

Strom sparen statt AKWs bauen.



Zusammengestellt im September 07
vom Ausschuss für Planung, Energie und Verkehr der SP-Kantonsratsfraktion

Herausgeberin:

SP Kanton Zürich

Hallwylstrasse 29

8004 Zürich

Tel. 044 245 90 00

www.spzuerich.ch

spkanton@spzuerich.ch

Tipps zum Energiesparen im Alltag

Zuhause

- Setzen Sie Stromsparlampen und energieeffiziente Geräte mit Label AA+ ein oder regen Sie dies in Mietwohnungen mit älteren Geräten bei der Verwaltung an.
- Kaufen Sie bei Ihrem Elektrizitätswerk Ökostrom. So leisten Sie einen konkreten Beitrag zur Förderung von Solarenergie, Windkraft, Strom aus Biomasse etc.
- Energieeffizientes Lüften: vor allem im Winter fünf Minuten morgens und abends kurz lüften.
- Individuelle Heizkosten-Abrechnung verlangen (Installation von Wärmehzählern).
- Stellen Sie die Heizung auf max. 20 Grad ein, bei Abwesenheit auf das Minimum.
- Wenn Heizkosten trotz energiesparendem Verhalten zu hoch sind, nehmen Sie Kontakt mit dem Hausbesitzer auf und verlangen Sie energetische Sanierungen, wie Isolation von Dach und Kellerdecke, eventuell neue Fenster mit Isolierglas und Aussenisolation.
- Geräte, insbesondere Fernseher, jeweils ganz ausschalten (nicht Standby-Modus!). Geräte an Stromschienen mit einem Hauptschalter anschliessen.
- Wasserverbrauch, vor allem Warmwasser reduzieren. Wassersparende Ventile bzw. Duschköpfe installieren (Informationen unter www.warmduschen.info).
- Handy bei Nichtgebrauch ausschalten.

Beim Essen

- Kochen mit Deckel verkürzt die Garzeit um zirka 30%. Dampfgargeräte sind in der Regel noch effizienter. Für Teewasser und zum Vorerhitzen von Kochwasser können Wasserkocher verwendet werden.
- Fleischkonsum reduzieren. Zur Produktion von einem Kilo Fleisch wird in der Regel 10x mehr Energie eingesetzt als für ein Kilo Getreide oder Gemüse.
- Vermeiden Sie tiefgefrorene Produkte und solche aus weit entfernten Gegenden.
- Wählen Sie einheimische, saisongerechte Gemüse und Früchte.
- Kaufen Sie Produkte direkt vom Bauernhof oder auf dem lokalen Markt, vorzugsweise Bioprodukte. Vermeiden Sie die grossen Shoppingcenters.
- Folgen Sie auch beim auswärts Essen dem Prinzip «Slow Food» (siehe auch www.slowfood.ch) statt «Fast Food». Wählen sie frisch zubereitete Speisen und Weine aus der Region oder aus den benachbarten Gegenden.
- Trinken Sie Leitungswasser oder Mineralwasser aus Schweizer Quellen

Ferien und Freizeit

- Für Ihre sportlichen Tätigkeiten und für den Ausgang den öffentlichen Verkehr benutzen.
- Wählen Sie beim Sport Outdoor- statt Indoor-Aktivitäten. Also joggen Sie wenn immer möglich in der Natur statt auf dem Laufband.
- Wählen Sie Ferienorte, welche mit dem ÖV erreichbar sind.
- Kompensieren Sie den CO₂-Ausstoss (siehe auch www.myclimate.ch), wenn Sie nicht auf Flugreisen verzichten wollen oder können.
- Planen Sie nachhaltige Ferien, wie z.B. Wander- oder Veloferien.
- Verbringen Sie zur Abwechslung Ihre Ferien wieder einmal in der Schweiz.
- Achten Sie auch bei Ferienhäusern oder in Zweitwohnungen auf den Energieverbrauch

Bei der Arbeit

- Computer und andere Geräte über Nacht oder bei Nichtgebrauch ausschalten, Stromschiene mit einem Hauptschalter installieren (siehe auch www.ekz.ch, Energieeffizienz).
- Im Winter die Heizung auf 19 bis 20 Grad reduzieren, wärmere Kleidung anziehen. Ein Büro mit PC-Arbeitsplätzen erzeugt sehr oft genügend Abwärme, so dass die Heizung zeitweise ausgeschaltet werden kann.
- Energiesparende Beleuchtung (wie z.B. Sparlampen) wählen.
- Öko-Strom beziehen.

