Energieeffizienz im Haushalt

Sparen Sie mit wenig Aufwand viel Energie.

energieschweiz.ch

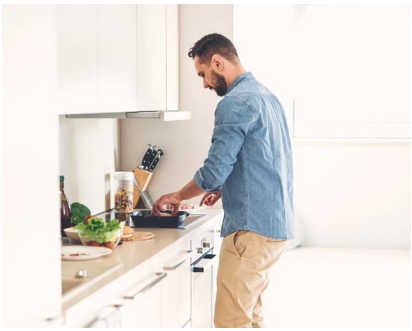
energieschweiz

Energieeffizienz von Neukauf bis Recycling

Wie kann ich Energie sparen im Haushalt? Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, die Sie auf den nächsten paar Seiten nachlesen können: Wir zeigen Ihnen, woran Sie ein effizientes Gerät im Laden erkennen, wie Sie Ihre Geräte noch effizienter nutzen und sie nachhaltig reparieren oder entsorgen können.

Energieeffiziente Geräte kaufen
Beim Kauf eines Haushaltgeräts sollten Sie darauf achten, wie effizient es ist. Schliesslich hat die Energieeffizienz grossen Einfluss darauf, was das Gerät Sie auf lange Sicht kostet.

Dabei ist die Energieetikette sehr nützlich, denn sie ermöglicht es Ihnen, die Energieeffizienz unterschiedlicher Geräte miteinander zu vergleichen. Diese Broschüre gibt Ihnen einen Überblick, was die einzelnen Symbole auf der Etikette bedeuten, wie sich die neue Etikette gegenüber der bisherigen unterscheidet und welche Etikette für welches Gerät gilt.



Energieeffizient haushalten
Schnell den Kühlschrank offenlassen, während man einen Schuss Milch in den Kaffee gibt. Oder nur mit halbvoller Wäschetrommel waschen, da man das Lieblingskleidungsstück gleich wieder anziehen möchte. Wir alle kennen solche Situationen, die unnötig Energie verbrauchen. Dabei kann gerade im Haushalt viel Energie und Geld gespart werden. Wie das geht, erfahren Sie in den Tipps zu den einzelnen Geräten.

Nachhaltigkeit durch Reparatur und Recycling
Auch die Lebensdauer und die Weiterverwertung von Haushaltsgeräten haben Einfluss auf deren Energieeffizienz. In dieser Broschüre erfahren Sie, welche Möglichkeiten Sie für Reparatur und Recycling haben.

ⓘ Weitere Tipps erhalten

In dieser Broschüre steht neben den meisten Artikeln ein QR-Code. Scannen Sie ihn mit Ihrer Smartphone-Kamera und erhalten Sie viele weitere themenspezifische Informationen und Tipps zum Einkauf, zur Nutzung, zum Reparieren und Recyceln Ihrer Haushaltsgeräte.

Suchen Sie Rat zu einem anderen Thema rund um Energie?
Wir haben für alle Bereiche die passende Publikation.

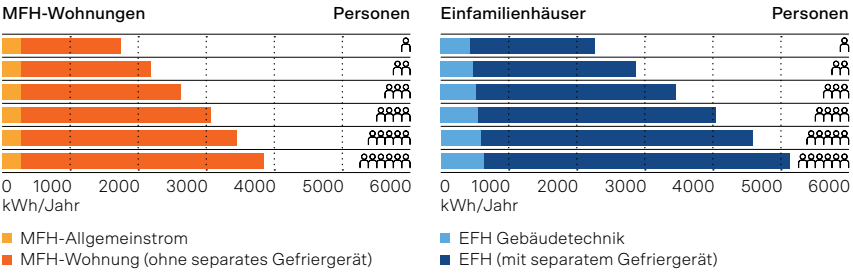
Wieviel Strom verbrauchen Sie?

Ein typischer Schweizer Zwei-Personen-Haushalt verbraucht jährlich rund 2190 kWh Strom. Wie sieht es mit Ihrem Stromkonsum aus? Machen Sie hier den Vergleich.

Ist ein typischer Haushalt der Durchschnitt?
Warum wir von einem typischen und nicht durchschnittlichen Haushalt sprechen, hat einen einfachen Grund: Haushalte mit Elektroheizung oder elektrischer Wassererwärmung verbrauchen viel mehr Energie und heben den durchschnittlichen Stromverbrauch um fast das Doppelte an. Ein typischer Haushalt ist jedoch mit keinem der obengenannten Systeme ausgestattet. Darum werden sie in der Berechnung ebenso wenig berücksichtigt wie Aquarien, Wasserbetten oder Luftentfeuchter.

Vergleichen Sie Ihren Stromverbrauch mit dem eines typischen Haushalts
Vergleichen Sie Ihren jährlichen Stromverbrauch nach Wohnsituation und der Anzahl im Haushalt lebenden Personen mit dem eines typischen Haushalts. Beachten Sie, dass bei Mehrfamilienhaus-Wohnungen die Kosten des Allgemeinstroms nicht in der individuellen Jahresrechnung, sondern in den Nebenkosten aufgeführt sind.

Typischer Haushalt-Stromverbrauch



Detaillierte Informationen
finden Sie im Faktenblatt Haushalt

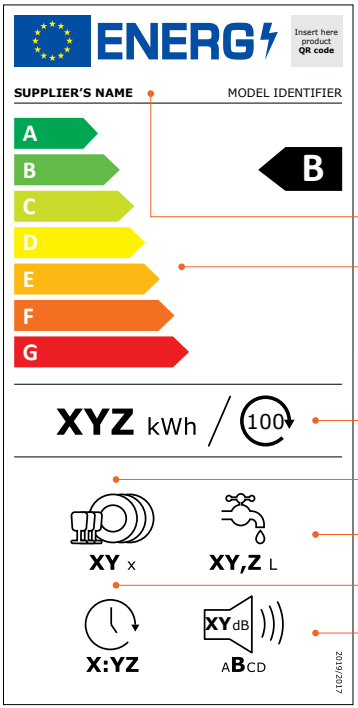
Beachten Sie die Energieetikette

Die Energieetikette liefert Ihnen Infos zum elektrischen Energieverbrauch und – je nach Produkt – zum Lärmpegel, zur Waschwirkung oder zum Wasserverbrauch auf einen Blick. Beim Kauf vergleichen Sie dadurch Geräte innerhalb einer Produktegruppe schnell und einfach.

Die neue Energieetikette ist da

Seit dem 1. März 2021 wird in der Schweiz die Energieetikette schrittweise den EU-Richtlinien angepasst. Hier sehen Sie die neue Energieetikette.

Neue Etikette



QR-Code: Link zur Modell-Information in der europäischen Produktdatenbank für die Energieverbrauchskennzeichnung (EPREL-Datenbank), Angabe in der Schweiz freiwillig

Modellname des Gerätes

Energieeffizienzklasse des Gerätes

Name oder Marke des Herstellers

Skala der Energieeffizienzklassen von A bis G

Energieverbrauch des eco-Programms in kWh pro 100 Betriebszyklen

Anzahl der Massgedecke bei Standardbeladung

Wasserverbrauch des eco-Programms in Liter/Betriebszyklus

Dauer des eco-Programms

Geräuschemission in dB(A) re 1pW (Schallleistung)

Bezeichnung der **europäischen Verordnung**

Alle Informationen zur Energieetikette finden Sie auf der Webseite von NEW LABEL. NEW LABEL ist eine Initiative, die in der Schweiz den Übergang zur neuen Energieetikette 2021 unterstützt. **www.newlabel.ch** ↗

Welche Geräte mit welcher Energieetikette?
In dieser Tabelle können Sie sehen, welche Gerätekategorien aktuell schon mit der neuen Etikette (höchste Effizienzklasse: A) und welche noch mit der bisherigen Etikette (höchste Effizienzklasse: A^{+++}) versehen sind.

