

Infoveranstaltung

Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei



In Zusammenarbeit mit:



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 1

1

Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei

Infoveranstaltung 29.11.22 in Appenzell

- 18.30 Uhr: Begrüssung Verein Energie AR/AI
- 18.35 Uhr: Drohende Mangellage Energieversorgung
Bauherr Ruedi Ulmann
- 18.50 Uhr: Fragerunde
- 19.00 Uhr: Energiespartipps Elektrogeräte,
Beleuchtung, Heizung und Warmwasser
Daniel Moos, Verein Energie AR/AI
- 19.40 Uhr: Fragerunde
- 20.00 Uhr: Apéro



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 2

2

Steigende Energiepreise

Ausgangslage

Für 2023: gemäss ElCom durchschnittliche Erhöhung der Strompreise von 27 % für Privathaushalte.

Aufschlag variiert lokal sehr stark.

Grundsätzlich: Stromversorgungsunternehmen, die viel Strom selbst in der Schweiz produzieren, sind weniger von Erhöhung betroffen, weil sie weniger Strom auf dem europäischen Markt einkaufen müssen.

Übersicht Strompreise in der Schweiz

www.strompreis.elcom.admin.ch/



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 3

3

Steigende Energiepreise

Ausgangslage

Bereits 2022 massiv gestiegen sind die Gas- und die Heizölpreise.

Was kann eine Hausbesitzerin, was kann eine Mieterin tun, damit die Energiekosten nicht explodieren?

Grosses Potenzial bieten Energiesparmassnahmen. Sie sind in der Regel mit Verhaltensänderungen verbunden und nicht mit einer Komforteinbusse.

Prominentes Beispiel vergangener Zeiten: [Alt Bundesrat Ogi](#) demonstrierte 1988, wie Eier effizient gekocht werden.

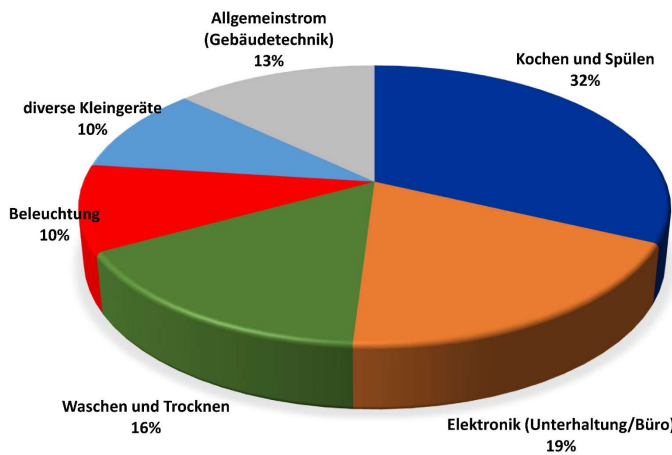


Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 4

4

Stromverbrauch Haushalt

Aufteilung des typischen Haushalt-Stromverbrauchs: 2 Personen in MFH-Wohnung
(inkl. Allgemeinstrom, ohne Elektroheizung, Elektroboiler und WP)



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 5

5

Bereich Kochen und Spülen

Das geeignete «Geschirr»

- Pfanne mit Deckel verwenden
- Grösse des Kochgeschirrs auf die Herdplatte abstimmen
- nach Möglichkeit eine Isolierpfanne oder den Schnellkochtopf einsetzen
- Kochfeld früher ausschalten und Restwärme nutzen



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 6

6

Bereich Kochen und Spülen

Effiziente Spezialgeräte

- Spezialgeräte Eier- und Wasserkocher sind sehr effizient
- Die Mikrowelle eignet sich zum Aufwärmen
- Nahrungsmittel wie Kartoffeln, Gemüse oder Eier müssen nicht mit Wasser bedeckt sein. Es genügt, wenn der Boden gedeckt ist und die Speisen bei geschlossenem Deckel im Dampf garen.



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 7

7

Bereich Kochen und Spülen

Restwärme nutzen

- Beim Backofen aufs Vorheizen verzichten
- Backen mit Umluft an Stelle Ober- und Unterhitze
- Ausschalten des Ofens bereits 5 Min. vor Backende (Restwärme)
- Kaffeemaschine ausschalten, um Warmhaltefunktion zu vermeiden (Modell mit automatische Abschaltfunktion).



