



Der 16. Dialogue-Abend fand am 24. April statt, lesen Sie hier unsere kurze Zusammenfassung

Dialogue-Abend vom 24. April «Energiesparen im Alltag – Was kann ich für die Umwelt und das Portemonnaie tun?» mit Florian Hitz.

Florian Hitz arbeitet seit 20 Jahren mit Menschen mit Migrationserfahrung und ist ein Natur- und Umweltschützer.

An diesem Abend ermutigte unser Gast die Teilnehmenden zunächst, über das Thema Energie nachzudenken, und gab dann einige Anregungen dazu, wie man Energie, aber auch Geld sparen kann.

An diesem Abend ging es vor allem um zwei grosse Fragen:

Wie kann ich Strom sparen?

Jedes Haushaltsgerät hat ein Etikett, das von A bis G reicht: Es ist besser, die Geräte mit dem Etikett A+ zu kaufen, da sie weniger Strom verbrauchen. Die Website «[Energie-Umwelt](#)» zeigt im Überblick, was wie viel Strom verbraucht: Internet, Fernsehen, Telefon, Videospiele und Musik verbrauchen zum Beispiel 23 % des Stroms im Haushalt.

Nachfolgend finden Sie einige Tipps, um Strom und Geld zu sparen:

- *Geschirrspüler und Waschmaschine:* Es ist wichtig, die Maschine immer vollständig zu füllen und das Öko-Programm (falls verfügbar) zu wählen oder bei niedrigen Temperaturen wie 30°C zu waschen. Wenn Sie die Möglichkeit haben, sollten Sie die Maschine nachts statt tagsüber laufen lassen, da Sie so Stromkosten sparen können.
- *Kühlschrank und Gefrierschrank:* Die richtige Temperatur für den Kühlschrank ist 5°C und für den Gefrierschrank -18°C.
- *Wäschetrockner:* Sie sollten ihn so wenig wie möglich benutzen. Er verbraucht viel Energie: 13 % des Stroms im Haushalt.
- *Lampe:* LED-Lampen anstelle von alten Glühbirnen bevorzugen.
- *Steckdose:* Auch wenn das Gerät im Stand-by-Modus ist, verbraucht es Strom. Deshalb ist es vorteilhaft, Mehrfachstecker zu verwenden, da Sie diese ausschalten können.
- *Boiler:* Wenn Sie die Möglichkeit haben, sollten Sie elektrische Boiler vermeiden und stattdessen Solarzellen verwenden.

Hier gibt es weitere Tipps zu den verschiedenen Haushaltsgeräten.

Wie kann ich Energie sparen?

Durch die *Heizung:* Die Temperatur in jedem Zimmer sollte nicht zu hoch sein. Im Schlafzimmer sollte die Temperatur nicht höher als 17°C und im Wohnzimmer nicht höher als 20°C sein. Ausserdem sollte im Winter zweimal fünf Minuten lang gelüftet werden, anstatt die Fenster den ganzen Tag über gekippt zu lassen.

Durch *Mobilität:* Zu Fuss, mit dem Velo, Bus, Zug und Auto mit umweltfreundlicher Fahrweise und/oder Fahrgemeinschaften reisen.

Durch die *Reparatur* von kaputten Gegenständen, wo immer dies möglich ist. Alles, was wir produzieren, benötigt Energie. Durch die Reparatur eines Gegenstandes können wir also Energie einsparen. Das [Repair Café](#), in dem Sie Ihre kaputten Gegenstände reparieren können, gibt es an 194 Orten in der Schweiz. Der nächste Termin in Biel ist am 17. September von 10 bis 16 Uhr in der Kontrollstrasse 22.

Heute scheint es wichtiger denn je, sich diese beiden grossen Fragen (*Wie kann ich Strom sparen? und Wie kann ich Energie sparen?*) zu stellen, für die Umwelt, die Gesundheit, das Portemonnaie, die Kinder und gegen den Klimawandel.

Und Sie? Was tun Sie für die Umwelt? Wählen Sie einen der gegebenen Tipps aus und setzen Sie ihn um. Dies ist ein erster Schritt zu einer grossen Veränderung.