Zugelassene Klasse zum Verkauf in der Schweiz per 01.07.2025	A^{+++}	A^{++}	A^{+}	A	B	C	D	E	F	G
Geräte mit neuer Etikette										
Kühl- und Gefriergeräte *				■	■	■	■	■		
Waschmaschinen *				■	■	■	■	■		
Wäschetrockner/Tumbler *				■	■	■	■	■		
Geschirrspüler *				■	■	■	■	■		
Fernseher und Monitore				■	■	■	■	■	■	■
Lichtquellen				■	■	■	■	■	■	■
Smartphone und Tablets				■	■	■	■	■	■	■
Geräte mit bisheriger Etikette										
Backöfen	■	■	■	■						
Dunstabzugshauben	■	■	■	■	■	■	■			
Raumklimageräte *	■	■	■	■	■	■	■			
Kaffeemaschinen	■	■	■	■	■	■	■			

* Gerätespezifische Ausnahmen der Energieeffizienzmindestanforderungen

ⓘ Tipps bei Neuanschaffungen

- Achten Sie auf die Energieetikette.
- Vergleichen Sie energieeffiziente Geräte nach Ihren Bedürfnissen.
- Wählen Sie Geräte, die bezüglich Grösse oder Kapazität Ihren Anforderungen entsprechen. Ein zu grosses Gerät verbraucht unnötig viel Strom.
- Wählen Sie bei gleicher Grösse das Gerät mit der höchsten Effizienzklasse (dunkelgrün).
- Auf dem Vergleichsportal **topten.ch** ↗ können Sie die energieeffizientesten Produkte der Schweiz finden und vergleichen – aus dem Bereich Haushalt und vielen weiteren Kategorien. Ständig aktualisierte Auswahlkriterien und Ratgeber inklusive.

Der beste Spartipp: Geräte richtig nutzen

Ob neu oder alt: In jedem Haushaltsgerät schlummert Energiesparpotenzial. Dank unserer Tipps können Sie einfach die Umwelt und Ihr Portemonnaie schonen.

Küchengeräte

Tipps zum Backofen

- Backen Sie mit Umluft statt Ober- und Unterhitze.
- Verzichten Sie auf das Vorheizen und sparen Sie 20 Prozent der Energie ein.
- Schalten Sie den Backofen fünf Minuten vor Backende aus und nutzen Sie die Nachwärme.

Weitere Tipps
zu Backöfen

Tipps zur Dunstabzugshaube

- Passen Sie die Betriebsstufe dem Kochbetrieb an und wählen Sie beim Braten und Frittieren eine hohe, beim Garen von Gemüse eine tiefe Stufe.
- Kochen Sie wenn immer möglich mit geschlossenen Töpfen und Pfannen. Nebst der gesparten Energie reduziert dies die Abgabe von Wasserdampf, Fett und Gerüchen in die Raumluft.
- Reinigen Sie Filter regelmässig oder tauschen Sie sie aus.

Weitere Tipps
zu Dunstabzugshauben

Tipps zu Kühl- und Gefriergeräten

- Stellen Sie die Temperatur Ihres Kühlschranks auf 7 °C.
- Bei Ihrem Gefriergerät reichen –18 °C.
- Lassen Sie warme Speisen abkühlen, bevor Sie sie in das Kühl-/Gefriergerät legen.
- Legen Sie aufzutauende Lebensmittel in Ihren Kühlschrank. Dadurch wird das Geräteinnere gekühlt.

Weitere Tipps
zu Kühl- und Gefriergeräten

Tipps zum Geschirrspüler

- Starten Sie den Geschirrspüler erst, wenn er voll ist, aber überladen Sie ihn nicht.
- Wählen Sie Niedrigtemperatur- oder Sparprogramme. Sie dauern zwar länger, schonen aber die Umwelt und reinigen gründlicher.
- Verzichten Sie auf das Vorspülen mit Wasser. Es reicht völlig aus, wenn Sie grobe Speisereste vor dem Einräumen entfernen.

Weitere Tipps
zu Geschirrspülern

Tipps zur Kaffeemaschine

- Benutzen Sie – falls vorhanden – den Energiesparmodus. Neue Kaffeemaschinen stoppen nach einer frei wählbaren Zeitspanne automatisch das Warmhalten des Wassers.
- Entkalken Sie Ihre Kaffeemaschine regelmässig. Dadurch verlängern Sie ihre Lebensdauer.
- Schalten Sie Ihre Kaffeemaschine nach Gebrauch immer aus.