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 8

8

Bereich Kochen und Spülen

Nicht zu kalt

- Kühlschrank auf 7°C einstellen
- Keine warmen Speisen in den Kühlschrank stellen
- Tiefkühlgut im Kühlschrank auftauen (hilft kühlen)
- Kühlschrank richtig einräumen
- Gefriergerät auf -18 °C regulieren
- Gefriergerät in kühlem Raum aufstellen
- Türen bei Kühlschrank und Gefriergerät sofort schliessen



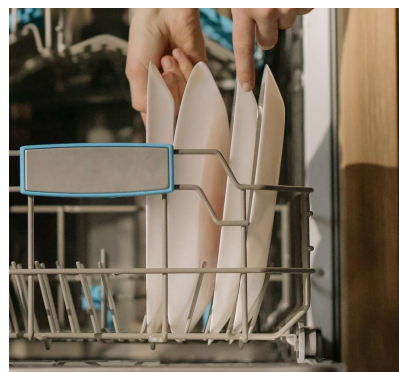
Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 9

9

Bereich Kochen und Spülen

Spülen

- Ein moderner Geschirrspüler braucht weniger Strom als von Hand abzuwaschen
- Geschirrspülmaschine erst starten, wenn sie voll ist
- Auf Vorspülen unter dem Hahn verzichten. Es genügt, grobe Speisereste zu entfernen
- Niedrigtemperatur- oder Sparprogramm verwenden



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 10

10

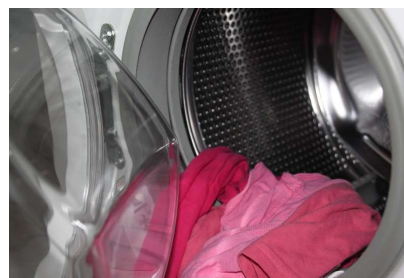


11

Bereich Waschen und Trocknen

Mit wenig Wasser und viel Sonne

- Waschmaschine ganz füllen
- Mit niedriger Temperatur waschen
- Sparprogramm bzw. ECO-Programme wählen
- Wäsche nach Möglichkeit an der Luft trocknen
- Tumbler-Verwendung reduzieren



12



13

Bereich Beleuchtung

Nutzen Sie das Tageslicht

- Glühlampen und Halogenlampen durch LED-Leuchten ersetzen
- Licht ausschalten, wo es kein Licht braucht
- Dunkle Lampenschirme schlucken Licht
- Tageslicht nutzen und den Arbeitsplatz zum Beispiel am Fenster einrichten



14

Bereich Elektronik

Goodby Stand-by

- Versorgen Sie Unterhaltungsgeräte wie Fernseher, Set-Top-Box, HiFi oder Spielkonsole über eine schaltbare Steckdosenleiste mit Strom. Sie können diese mit einem Klick ganz ausschalten und vermeiden Stand-by-Verbrauch
- Aktivieren Sie wo möglich die Energiespareinstellung (PC)
- Installieren Sie auch bei Ihren Bürogeräten eine Steckerleiste um die Geräte ganz einfach vom Strom zu trennen



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 15

15

Energieetikette

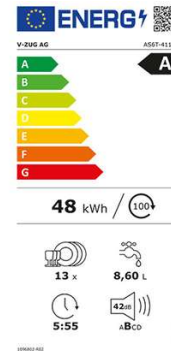


16

Energieetikette

Die A-Klasse

- Steht die Anschaffung eines neuen Geräts an? Dann orientieren Sie sich an der Energieetikette. Sie ordnet Geräte in eine von sieben Energieeffizienzklassen ein. Diese sind mit Buchstaben definiert, von A für die höchste Effizienz bis G für die tiefste Effizienz, und mit farbigen Balken von Rot bis Dunkelgrün (höchste Effizienz) gekennzeichnet.



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 17

17

Energieetikette

Effizienz vergleichen

Die Energieetikette gibt es für viele

- Haushaltsgeräte (Kühl- und Gefriergeräte, Waschmaschinen, Kaffeemaschinen usw.) sowie
- für Lampen
- und für elektronische Geräte wie Fernseher, Computer usw.



Den Vergleich bezüglich Effizienz ermöglicht ausserdem:

<https://www.topten.ch/>



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 18

18

Reparatur und Recycling

Wann lohnt sich der Ersatz

Auch die Lebensdauer und die Weiterverwendung beeinflussen die Energieeffizienz eines Geräts. Ob sich eine Reparatur lohnt, hängt vom Gerätealter, den Reparaturkosten und der technischen Entwicklung der Neugeräte ab.

- Faustregel: Grossgeräte, die älter als 10 Jahre sind, bei Defekt ersetzen.
- Defekte Elektrogeräte und Leuchtmittel immer (kostenlos) ins Fachgeschäft oder auf Sammelstelle bringen



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 19

19



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 20

20

Warmwasser im Haushalt

Grosser Energieaufwand

Wasser sparen schont nicht nur die Ressource Wasser selbst, sondern hat auch einen positiven Einfluss auf die Energiekosten im Haushalt. Denn für den Transport, das Erwärmen und für die Abwasserreinigung wird viel Energie benötigt. Der Energieaufwand für Warmwasser ist laut dem Schweizerischen Verein des Gas- und Wasserfaches (SVGW) etwa 150 Mal grösser als der für kaltes Wasser.