- Auch für Geschäftsreisen und Kunden-besuche, wo möglich den öffentlichen Verkehr oder eine kombinierte Mobilität nutzen.
- Flugreisen lassen sich auf ein Minimum reduzieren, indem z. B. Videokonferenzen abgehalten werden.
- Den Betrieb regelmässig auf mögliche Einsparung von Energie überprüfen.
- Stromfressende Geräte durch Apparate mit AA+ Label ersetzen.
- Recycling-Papier verwenden, beidseitig bedrucken. Bei jedem Dokument zuerst prüfen, ob ein Ausdruck wirklich nötig ist und falls ja, nach Möglichkeit eine kleine Schrift wählen, um Papier zu sparen.

Unterwegs

- Kurze Strecken zu Fuss oder mit dem Velo zurücklegen.
- Für mittlere und längere Strecken auf den öffentlichen Verkehr umsteigen und die Reisezeit zum Lesen oder zum Arbeiten nutzen.
- Die Anschaffung eines GA prüfen. Mit einem Familien-GA profitieren auch die Kinder (siehe auch www.sbb.ch).
- Kombinierte Mobilität, wie z. B. Intercity-Zug und Car-Sharing nutzen. Für die grösseren Einkäufe können Car-Sharing oder Hauslieferdienste benützt werden.
- Für Kleintransporte in der Stadt eignen sich Velokurierdienste.
- Beim Arbeitsweg Alternativen zum Auto prüfen. „Bike to Work“ oder zu Fuss zum nächsten Bahnhof gehen, ist gesund und macht Spass (siehe auch www.igvelo.ch)
- Autofahrten auf ein Minimum reduzieren
- Energiesparend fahren: beispielsweise möglichst wenig die Klimaanlage einschalten, gangorientierte Geschwindigkeit einhalten, Fahrwiderstände vermeiden Reifendruck regelmässig kontrollieren, etc. (siehe auch www.ecodrive.ch)
- Achten Sie beim Kauf eines Autos auf Empfehlungen der Umweltverbände.
- Leichte Wagen mit kleinerem Hubraum vorziehen, Auto mit Hybrid-, Gas- oder Elektroantrieb wählen.
- In Europa: Zug statt Flug!
- Reduzieren Sie Ihre Flugreisen auf das Minimum. Bei nicht vermeidbaren Flügen können Sie mit einem „Klimaticket“ den CO₂-Ausstoss kompensieren (siehe auch www.myclimate.ch)
- Falls möglich, Arbeitsort in der Nähe des Wohnortes wählen oder umgekehrt.

Für die Zukunft

- Animieren Sie Angehörige und Freunde zu umweltschonendem Verhalten.
- Achten Sie bei der Wohnungswahl auf Nachhaltigkeit der Materialien und des Heizsystems. Wählen Sie die Wohnungs-grösse nach ihrem effektiven Bedarf.
- Beim Erwerb von Wohneigentum, Bau oder Umbau eines Eigenheims: Niedrigst-Energieverbrauch fordern (Minergie-P oder Passiv-Haus-Standard). Achten Sie auf erneuerbare Energiequellen. Bei Umbauten Solarpanels für Warmwasser installieren.
- Berechnen Sie Ihren ganz persönlichen Energieverbrauch (beispielsweise mit www.ecospeed.ch).
- Überlegen Sie, welchen persönlichen Beitrag Sie und Ihre Familie zur CO₂-Reduktion leisten können.
- Unterstützen Sie die Kampagnen und Initiativen gegen den Klimawandel (siehe www.klima-charta.ch und Klimainitiative unter www.spschweiz.ch).
- Geräte, die helfen, Energie zu sparen, finden Sie unter www.sp-web.ch/solarshop.
- Wählen Sie jene Partei, die sich seit Jahrzehnten aktiv für die erneuerbaren Energien und griffige Massnahmen gegen den Klimawandel einsetzt: die **SP**.