Weitere Tipps
zu Kaffeemaschinen

Waschküchengeräte

Tipps zur Waschmaschine

- Waschen Sie nur bei voller Wäschetrommel und wählen Sie wenn möglich eine tiefe Waschtemperatur (20–30 Grad). Sie schonen dadurch die Umwelt und Ihre Kleider.
- Wählen Sie das Sparprogramm, auch wenn es länger dauert. Das Kurzprogramm verbraucht viel mehr Strom und Wasser.
- Dosieren Sie das Waschmittel bei niedrigen Temperaturen nicht höher, denn die Wäsche wird nicht sauberer.

Weitere Tipps
zu Waschmaschinen

Tipps zum Wäschetrockner

- Lassen Sie Ihre Wäsche wann immer möglich im Freien trocknen.
- Entscheiden Sie sich für einen Wäschetrockner mit integrierten Sensoren. Diese messen die Feuchtigkeit der Wäsche und passen die Trocknungszeit automatisch an.
- Wählen Sie das Programm «Bügeltrocken» statt «Extratrocken».

Weitere Tipps
zu Wäschetrocknern

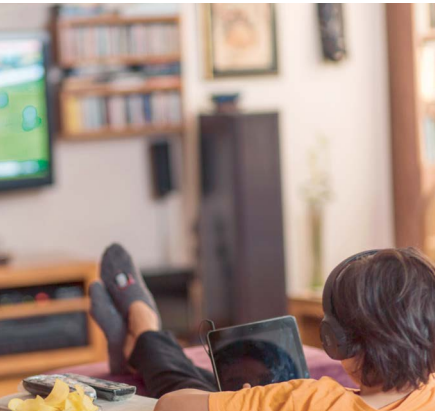
Raumklimageräte

Tipps zum Raumklimagerät

- Kühlen Sie den Wohnraum mit einfachen Massnahmen: Schalten Sie ungenutzte Haushaltsgeräte und Lampen aus. Schliessen Sie die Fensterläden, wenn die Sonne auf die Fassade brennt. Öffnen Sie das Fenster nicht, wenn die Fassade bereits aufgeheizt ist, und lüften Sie am besten nur frühmorgens vor Sonnenaufgang.
- Entscheiden Sie sich für einen Ventilator anstelle eines Raumklimageräts. Die Luftbewegungen kühlen spürbar bei viel tieferem Energieverbrauch.
- Verzichten Sie auf mobile Geräte. Sie geben die Abwärme in den Raum ab und sind deshalb unwirksam. Zudem sind sie lärmig und verbrauchen viel Energie.

Weitere Tipps
zu Raumklimageräten

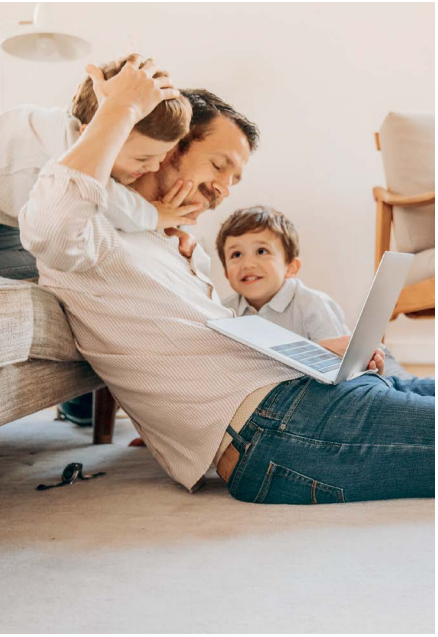
Wohnzimmergeräte



Tipps zum Fernseher

- Reduzieren Sie die Bildauflösung (HD, 4K oder 8K) und reduzieren Sie so den Energiebedarf.
- Schalten Sie Ihren Fernseher und die Set-Top-Box immer ganz ab. Das geht mit einem Netzschalter oder einer Steckdosenleiste ganz einfach.
- Ein Fernseher mit Heimkinoanlage kann den Stromverbrauch mehr als verdoppeln.