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 21

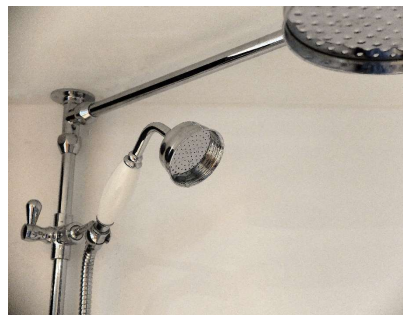
21

Warmwasser im Haushalt

Spararmaturen

Überall, wo wir Wasser verbrauchen, können wir es auch sparen:

- Duschen statt baden
- Spararmaturen bei Hähnen und Dusche einsetzen (A-Klasse)
- Toilettenspülung mit Spülstopp ausrüsten
- mit kaltem Wasser Hände waschen



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 22

22

Warmwasser im Haushalt

Elektroboiler ersetzen

Den grössten Einfluss auf den Energieverbrauch hat die Art der Warmwasseraufbereitung:

- Elektroboiler ersetzen
- Warmes Wasser, wenn möglich über Wärmeerzeugung/Heizung aufbereiten
- Wärmepumpen-Boiler einsetzen
- Zentrale Warmwassererzeugung im ganzen Haus
- Boilertemperatur auf 50-60°C einstellen
- Leitungen dämmen



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 23

23



24

Heizenergie im Haushalt

Keine Wärme verlieren

Zwei Drittel des Energiebedarfs im Haushalt setzen wir fürs Heizen ein. Es lohnt sich deshalb effizient und erneuerbar zu heizen. Das spart Energie und Kosten.

Auch wenn Mieterinnen und Mieter nicht direkten Einfluss auf die Heizung haben, können sie – wie auch Hauseigentümerinnen und Hauseigentümer – mit einfachen Massnahmen den Heizenergieverbrauch reduzieren.

Die einfachste Massnahme: die Temperatur leicht senken.
1°C tiefere Temperatur reduziert den Heizenergieverbrauch zwischen 6-10 %.



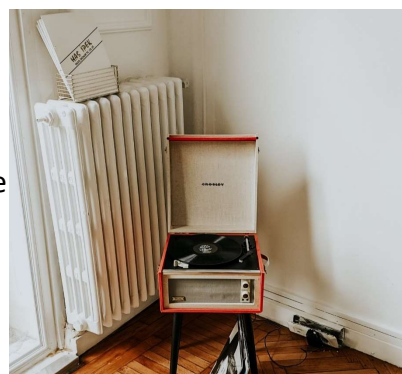
Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 25

25

Heizenergie im Haushalt

Keine Wärme verlieren

- Warme Luft muss ungehindert zirkulieren können. Die Heizkörper dürfen deshalb nicht durch Möbel oder Vorhänge verdeckt werden.
- Bei Fussbodenheizung dicke Teppiche vermeiden.
- In der Nacht empfiehlt es sich, die Roll- oder Fensterläden zu schliessen.



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 26

26

Heizenergie im Haushalt

Die optimale Temperatur

- Nicht in allen Räumen muss die Temperatur gleich hoch sein. Mit Thermostatventilen lässt sich die Temperatur regeln:
22/23° C in Badezimmern (= Pos. 4)
20° C in Wohn- und Aufenthaltsbereichen (= Pos. 3)
17°C in Schlafräumen, Flur (= Pos. 2)
Nicht unter 16 °C in wenig genutzten Räumen, um allfällige Gebäudeschäden zu vermeiden = Pos. *



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 27

27

Heizenergie im Haushalt

Richtig Lüften

- Durch ein gekipptes Fenster geht viel Wärme verloren, ohne, dass die Luft ausgetauscht wird. Optimales Lüften: mindestens 3x täglich alle Fenster öffnen und 5-10 Min. Durchzug machen. So kann sich die Luft erneuern und die Räume kühlen nicht aus. Ausserdem hilft richtiges Lüften Schimmelpilzbildung zu vermeiden.



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 28

28

Heizenergie im Haushalt

Erneuerbar heizen

Neben dem effizienten heizen, lohnt es sich auf erneuerbare Energien zu setzen. Der Krieg in der Ukraine zeigt, wie die Abhängigkeit von Erdgas und Erdöl unsere Energieversorgung bedrohen kann.

Ist die Heizung um die 10 Jahre alt, empfiehlt es sich, den Heizersatz zu planen und im ersten Schritt eine kostenlose Impulsberatung «erneuerbar heizen» zu buchen.

erneuerbarheizen

Wir freuen uns auf Ihren Anruf für einen Beratungstermin



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 29

29

Heizenergie im Haushalt

Heizungsraum

- Heizleitungen in unbeheizten Räumen wärmedämmen
- Heizungsraum ist kein Lagerraum
- Möglichst sauberer Raum für saubere Verbrennung



Energiesparen im Haushalt ist keine Hexerei 30

30

Weitere Infos

<https://www.nicht-verschwenden.ch/de/startseite/>

