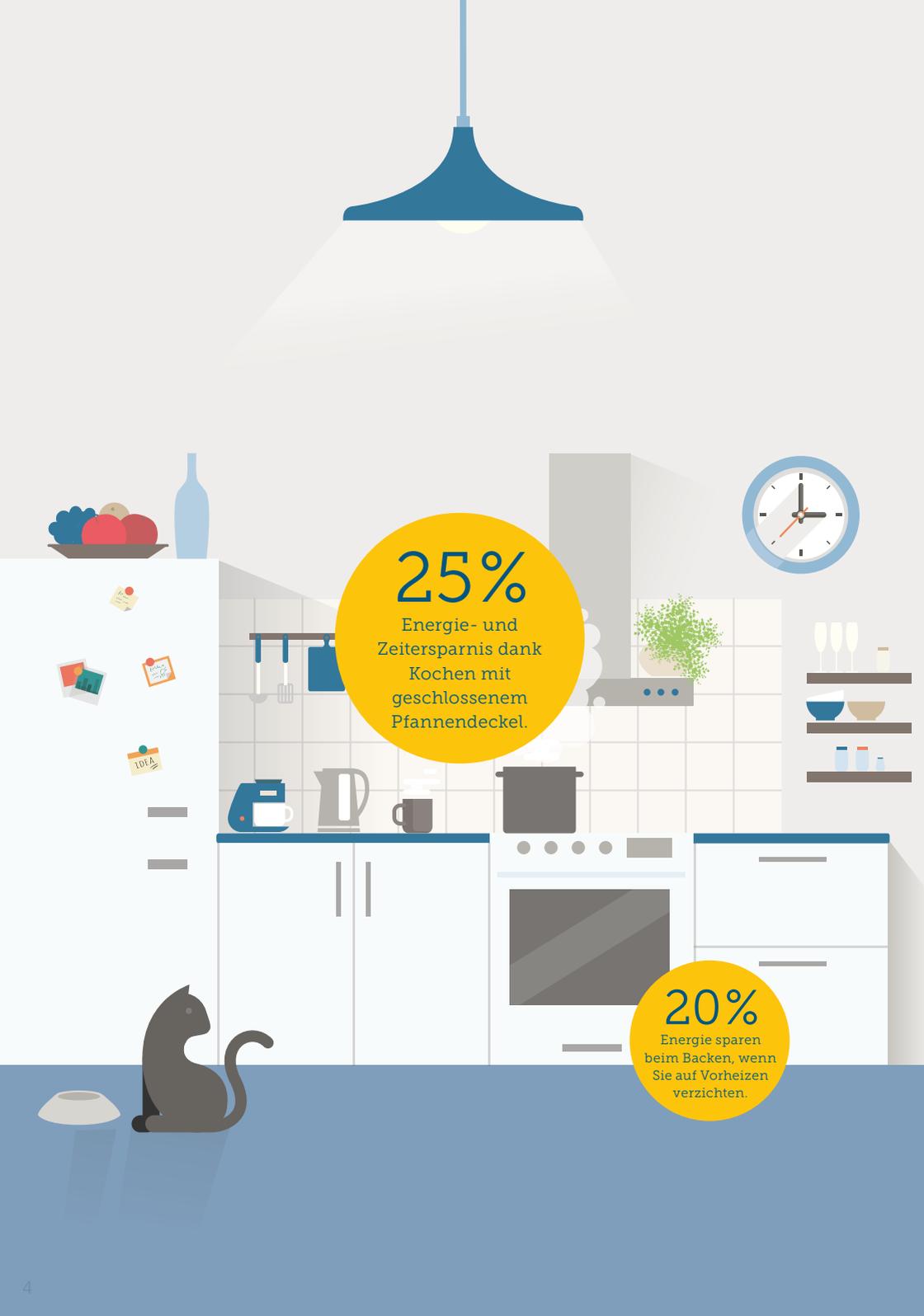
Durchschnittlicher jährlicher Stromverbrauch pro Haushalt (in kWh)

Wohnung

Personen im Haushalt	1	2	3	4+
kWh	1'800	2'350	2'900	3'450

Einfamilienhaus

Personen im Haushalt	1-2	3+
kWh	3'550	5'200



25%

Energie- und
Zeitersparnis dank
Kochen mit
geschlossenem
Pfannendeckel.

20%

Energie sparen
beim Backen, wenn
Sie auf Vorheizen
verzichten.

In der Küche

✓ Die Pfanne macht's

Energie- und umweltbewusst gekocht, isst es sich besser. Nutzen Sie darum doppelwandige Pfannen mit Deckel und der richtigen Grösse für ein optimales Erwärmen der Speisen. Ebene Pfannenböden, die auf entsprechend dimensionierten Kochfeldern stehen, tragen weiteres zur Zeit- und damit Energieersparnis bei.

✓ Backen wie ein Profi

Bei Guetzli, Soufflé und wenig anderen Speisen macht es Sinn, aber meist ist es ein veralteter Zopf, den Backofen vorzuheizen. Dies braucht unnötig Zeit und Energie. Verwenden Sie wenn immer möglich die Umluftfunktion – und sparen Sie damit 30 Prozent Energie.

✓ Ihr Geschirrspüler kann mehr

Packen will gelernt sein. Das gilt nicht nur für den Reisekoffer, sondern auch für Ihren Geschirrspüler. Nutzen Sie dessen Fassungsvermögen optimal aus, bevor Sie ihn starten. Verzichten Sie wenn möglich auf das Vorspülen vor allem unter fließend warmem Wasser.

Eine Kilowattstunde reicht für...



... die Zubereitung von **50 Tassen Kaffee** mit einer Kaffeemaschine.

30%

Heizenergie sparen,
wenn Sie kurz aber
intensiv lüften.



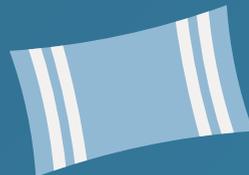
80%

Strom sparen? Einfach
Glühlampen und
Halogenlampen durch
LED ersetzen.



15%

Energieverbrauch
reduzieren mit
Raumthermostat.
Nachrüsten lohnt
sich.



Im Wohnzimmer

✓ Bye-bye Standby

Der Standby-Verbrauch der Schweiz beträgt rund 2 Mrd. kWh/Jahr, dies entspricht Kosten von 170 Mio. Franken. Schalten Sie darum nicht benötigte Geräte ganz aus, trennen Sie einsame Ladestationen vom Netz, verwenden Sie Steckerleisten mit Kippschalter und sparen Sie Geld.

✓ Heizen und lüften – aber richtig

Sie sparen 6 Prozent Heizenergie pro gesenktem Grad Raumtemperatur. Heizen Sie ihre Wohnräume nicht über 22 Grad, die Nebenräume nicht über 16 Grad. Wenn Sie nachts unter der Bettdecke liegen, bietet sich eine Reduktion von bis zu 5 Grad an. Verzichteten Sie während der Heizperiode auf das Kippen der Fenster und schliessen Sie Jalousien oder Rollläden vollständig. Lüften Sie kurz aber intensiv – nicht mehr als 5 bis 10 Minuten bei weit geöffneten Fenstern. Als Mieter reduzieren Sie mit diesen Massnahmen die Nebenkosten.

✓ Geht Ihnen ein Licht auf?

Brennen bei Ihnen noch Glühbirnen? Tauschen Sie diese aus – für jeden Bedarf findet sich heute ein energiesparendes Leuchtmittel (LED). Wählen Sie dieses gezielt aus und beachten Sie die Lebensdauer. Verzichteten Sie im Alltag auf unnötige Beleuchtung oder ständig gedimmte Leuchten.

Eine Kilowattstunde reicht für...



... ein Fernsehvergnügen von:

4 Stunden mit Plasma-Bildschirm

8 Stunden mit LCD-Bildschirm

(bei einer Diagonale von 82 cm)



Energieeinsparung,
wenn Sie das Duschen
dem Baden vorziehen.

50%

Einsparung von
Wasser- und Energie-
bedarf mit modernen
Wasserspardüsen.

Im Bad

✓ Wasserverbrauch steuern

Warmwasser ist des Haushalts zweitgrösster Energiefresser. Behalten Sie beim Warmwasserverbrauch darum einen kühlen Kopf, mit wenigen Kniffen sparen Sie bares Geld.

- Einhebelmischer regulieren die Wassermenge deutlich effizienter als Zwei-Griff-Armaturen
- Die Wassertemperatur des Boilers ist bei 60 Grad optimal eingestellt

Entkalken Sie den Boiler regelmässig. Während Ferienabwesenheiten lohnt es sich, den Boiler ganz auszuschalten.

✓ Duschen statt Baden

Nehmen Sie anstelle eines Vollbades eine Kurzdusche. Sie senken damit nicht nur Ihre Energie – sondern auch die Wasserkosten.

Eine Kilowattstunde reicht für...



... eine warme Dusche von etwa **1.5 Minuten**.

Kostenaufteilung für eine Dusche von 5 Minuten mit Warmwasser von 40 Grad sind:

Wasser/Abwasser	0.30 CHF
Wärmeenergie	0.60 CHF
Gesamtkosten	0.90 CHF



20°

ist die ideale
Raumtemperatur



Nutzen Sie die
Energiespar-
funktion Ihres
Computerbild-
schirms.

50%

Stromeinsparung mit
einem Notebook gegen-
über eines Desktop-
Computers.



Im Büro

✓ Nutzerverhalten

Mit zeitgemäßem Nutzerverhalten optimieren Sie Ihr Energiesparpotenzial auch im Büro zu Hause:

- Trennen Sie Ihren Drucker bei Nichtgebrauch vom Stromnetz
- Schalten Sie auch hier Geräte mit Standby-Funktion besser ganz aus
- Ungenutzte Ladestationen gehören vom Netz getrennt
- Steckerleisten mit Kippschalter verwenden

Ihr Computermonitor arbeitet heimlich weiter, wenn Sie das Büro verlassen? Das muss nicht sein. Schalten Sie ihn ganz aus, denn auch Bildschirm-schoner und die Standby-Funktion verbrauchen Energie.

✓ Effiziente Geräte erwünscht

In unseren heimischen Büros erreicht die Geräteanzahl von Jahr zu Jahr neue Dimensionen. Sparen Sie darum Strom und Geld mit dem Einsatz energieeffizienter Geräte. Die Energie-etikette hilft Ihnen dabei (Rückseite).

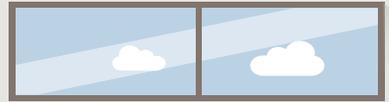
Eine Kilowattstunde reicht für...



... etwa **45 Minuten staubsaugen** – je nach Leistung des Saugers.

50%

Ein Kühlschrank mit der
Energieetikette A+++
benötigt gegenüber einem
Kühlschrank mit A+ bis zu
50% weniger Strom.



Ungenutzte
Kühlschränke
und Tiefkühler
im Keller aus-
schalten.



Beachten
Sie auch beim
Autokauf die
Energie-
etikette.

Im Keller / in der Garage

✓ Kühlen und Gefrieren

Der Kühlschrank und das Gefriergerät machen generell zwischen 15 bis 25 Prozent des gesamten Stromverbrauchs im Haushalt aus. Gerade hier gilt deshalb: bei Neuanschaffungen unbedingt Energieetikette (Rückseite) beachten. Ein paar weitere coole Tipps:

- Warme Speisen zuerst abkühlen lassen und erst dann in den Kühlschrank stellen
- Im Gegenzug: Tiefgefrorenes am besten im Kühlschrank auftauen lassen
- Idealerweise stellen Sie den Tiefkühler an einen kühlen Platz
- Halten Sie die Türen ganz geschlossen
- Tauen Sie Ihre Kühlgeräte regelmässig ab

✓ Freie Lüftungsschlitze

Die Luftzirkulation Ihrer Geräte funktioniert effizienter, wenn Sie die Lüftungsschlitze frei und sauber halten.

Eine Kilowattstunde reicht für...



2.6 km Erdgas- oder Benzinauto

7.8 km Elektrofahrzeug

140 km E-Bike



15%

Energie sparen,
wenn die Wäsche an
der Luft statt im
Tumbler trocknet.

Regelmässig
die Flusenfilter
reinigen für eine
optimale
Trocknung.

40%

Energieeinsparung
mit einer Wasch-
temperatur von
30 °C statt 40 °C.

In der Waschküche

✓ Clever waschen

Passen Sie das Waschprogramm der Verschmutzung Ihrer Kleidung an. Oft reicht eine 30 Grad Wäsche, auch wenn das Wäschelabel mehr zulassen würde. Schleudern Sie Ihre Wäsche mit der maximalen Umdrehung pro Minute.

Bei einer typischen Buntwäsche ist eine nur halbvoll gefüllte Maschine reine Energieverschwendung. Nutzen Sie das gesamte Fassungsvermögen der Waschtrommel, ohne sie zu überladen. Wenn noch eine Handbreite Platz in der Trommel ist, ist sie optimal befüllt. Wasser und Waschmittel können sich richtig verteilen und die Wäsche kann sich aneinander reiben.

✓ Clever trocknen

Reinigen Sie regelmässig die Flusenfilter und verhindern Sie, dass verstopfte Filter die Trockenzeit verlängern.

Es ist immer energiesparender, die Wäsche an der frischen Luft im Freien zu trocknen oder im Trocknungsraum aufzuhängen.

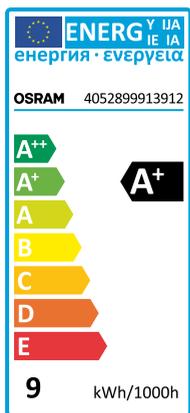
Eine Kilowattstunde reicht für...



... etwa **eine Stunde bügeln** – je nach Leistung des Dampfbügeleisens.

Was zeigt mir die ENERGIE ETIKETTE?

Die Energieetikette liefert Informationen zur Energieeffizienz und weiteren Eigenschaften der entsprechenden Geräte. Die Einteilung erfolgt in Energieeffizienzklassen von der besten bis zur schlechtesten Bewertung. Je nach Gerät kann die beste Kategorie mit A+++, A++, A+ oder A gekennzeichnet sein. Der schwarze Pfeil zeigt indes die Klasse des jeweiligen Geräts. Beispiel Leuchtmittel: Die Energieeffizienz eines Leuchtmittels gibt das Verhältnis zwischen der abgestrahlten Lichtmenge und der zugeführten elektrischen Leistung in Watt an. Je höher dieser Wert ist, desto niedriger sein Energieverbrauch.



Klasse	Leuchtmitteltyp	Leistung in Watt	Einsparung gegenüber Standard-Halogenlampen
A ⁺⁺	LED-Lampen	7	88%
A ⁺	LED- und Leuchtstofflampen	11	82%
A	Spar- und Leuchtstofflampen	15	75%
B	Beste Halogenlampen	40	33%
C	Gute Halogenlampen	50	16%
D	Standard-Halogenlampen	60	0%
E	(verbotene) Glühlampen	grösser 60	–

Typische Leuchtmittel, die alle dieselbe Lichtmenge abgeben.