Weitere Tipps
zu Fernsehgeräten



Tipps zur Unterhaltungselektronik

- Bevorzugen Sie akkubetriebene Geräte. Sie verbrauchen weniger Strom als netzbetriebene Geräte.
- Bei elektronischen Unterhaltungsgeräten ist der Energieverbrauch während ihres Lebenszyklus kleiner als die graue Energie, die für ihre Produktion und den Transport benötigt wird. Verwenden Sie sie darum so lange wie möglich.
- Nehmen Sie sich die Zeit, um sich mit den Funktionen Ihrer Geräte vertraut zu machen, und aktivieren Sie die Energiespareinstellungen.
- Versorgen Sie alle Entertainment-Geräte (Fernseher, Set-Top-Box, DVD, HiFi, Spielkonsole) über eine gemeinsame und schaltbare Steckdosenleiste mit Strom. Bei Nichtgebrauch können Sie alle Geräte mit nur einem Klick ausschalten.

Weitere Tipps
zur Unterhaltungselektronik

Bürogeräte

Tipps zum Homeoffice

- Ein Multifunktionsgerät mit Drucker, Kopierer, Scanner und Faxgerät spart viel Platz. Im Stand-by-Modus braucht es zudem weniger Strom. Auch in der Herstellung hat es Vorteile: Es verbraucht weniger Ressourcen als Einzelgeräte.
- Beim Drucker belastet neben dem Stromverbrauch auch jede gedruckte Seite die Umwelt. Drucken Sie nur, wenn es nötig ist. Und wenn, dann doppelseitig auf recyceltes Papier.
- Versorgen Sie alle Ihre Bürogeräte über eine ein- und ausschaltbare Steckdosenleiste mit Strom. Mit einem Handgriff sind alle Geräte ganz ausgeschaltet und verbrauchen im Standby-Modus nicht unnötig Energie.

Weitere Tipps
zum Homeoffice

Energie sparen dank effizienter Beleuchtung

Mit schönem Licht kann man zuhause eine wunderbare Atmosphäre schaffen. Nebst einem wohligen Wohngefühl erreichen Sie mit ein paar einfachen Tricks noch viel mehr: Sie sparen Geld und Energie.

Gut zu wissen

Wählen Sie die passende Farbtemperatur für Ihre Leuchten. Diese wird in Kelvin angegeben und es wird zwischen warmweiss (2700 bis 3000 Kelvin), neutralweiss (4000 Kelvin) und tageslichtweiss (6500 Kelvin) unterschieden. Fürs Wohn- und Schlafzimmer ist warmweiss sehr beliebt, im Badezimmer eignen sich 4000 Kelvin, für Arbeitsplätze wirkt tageslichtweiss anregend.

Nicht alle Lampen sind dimmbar. Auf der Lampenpackung steht aber ein Warnhinweis, wenn die Lichtquelle nicht oder nur mit bestimmten Dimmern gedimmt werden kann. Im zweiten Fall müssen Hersteller auf ihrer Webseite eine Liste kompatibler Dimmer bereitstellen.

Tipps zur Beleuchtung

- Für eine effiziente Beleuchtung führt kein Weg an LED vorbei. Die LED-Technik setzt neue Massstäbe in den Bereichen Energieeffizienz, Qualität und Lebensdauer.
- Abschalten, wo es kein Licht braucht, spart am meisten. Zeitsteuerungen, Bewegungssensoren, Präsenz- und Tageslichtsteuerungen helfen dabei. Besonders in Korridoren und Treppenhäusern, bei der Aussenbeleuchtung und z. B. in Büro-Stehleuchten sind sie nützlich.
- Helle Oberflächen im Raum unterstützen eine effiziente Beleuchtung. Dunkle Lampenschirme, Oberflächen und Möbel schlucken hingegen Licht.
- Vermeiden Sie Leuchten, die sich schwer mit LED-Lampen nachrüsten lassen. Dazu gehören die Leuchten mit Halogen-Stäben mit R7s-Sockel. Ebenfalls schwierig kann es werden bei sehr kleinen Halogenlämpchen mit wenig Platz: LED-Varianten sind oftmals grösser (Sockeltypen G4, GY6.35 und G9).

Weitere Tipps
zur effizienten Beleuchtung Ihres Zuhauses

Reparieren oder neu anschaffen?

Ob sich eine Reparatur bei einem Defekt lohnt, hängt vom Alter des Geräts, den Reparaturkosten und der technischen Entwicklung von Neugeräten ab.

Mit etwas handwerklichem Geschick ersetzen Sie viele Verschleissteile wie Dichtungen oder Türscharniere gleich selber. Auch kleinere Schäden lassen sich oft selbst beheben. