

# Was sind sinnvolle Massnahmen gegen den Klimawandel als Privatperson?

Jeder und jede kann zum Klimaschutz beitragen! Zu den wichtigsten alltäglichen Ursachen schädlicher Emissionen gehören Reisen mit dem Auto oder Flugzeug, aber auch Heizung und Strombedarf sowie das eigene Konsumverhalten.

Im Folgenden finden Sie einige Tipps, wie Sie mit einfachen Massnahmen Ihren eigenen ökologischen Fussabdruck und Ihre CO<sub>2</sub>-Emissionen reduzieren und so zum Klimaschutz beitragen:

## Umweltfreundlicher reisen

- Nutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel wie die Bahn oder den Bus. Beispielsweise ist es in der Schweiz 25-mal besser, mit dem Zug zu fahren, als mit dem Auto. In Frankreich ist es 12,4-mal besser, in Deutschland ist es 3-mal besser, in Belgien 5,2-mal besser. Die Unterschiede sind auf die ursprüngliche Energiegewinnung zurückzuführen, die in diesen Ländern verwendet wird. Je nach dem resultierenden Strommix erzeugen Bahnfahrten mehr oder weniger klimaschädliche Emissionen.
- Verzichten Sie, wann immer möglich, aufs Fliegen. Die Treibhausgasbilanz von Flugreisen weist im Vergleich zu anderen Transportmitteln die mit Abstand höchsten Emissionen auf.
- Voll besetzte Autos haben pro Person einen kleineren Energieverbrauch und verursachen deshalb weniger CO<sub>2</sub>-Emissionen, als ein Auto mit nur einem Insassen.
- Kompensieren Sie das ausgestossene Kohlendioxid von nicht verhinderbaren Flugreisen und Autofahrten in einem hochwertigen Klimaschutzprojekt.

## Energiespartipps für den Haushalt

- Kühlschränke und andere Geräte der Kategorie A+ oder A++ sind wesentlich effizienter als Geräte ohne Energieeffizienzzeichen.
- Nicht jedes elektronische Gerät, das sich im Fachmarkt finden lässt, ist wirklich notwendig. Elektronische Luftbefeuchter lassen sich beispielsweise ohne grossen Aufwand durch ein feuchtes Tuch über dem Heizkörper ersetzen.
- Ständig geöffnete Fenster bedeuten beim Heizen einen hohen Energieverbrauch. Durch Stosslüften über 5 bis 10 Minuten kommt frische Luft in den Raum, doch die Wände kühlen nicht aus, sodass der Energiebedarf nach dem Lüften minimal bleibt.
- Senkt man die Raumtemperatur um 1 °C, kann man dadurch mindestens 4 Prozent Energie sparen. Und Ihre Heizkosten sinken ebenfalls.
- Geringere Waschttemperaturen reduzieren den Energieverbrauch. Mit modernen Waschmitteln werden Ihre Kleider auch bei tiefer Wassertemperatur sauber.
- Trocknen sie Ihre Wäsche an der Sonne, eine kostenlose und emissionsfreie Alternative.
- Kochen Sie mit aufgelegtem Topfdeckel und sparen Sie dadurch Energie.

- Überprüfen Sie regelmässig den Energieverbrauch Ihrer Elektrogeräte um frühzeitig versteckte Schwachstellen zu finden. Ältere, in ihrer Funktion beeinträchtigte Dichtungsringe an Kühlschränken können beispielsweise einen stark erhöhten Energieverbrauch bewirken.
- Berechnen und kompensieren Sie die CO<sub>2</sub>-Emissionen, die Sie mit Ihrem Haushalt trotz Sparmassnahmen durch Stromverbrauch und Heizung verursachen.  
Verwenden Sie Energiesparlampen und LEDs. Aufgrund deutlich besserer Energieeffizienz sowie längerer Lebensdauer werden finanzielle Einsparungen von circa 135 € und CO<sub>2</sub>-Einsparungen von 250 kg pro Jahr und Lampe erzielt.
- Schalten Sie das Licht aus, wenn Sie einen Raum verlassen. So sparen sie Strom, Geld und schützen das Klima.
- Die Vorbereitung und Erwärmung von Wasser ist energieaufwendig. Daher ist eine kurze Dusche klimafreundlicher als ein Vollbad. Die Einstellung des Warmwasserbereiters auf 60°C reduziert Ihren Energieverbrauch zusätzlich.
- Schalten Sie Geräte im Standby-Betrieb komplett aus.

## **Konsumverhalten überdenken**

- Machen Sie sich Ihr eigenes Konsumverhalten bewusst und entscheiden Sie aktiv, was Sie wirklich brauchen. Moderne Marketingstrategien verleiten schnell zu unüberlegten Kaufentscheidungen.
- Nutzen Sie Verleihdienste, speziell für selten benötigte Produkte, oder gemeinschaftliche Nutzungssysteme wie Carsharing.
- Bedenken Sie, dass jedes Produkt, nicht nur elektronische Geräte, in der Herstellung und Produktion bis hin zum Verkauf Treibhausgasemissionen verursachen. Der Durchschnittsdeutsche kauft im Jahr etwa 60 neue Kleidungsstücke, ein einfaches weisses T-Shirt aus Baumwolle (220 g) mit einer Lebenszeit von etwa 55 Waschgängen verursacht etwa 11 kg CO<sub>2</sub>-Emissionen, d.h. rund das 50fache seines Eigengewichts.
- Hinterfragen Sie Ihre Ernährung und das dahinterstehende System. Die grosse Auswahl an verschiedenen Obst- und Gemüsesorten im Winter zeigt die Importflüsse von exotischen Lebensmitteln. Nicht nur die Produktion ist für deren Treibhausgasbilanz verantwortlich, sondern auch die weiten Transportstrecken. Kaufen Sie deshalb, soweit dies möglich ist, saisonal, biologisch und regional ein. Dies birgt in der Regel nicht nur ökologische Vorteile, sondern meist auch qualitative Verbesserungen der Produkte. Die CO<sub>2</sub>e-Emissionen von tierischen Produkten übersteigen die Emissionen pflanzlicher Produkte zudem enorm. Ein Kilogramm Obst oder Gemüse verursachen Emissionen in der Höhe von 1 kg CO<sub>2</sub>e, die Treibhausgasbilanz von Rindfleisch liegt dagegen bei knapp 20 kg CO<sub>2</sub>e pro Kilogramm. Schweinefleisch mit etwa 8 kg und Geflügel mit 4,2 kg CO<sub>2</sub>e sind deutlich klimafreundlicher, überschreiten die Emissionen pflanzlicher Produkte dennoch. Durch Reduktion tierischer Produkte in Ihrer Ernährungsweise können Sie eine Menge Geld sparen und für qualitativ hochwertigere tierische Produkte verwenden, wodurch Sie nicht nur einen grossen Beitrag zum Klimaschutz leisten, sondern auch nachhaltig orientierte Firmen unterstützen.

Es gibt vielfältige Lösungen, die eigenen Treibhausgasemissionen zu vermindern und damit etwas gegen die Erderwärmung zu unternehmen. Achten Sie bewusst auf Ihren Lebensstil und versuchen Sie, Ihren Ressourcenverbrauch und Einfluss auf die Umwelt und das Klima zu vermindern.

Weitere spannende Informationen rund um den Klimawandel und Klimaschutz in der Schweiz finden Sie im Klimabooklet.