

38. Kaufen Sie regionale Produkte und vermeiden Sie dadurch umweltbelastende Transporte.



39. Kaufen Sie biologische Lebensmittel und reduzieren Sie dadurch den Einsatz von Schädlingsbekämpfungsmitteln, Kunstdünger und Herbiziden.

40. Nutzen Sie regionale Märkte und unterstützen Sie damit die lokalen Produzentinnen und Produzenten.



41. Haben Sie stets eine faltbare Einkaufstasche aus Stoff oder Plastik in der Handtasche dabei, so sparen Sie unnötiges Verpackungsmaterial bei einem spontanen Einkauf.

42. Entscheiden Sie sich für Produkte mit möglichst wenig Verpackungsmaterial und schonen Sie damit Ihr Portemonnaie und die Umwelt.

43. Achten Sie beim Kauf von Holz und Möbeln auf das FSC-Zertifikat. Es garantiert eine nachhaltige Forstwirtschaft und Sie schützen damit die Urwälder unserer Erde.

44. Kaufen Sie biologisch abbaubare Reinigungsmittel.

45. Fragen Sie in der Apotheke Heumoos nach wiederauffüllbaren Reinigungsmitteln.

46. Reduzieren Sie Ihren Fleischkonsum. 325.000 km<sup>2</sup> Regenwald werden jedes Jahr vernichtet, um auf diesem Boden Tiere für den Verzehr zu züchten und Soja für Schlachttiere anzubauen. Die Produktion eines einzigen Hamburgers benötigt die gleiche Menge fossiler Brennstoffe wie ein Kleinwagen für eine Fahrt von 32 km. Der Wasserbedarf pro Hamburger würde ausreichen, um 17 mal zu duschen.

47. Lassen Sie defekte Sachen reparieren statt sie einfach wegzuworfen.



48. Kaufen Sie Kleider aus umweltgerechtem Anbau. Die Produktion von einem kg Biobaumwolle benötigt im Durchschnitt 5.000 Liter Wasser. Konventionelle Baumwolle benötigt hingegen je nach Anbaumethode zwischen 7.000 bis 29.000 Liter Wasser pro kg.

49. Kaufen Sie Artikel aus Recyclingpapier (WC-Papier, Papiertaschentücher, Schreibblöcke, Haushaltspapier).

#### Mobilität:

50. Gehen Sie zu Fuss oder benutzen Sie vermehrt Velo oder ÖV statt dem Auto. Ein Drittel aller zurückgelegten Autofahrten sind kürzer als 3 km, die Hälfte aller Fahrten sind kürzer als 5 km.



51. Teilen Sie sich ein Auto mit einer anderen Person oder werden Sie Mitglied bei Mobility.

52. Erkundigen Sie sich beim Kauf eines neuen Autos nach umweltschonenden Fahrzeugen mit tiefem Verbrauch oder alternativen Antrieben. Sie finden eine Liste mit umweltfreundlichen Fahrzeugen unter

[www.vcs.ch](http://www.vcs.ch)

53. Benutzen Sie für Strecken bis 1'000 km die Bahn statt das Flugzeug.

54. Kompensieren Sie Flüge grundsätzlich mit einer CO<sup>2</sup>-Kompensation bei myclimate. Geht ganz einfach online unter: [www.myclimate.ch](http://www.myclimate.ch)

55. Versuchen Sie, die Distanz zwischen Wohn- und Arbeitsort möglichst klein zu halten – spart nebst Energie auch viel Zeit. Manchmal gibt es auch bei uns in der Region interessante Stellen.



Weitere Informationen:

[www.bonstetten.ch](http://www.bonstetten.ch)

[www.EnergieRegion-KnonauerAmt.ch](http://www.EnergieRegion-KnonauerAmt.ch)



Bonstetten

aktuell

## 55 praktische Tipps für umweltfreundliches Verhalten

### Energie:

1. Heizen Sie nicht auf maximal mögliche Temperatur, ziehen Sie lieber der Jahreszeit entsprechende Kleidung an. Mit der Absenkung der Raumtemperatur um 1°C sparen Sie 6% Heizkosten.



2. Heizen Sie selten benutzte Räume weniger stark als diejenigen, in denen Sie sich lange aufhalten.

3. In kalten Jahreszeiten darauf achten, dass sich die Heizungsluft über den Heizkörpern frei ausbreiten kann. Hindernisse wie Betten, Regale oder Vorhänge „schlucken“ zu viel Wärme!

4. Bei starker Kälte abends die Rollläden schliessen. Das Luftpolster zwischen Jalousie und Fenster sorgt für eine zusätzliche Wärmedämmung und Energieeinsparung.

5. Lüften Sie kurz, aber gründlich. Permanent gekippte Fenster sind reine Energieverschwendung! Deshalb im Winter: Heizung abschalten, zehn Minuten richtig durchlüften, anschliessend Fenster wieder schliessen und Heizung andrehen.

6. Verwenden Sie Energiesparlampen statt Glühbirnen. Energiesparlampen verbrauchen bis zu 80% weniger Strom als herkömmliche Glühbirnen und haben eine viel längere Lebensdauer.



7. Löschen Sie das Licht in Räumen, in denen sich niemand aufhält.

8. Legen Sie schwächer werdende Batterien für 3-4 Std. auf die Heizung, dann sind sie länger benutzbar .

9. Schalten Sie nicht benötigte Geräte immer aus. Am einfachsten geht das mit einer Steckerleiste, mit der Sie per Knopfdruck alle Geräte abschalten können. Der Energieverbrauch von Geräten, die im Standby-Modus laufen, ist gleich hoch wie der Stromverbrauch der Stadt Zug während einem Jahr!



