



Ratgeber

Wassersparen leicht gemacht

In der ersten Folge unserer Klimaschutz-Serie gehen Bosco und Corinne auf klimafreundliche Shoppingtour und bringen Corinnes Dusche auf Vordermann. «Bosco packt aa» - Klimaschutz leichtgemacht. In Zusammenarbeit mit TELE TOP und myblueplanet.

[Wer Wasser spart](#), spart in der gleichen Zeit auch Energie und damit bares Geld.

Seit Ende der 70er Jahre ist der durchschnittliche Wasserverbrauch in der Schweiz trotz steigender Bevölkerungszahlen um 24% gesunken. Durchschnittlich fliessen heute laut dem Bundesamt für Umwelt (BAFU) aus den Wasserhähnen der Schweiz täglich 300 Liter Trinkwasser pro Person.

Doch nur ein Teil davon wird getrunken, es wird zum Kochen, Reinigen und Waschen und zur Bewässerung im Garten genutzt.

[Wassersparen](#) hat mehrere positive Einflüsse, man schont eine sehr wichtige Ressource und hat einen sehr positiven Einfluss auf die Energiekosten im Haushalt und schont auch die Umwelt. Denn der Transport, das Erhitzen und die Reinigung des Wassers benötigt viel Energie.

Wasserspar Tipps

Um mehr Wasser und somit auch Energie zu sparen, haben wir hier die besten Tipps zum Wassersparen im Haushalt zusammengetragen.

1. Duschen statt baden

Während eine volle Badewanne etwa 200 – 250 Liter Wasser fasst, verbraucht man beim Duschen etwa 15 Liter pro Minute und mit einer Sparbrause sogar nur ca. 6 Liter pro Minute. Wer die Duschzeit minimiert

und während dem Einseifen das Wasser abdreht, verbraucht also einen Bruchteil des Wassers, das für ein Vollbad nötig wäre.

2. Heisses Wasser sparsam nutzen

Den grössten Energiespareffekt erzielt man wenn man sparsam mit heissem Wasser umgeht. Laut dem Schweizerischen Verein des Gas- und Wasserfaches (SCGW), ist der Energieaufwand für Warmwasser 150 Mal grösser als für kaltes Wasser.

3. den Richtigen Aufsatz verwenden

Am einfachsten kann man Wasser sparen, indem man z.B. beim Rasieren, Zähneputzen und während dem Einseifen der Hände das Wasser abstellt. Mit einem wassersparenden Duschkopf, einem Durchflussbegrenzer oder einer Wassersparenden Armatur lässt sich zusätzlich Wasser sparen.

Ersetzt man den Siebeinsatz durch einen Strahlregler, welcher ca. 7 Franken kostet, spart man zusätzlich Wasser und in nur 3 Monaten ist die Investition für den Strahlregler bereits amortisiert. Beim Kauf sollte man immer auf die Effizienzklasse A achten, denn nur solche Armaturen und Einsätze sind wirklich gute Sanitärprodukte.

4. Spülstopp bei der Toilettenspülung

Viele WC-Spülungen haben einen eingebauten Spülstopp, wenn dieser nicht vorhanden ist kann man einen Wasserstopp auch in einen bestehenden Spülkasten einbauen. Mit dem Stopp kann man die Spülung nur so lange betätigen wie sie wirklich notwendig ist. Neue Toiletten und ihre Spülkästen sind so optimiert das sie neu nur noch 4.5 - 6 Liter für das «grosse Geschäft» und 3 - 4 Liter für das «kleine», im Vergleich zu alten Spülkästen mit einem Wasserverbrauch von 9 Litern pro Spülung.

5. Waschmaschine richtig füllen

Eine Waschmaschine benötigt immer gleich viel Wasser, egal ob sie voll oder halb leer ist. Deshalb ist es sinnvoll und effizient die Waschmaschine erst einzuschalten, wenn sie wirklich voll ist.

6. Sparprogramme wählen

Moderne Geräte wie Waschmaschinen oder Geschirrspülmaschinen haben ein Spar- oder Öko-Programm. Diese laufen meist länger, haben aber einen geringeren Wasserverbrauch. Insgesamt sind Waschergebnis sowie Energiebilanz dieser Programme deutlich besser als die von Kurzprogrammen.

7. Vorwaschen vermeiden

Wassersparender als Kleider mit hartnäckigen Flecken im Vorwaschprogramm zu waschen, ist die verschmutzte Kleidung von Hand mit Kernseife und etwas kaltem Wasser vorzubehandeln. Auch das Geschirr sollte nicht vorgespült werden, moderne Geschirrspülmaschinen sind mit Schmutzsensoren ausgestattet und reagieren selbst darauf wie stark das Geschirr verschmutzt ist. Klar sollte jedoch sein das die Speiseresten vor dem beladen der Maschine entfernt werden sollten.

8. Lebensmittel in einer Schüssel waschen

Früchte, Gemüse und Salate sollten vor dem Verzehr nicht unter laufendem Wasser, sondern in einer Schüssel gewaschen werden. Dabei spart man nicht nur Wasser, sondern man kann das Wasser wiederverwenden in dem man es z.B. zum giessen der Pflanzen verwendet.

9. Geschirrspülmaschine nutzen

Der niedrige Wasserverbrauch und die hohe Energieeffizienz machen heutige Geschirrspülmaschinen zu echten Energiesparern, es ist viel sparsamer das Geschirr in der Maschine zu waschen als von Hand. Wer keine Geschirrspülmaschine hat, sollte das Waschbecken füllen, anstelle unter laufendem Wasser abzuwaschen.

10. [Regenwasser nutzen](#)

Wer Regenwasser in einer Tonne sammelt, spart viel Wasser und beschert seinen Pflanzen erst noch eine Wohltat. Auch abgekühltes Kochwasser von Eiern, Kartoffeln und Gemüse eignet sich hervorragend zu Pflanzen giessen.

11. richtig giessen

Beim Bewässern im Garten lässt sich viel Wasser sparen, indem man das Wasser direkt im Wurzelbereich verteilt. Giessen Sie ihre Pflanzen gezielt, am besten abends oder am frühen Morgen, damit das Wasser nicht gleich wieder verdampft.

Copyright © 2009 - 2026 www.gesundes-haus.ch – Stand: 02.07.2026

gibbeco Genossenschaft Information Baubiologie

Sponsoren/Partner:

