



Ratgeber

## Mobilität - Tipps

**Ökologische Verträglichkeit und CO<sub>2</sub>-Reduktion heisst nicht, total auf Mobilität zu verzichten. Mit der richtigen Wahl des Fortbewegungsmittels lassen sich diese Werte positiv beeinflussen.**



Mobilität ist in unserer Gesellschaft unverzichtbar. Wenn es schon das Auto sein muss, dann helfen folgende Tipps die Umwelt zu schonen und Treibstoffverbrauch sowie CO<sub>2</sub> Ausstoss zu verringern:

- **Reifendruck:** Den Luftdruck in den Reifen regelmässig kontrollieren. Zu wenig Luft erhöht den Treibstoffverbrauch.
- **Klimaanlage:** Der Betrieb der Klimaanlage oder Fahren mit offenen Fenstern beeinflusst den Verbrauch negativ.
- **Fahrweise:** Vorausschauendes Fahren senkt den Verbrauch, z.B. durch langsames Ausrollen statt vor einer roten Ampel oder einem von weitem erkennbaren Hindernis abrupt abzubremesen. Bei Bergabfahrten den Fuss vom Gaspedal nehmen oder bei längeren Rotphasen den Motor abstellen.

(Start-Stopp-Automatik)

- **Beschleunigung:** Frühzeitig Hochschalten. Bei Dieselmotoren schon ab 1500, bei Benzinmotoren bei etwa 2500 Umdrehungen pro Minute.
- **Ballast:** Unnötige Zuladung und Ballast im Kofferraum vermeiden. Fahrrad-, Dach- und Skiboxen bei Nichtgebrauch entfernen. Sie erhöhen den Windwiderstand und damit den Treibstoffverbrauch
- **Abblendlicht** am Tag erhöht die Sicherheit, aber auch den Verbrauch um bis zu 2 Prozent. Wenn möglich Tagfahrlichter nachrüsten.

### Weitere Tipps für eine umweltverträgliche Mobilität:

- Am gesündesten bewegt man sich bekanntlich zu Fuss oder mit dem Velo, was zugleich auch am ökologischsten ist. Schneller geht es mit einem [Elektrovelo](#). Der Energieaufwand und das Resultat stehen in einem guten Verhältnis. Die besten Elektrovelos findet man unter [www.topten.ch](http://www.topten.ch)
- Das Auto ist energetisch sehr ineffizient. Die Verbrennungsmotoren haben einen schlechten Wirkungsgrad. Hinzu kommt, dass oft für eine einzige Person eine ganze Tonne Auto bewegt wird. Gesamthaft fährt ein Auto mit einem Wirkungsgrad von unter 20%.
- Das sicherste und gleichzeitig ökologischste Verkehrsmittel für grosse Distanzen ist die Eisenbahn. Kombiniert mit Bus- oder Postautoangeboten kann fast jeder Ort der Schweiz erreicht werden.
- Erreicht der öffentliche Verkehr den gewünschten Ort nicht, so kann man auf vielen Bahnhöfen auf das preiswerte CarSharing-Angebot von Mobility [www.mobility.ch](http://www.mobility.ch) zurückgreifen. Dieses bietet an über 1200 Standorten in 450 Ortschaften mehr als 2350 Autos an. Die Reservation erfolgt bequem von zu Hause, via Telefon oder per Internet.
- Flugreisen sollten unbedingt vermieden werden. Die Umweltauswirkungen sind enorm und werden nicht von der Flugindustrie gedeckt, weil sie von der Mineralölsteuer befreit ist.
- Der CO<sub>2</sub>-Ausstoss von unvermeidbaren Flug- und Autokilometer kann bei myclimate ([www.myclimate.ch](http://www.myclimate.ch)) kompensiert werden.
- Weitere Infos finden Sie bei den [Verkehrs-Organisationen](#)

---

Copyright © 2009 - 2026 [www.gesundes-haus.ch](http://www.gesundes-haus.ch) – Stand: 14.02.2026

gibbeco Genossenschaft Information Baubiologie

### Sponsoren/Partner:

