

## Ein paar Tipps um Energie zu sparen

1. Schalten Sie alle nicht benötigten Elektrogeräte aus, nicht nur in den Standby Modus sondern trennen Sie das Gerät komplett vom Netz.
2. Lassen Sie Geräte wie Waschmaschine, Geschirrspüler oder Tumbler nur dann laufen, wenn nötig. Vermeiden Sie Waschgänge mit halbvollen Maschinen.
3. Anstatt die Wäsche im Tumbler oder mit einem Lufttrockner (Secomat) zu trocknen hängen Sie sie im Winter in der Wohnung auf. Dies spart Energie und verbessert das Raumklima da im Winter tendenziell die Luft in den Wohnräumen zu trocken ist.
4. Falls Ihre Wohnung über eine kontrollierte Wohnraumlüftung verfügt stellen Sie diese ab. Sie können stattdessen für den Luftaustausch querlüften. Aber aufgepasst, Dauerlüften ist im Winter unbedingt zu vermeiden. Lüften Sie stattdessen wenn möglich 3-5 mal am Tag die Wohnung während 5-10 Minuten komplett.
5. Schalten Sie Ihre Heizung etwas herunter und ziehen Sie einen Pullover an. Damit sehen Sie nicht nur schick aus, sondern Sie sparen richtig Energie. Das schont die Umwelt, hilft eine Energieknappheit abzufedern und entlastet zudem Ihr Portemonnaie. Jedes einzelne Grad Celsius spart 6 Prozent Heizenergie! Drehen Sie die Heizung in den Schlafräumen auf unter 20°C. Um warm zu kriegen kuscheln Sie, das hat auch noch schöne Nebeneffekte!
6. Verbrauchen Sie weniger Wasser. Damit Wasser aus Ihrem Wasserhahn läuft muss es zuerst irgendwo hinaufgepumpt werden, das braucht Energie. Waschen Sie sich trotzdem, dafür gibt es keine Alternative. Es hilft niemandem, wenn Sie miefend zur Arbeit gehen! Duschen Sie weniger lang. Sie werden trotzdem sauber, schrubben Sie einfach schneller. Und brauchen Sie nicht so viel Duschgel - ehrlich. Das Zeug bleibt nur an den Abflussleitungen hängen und belastet die Kläranlage. Und womit läuft die Kläranlage - genau!
7. Lesen Sie ein Buch statt in die Glotze zu schauen. Das ist zwar anstrengender, braucht aber deutlich weniger Strom, wenn es ein geliehenes Buch ist. Und egal was für ein Schrott Sie lesen es ist bestimmt besser fürs Gehirn als das was teilweise im TV gezeigt wird.
8. Tun Sie etwas für Ihre Gesundheit. Gehen Sie nach draussen, spazieren Sie, laufen Sie, rennen Sie. Das kostet nix. Nur etwas Überwindung. Das spart jetzt zwar nicht direkt Energie, tut aber gut. Und hat uns das nicht schon früher unsere Mutter immer gesagt?

Dankeschön!