

# Do it yourself!

Autor(en): **Krucker, Daniel / Papazoglou, Liza**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Wohnen**

Band (Jahr): **96 (2021)**

Heft [1]: **Wohnen und Umwelt**

PDF erstellt am: **27.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-977390>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## NACHHALTIG LEBEN

**Do it yourself!**

VON: DANIEL KRUCKER  
UND LIZA PAPAZOGLU

Wir alle leben auf zu grossem Fuss. Schon mit einfachen Massnahmen können Sie aber Ihren Wohnalltag ohne Komforteinbussen viel nachhaltiger gestalten.



Foto: iStock.com / Chinmapong

**Wir haben es gemeinsam in der Hand, unsere Umwelt zu schützen.**

**Wasser**

Mehr als die Hälfte des Wasserverbrauchs fällt im Haushalt an – um die 160 Liter pro Tag und Person. Die Wasseraufbereitung benötigt viel Energie, Abwässer belasten die Umwelt. Wenn Sie zwei Minuten Zähne putzen und den Hahn nicht zudrehen, fließen gut und gerne 16 Liter Trinkwasser ungenutzt in den Abfluss. Und mit der Energie, die es für ein einziges warmes Vollbad braucht, fährt ein Elektrovelo von Basel nach Paris. Drum: Duschen statt baden, konsequent Hähne zudrehen und wassersparende Strahlregler sowie Duschköpfe verwenden – ihr Einsatz allein reduziert den Verbrauch um die Hälfte.

**Heizen und Kühlen**

Ein Grad weniger warm heizen – sechs Prozent Energie einsparen! Der Komfort wird dadurch kaum geringer, und sonst helfen ein Pulli und Wollsocken. Richtige Klimakiller sind dauergeöffnete Kippfenster. Wie man im Winter richtig lüftet, im Sommer am besten kühlt und überhaupt effizient für ein gutes Wohnklima sorgt, erfahren Sie in den Broschüren «Besser wohnen» und «Energie sparen im Alltag» von [www.energieschweiz.ch](http://www.energieschweiz.ch).

**Strom**

Über dreissig Prozent des gesamten Stroms wird im Haushalt verbraucht. Dabei geht im Standby-Modus viel Energie verloren – etwa zehn Prozent verpuffen so unnötig. Schalten Sie also Computer, Kaffeemaschine, TV und Co. immer ganz aus, wenn sie nicht in Gebrauch sind. Und auf versteckte Stromfresser wie Heizlüfter und Luftbefeuchter verzichten Sie am besten ganz. Viel Strom sparen Sie auch,

wenn Sie tiefe Waschttemperaturen wählen oder den Backofen nicht vorheizen. LED-Leuchten und Haushaltgeräte der besten Energieklasse sollten sowieso selbstverständlich sein – über die Spitzenreiter diverser Kategorien informiert [www.topten.ch](http://www.topten.ch), nützlich sind auch die Informationen unter [www.energieschweiz.ch/energieetikette](http://www.energieschweiz.ch/energieetikette).

**Wiederverwenden und teilen**

Kreisläufe sind das Gebot der Stunde. Nicht jeder Staubsauger oder Fernseher, der nicht mehr läuft, muss gleich entsorgt werden. Mittlerweile kann in über 160 Repair-Cafés in der ganzen Schweiz fast jeder Haushaltsgegenstand wieder flottgemacht werden (Standorte und Informationen: [www.repair-cafe.ch](http://www.repair-cafe.ch)). Und sollten Sie etwas nicht mehr wollen, nur einmal brauchen oder ersetzen müssen: Tauschen, verschenken, leihen oder teilen Sie, was das Zeug hält! Falls es in Ihrer Genossenschaft noch keine entsprechenden Plattformen gibt, regen Sie diese an oder bilden Sie gleich selber die erste digitale Nachbarschaftsgruppe. Seit kurzem bietet übrigens [www.sharedmobility.ch](http://www.sharedmobility.ch) eine Übersicht über die in vielen Städten ausleihbaren Velos und Scooter verschiedener Anbieter.

**Plastik**

War Plastik vor wenigen Jahren fast unausweichlich, gibt es heute überall Alternativen. Ein guter Ersatz für Frischhaltefolien sind Bienenwachspapiere und -tücher (etwa von [www.ocean-care.ch](http://www.ocean-care.ch) – mit dem Kauf unterstützen Sie gleich auch Meeresschutzprojekte). Wer wiederverwendbare Beutel bei sich trägt, kann

auch bei spontanen Einkäufen Früchte und Gemüse selber abpacken. Bei Kaffeefans gehört zudem ein Mehrwegbecher in die Tasche – ein Styroporbecher braucht fünfzig Jahre, bis er zerfallen ist. Und auch beim Take-away tut sich was: In vielen Läden und 1400 Restaurants ist reCircle-Mehrweggeschirr im Einsatz. Dieses kann an allen Verkaufspunkten zurückgegeben werden, egal, wo man seine Verpflegung bezogen hat. Die teilnehmenden Betriebe finden Sie unter [www.recircle.ch](http://www.recircle.ch).

**Pflanzen**

Auf Ihrem Sitzplatz oder Balkon können Sie schon auf kleinstem Raum etwas für die Biodiversität tun. Wenn Sie einheimische Wildpflanzen wählen, locken Sie damit Wildbienen, Schmetterlinge und Insekten an. Vögel und viele Insekten schätzen es übrigens, wenn Sie verblühte Samenstände und Pflanzenstängel stehen lassen, denn sie bieten Futterquellen und Winterquartiere.

**Weitere nützliche Links**

[www.wwf.ch/de/nachhaltig-leben/footprintrechner](http://www.wwf.ch/de/nachhaltig-leben/footprintrechner): eigenen ökologischen Fussabdruck bestimmen  
[www.zerowasteswitzerland.ch](http://www.zerowasteswitzerland.ch): alles rund ums Abfallvermeiden  
[www.transition-zuerich.ch](http://www.transition-zuerich.ch): Karte, Anlässe und Informationen für verantwortungsvolle Konsumentenscheide  
[www.energybox.ch](http://www.energybox.ch): Sparpotenziale Stromverbrauch  
[www.one-planet-lab.ch](http://www.one-planet-lab.ch): Vernetzungsplattform für nachhaltige Projekte  
[www.sauberkasten.com](http://www.sauberkasten.com): Wasch- und Putzmittel selber herstellen  
[www.un.org/actnow](http://www.un.org/actnow): Nachhaltigkeits-App der Uno mit Alltagstipps, Infos und Chats (englisch)