10. Dusche statt Wanne! So sparen Sie jedes Mal rund 80 l Wasser und viel Energie für die Aufbereitung von heissem Wasser.

11. Bei Neukauf von Geräten immer auf Energieetikette achten. Nur Geräte mit A+ oder A Kleber kaufen. Liste von energiesparsamen Geräten ist zu finden unter [www.topten.ch](http://www.topten.ch)

12. Spül- und Waschmaschinen erst laufen lassen, wenn sie komplett gefüllt sind.

13. Möglichst mit niedriger Temperatur waschen (40° genügt in der Regel).

14. Verzichten Sie auf Vorwaschen – das ist bei normal verschmutzter Wäsche nicht nötig.

15. Wäsche nach Möglichkeit im Freien trocknen statt im Tumbler. Schont Wäsche und Portemonnaie und die Wäsche riecht erst noch wunderbar frisch.



16. Der Abwasch unter fliessendem Wasser verbraucht bis zu 170 Liter. Eine Geschirrwäsche im Becken nur ca. 35 Liter, gute Geschirrspülmaschinen benötigen ca. 15 Liter.

17. Lassen Sie den Kühlschrank nicht unnötig offen. Erst nachdenken, dann Tür aufmachen – immer wenn der Kühlschrank oder das Eisfach geöffnet wird, geht in den Geräten Kälte verloren. Die richtige Kühltemperatur wieder herzustellen, kostet Strom – und damit Geld.



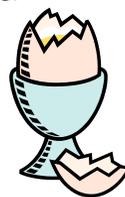
18. Erhitzte Lebensmittel vor dem Einfrieren richtig abkühlen lassen. So sparen Sie Energie.

19. Stellen Sie Kühlgeräte richtig ein. Die optimale Temperaturen sind 5-7 Grad im Kühlschrank und minus 18 Grad im Gefrierfach.

20. Verschiessen Sie beim Kochen die Töpfe und Pfannen mit Deckeln. Ohne Deckel entweichen Wärme und Wasser, der Vorgang dauert länger und Sie verbrauchen mehr Energie.

21. Dampfkochtöpfe sparen beim Kochen bis zu 50 Prozent Energie.

22. Nutzen Sie die Restwärme von Herdplatten aus. Kochen Sie Eier nach der Methode von Alt Bundesrat Adolf Ogi: Eier ins kochende Wasser legen, Deckel auf Pfanne und Herdplatte abstellen. Nach 3, 4 oder 10 Min. herausnehmen, je nachdem wie hart man sein Ei möchte.



23. Erhitzen Sie nicht mehr Wasser als nötig. Zum Garen genügen bereits wenige Zentimeter Wasser.

#### Wasser:

24. Sammeln Sie Regenwasser in Regentonnen anstatt kostbares Trinkwasser für die Bewässerung des Rasens oder Gartens zu verwenden.

25. Lassen Sie rinnende Spülkästen reparieren. Ein defekter Spülkasten verbraucht täglich bis zu 500 Liter Wasser.

26. Tauschen Sie alte Toilettenspülkästen gegen moderne aus, die mit einer Spartaste ausgerüstet sind. Sollte Ihnen das nicht möglich sein, legen Sie einen Backstein in den Spülkasten. So lassen sich bis zu 5.000 Liter Wasser pro Jahr einsparen.

27. Lassen Sie tropfende Wasserhähne reparieren. In einem Jahr summieren sich die Tropfen eines defekten Hahnes zu einer Menge von 5.000 Litern Wasser.



28. Montieren Sie wassersparende Perlatoren für Duschköpfe und Wasserhähne. Diese mischen dem Wasser mehr Luft bei – davon merkt man nichts, der Wasserverbrauch wird jedoch deutlich gesenkt.

29. Lassen Sie nie einen Wasserhahn ungenutzt laufen. Ob beim Rasieren, Zähne putzen, Haare schamponieren oder beim Einseifen unter der Dusche: Drehen Sie den Hahn ab!

#### Recycling:

30. Nutzen Sie den ÖKOBUS und führen Sie wiederverwertbare Stoffe (Karton, Papier, Glas, Metall, Kork, Styropor) dem Recycling zu.

31. Bringen Sie Altöl in die Sammelstelle beim Feuerwehrgebäude.

32. Bringen Sie nicht mehr gebrauchte Kleider in die Kleidersammlung oder den nächsten Caritasladen.

33. Entsorgen Sie defekte, nicht reparierbare Elektrogeräte im Fachhandel.

34. Retournieren Sie leere Tonerpatronen im Fachhandel und kaufen Sie recycelte Patronen anstelle von teuren Originalpatronen.

35. Nutzen Sie die beiden Hol-und-Bring Tage im Frühling und Herbst und bringen Sie noch funktionstüchtige saubere Gegenstände in die Gemeindescheune Bonstetten.

36. Kompostieren Sie organische Abfälle. Nutzen Sie dazu entweder die Grüngutabfuhr oder kompostieren Sie selbst im Garten oder auf dem Balkon. Kurse unter: [www.bioterra.ch](http://www.bioterra.ch)

#### Einkaufen:

37. Kaufen Sie saisonale Produkte, die ohne energieintensive geheizte Treibhäuser wachsen durften. Eine Saisontabelle finden Sie unter [www.natuerlich-ab-hof.ch](http://www.natuerlich-ab-hof.ch)

