



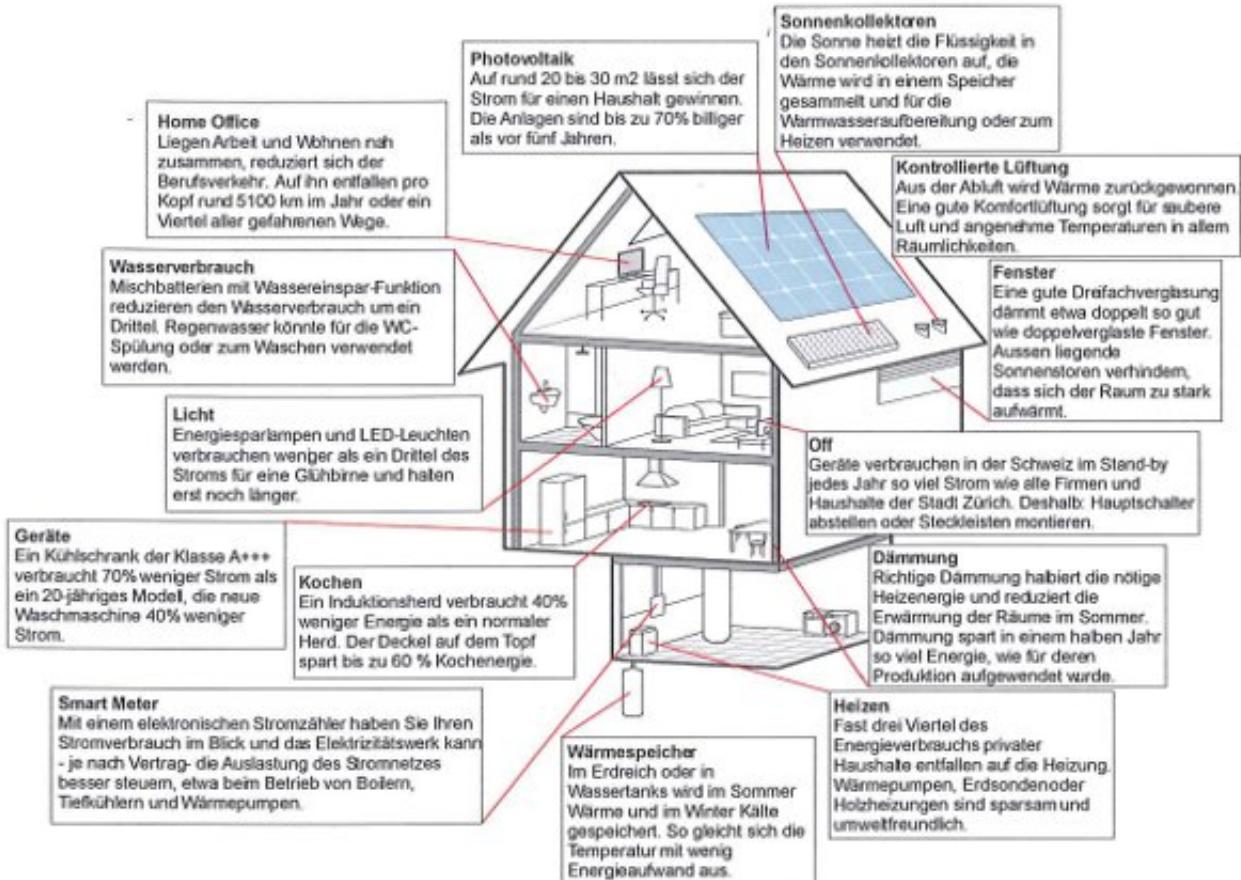
Wissen

Energiesparmöglichkeiten auf einen Blick

Mit den richtigen Bau- und Sanierungsmassnahmen oder mit kleinen, einfachen Verhaltensänderungen lässt sich viel Energie sparen.

Etwa die Hälfte des gesamten schweizerischen Energieverbrauchs und rund 40% der Schweizer CO2-Emissionen werden durch den Gebäudebestand verursacht. Viele ältere Gebäude sind erneuerungsbedürftig oder benötigen eine dringende energetische Sanierung.

Wo und wie man Energie sparen kann, verdeutlicht das folgende Schaubild:



Photovoltaik - Auf rund 20 - 30 m² lässt sich der Strom für einen Haushalt gewinnen. Die Anlagen sind bis zu 70% billiger als vor 5 Jahren.

Sonnenkollektoren - Die Sonne heizt die Flüssigkeit in den Sonnenkollektoren auf, die Wärme wird in einem Speicher gesammelt und für die Warmwasseraufbereitung oder zum Heizen verwendet.

Kontrollierte Lüftung - Aus der Abluft wird Wärme zurückgewonnen. Eine gute Komfortlüftung sorgt für saubere Luft und angenehme Temperaturen in allen Räumlichkeiten.

Fenster - Eine gute Dreifachverglasung dämmt etwa doppelt so gut wie doppeltverglaste Fenster. Außen liegende Sonnenstoren verhindern, dass sich der Raum zu stark aufwärmst.

Off - Geräte verbrauchen in der Schweiz im Stand-by jedes Jahr so viel Strom wie alle Firmen und Haushalte der Stadt Zürich. Deshalb Hauptschalter abstellen oder Steckleisten montieren.

Dämmung - Richtige Dämmung halbiert die nötige Heizenergie und reduziert die Erwärmung der Räume im Sommer. Dämmung spart in einem halben Jahr so viel Energie, wie für deren Produktion aufgewendet wird.

Heizen - Fast drei Viertel des Energieverbrauchs privater Haushalte entfallen auf die Heizung. Wärmepumpen, Erdsonden oder Holzheizungen sind sparsam und umweltfreundlich.

[Wärmespeicher](#) - Im Erdreich oder in Wassertanks wird im Sommer Wärme und im [Winter Kälte gespeichert](#). So gleicht sich die Temperatur mit wenig Energieaufwand aus.

[SmartMeter](#) - Mit einem elektronischen Stromzähler haben Sie Ihren Stromverbrauch im Blick und das Elektrizitätswerk kann - je nach Vertrag - die Auslastung des Stromnetzes besser steuern, etwa beim Betrieb von Boilern, Tiefkühlern und Wärmepumpen.

[Kochen](#) - Ein Induktionsherd verbraucht 40% weniger Energie als ein normaler Herd. Der Deckel auf dem Topf spart bis zu 60% Kochenergie.

[Geräte](#) - Ein Kühlschrank der Klasse A+++ verbraucht 70% weniger Strom als ein 20-jähriges Modell, die neue Waschmaschine 40% weniger Strom.

[Licht](#) - Energiesparlampen und LED-Leuchten verbrauchen weniger als ein Drittel des Stroms für eine Glühbirne und halten erst noch länger.

[Wasserverbrauch](#) - Mischbatterien mit Wassereinspar-Funktion reduzieren den Wasserverbrauch um ein Drittel. Regenwasser könnte für WC-Spülung oder zum Waschen verwendet werden.

[Home Office](#) - Liegen Arbeit und Wohnen nah zusammen, reduziert sich der Berufsverkehr. Auf ihn entfallen pro Kopf rund 5100 km im Jahr oder ein Viertel aller gefahrenen Wege.

Weiter zu

[Richtig Dämmen und Sanieren](#)

Der erste Beratungsschritt: [Energieberatung - Tipps](#)

Copyright © 2009 - 2026 www.gesundes-haus.ch – Stand: 14.02.2026

gibbeco Genossenschaft Information Baubiologie

Sponsoren/Partner:



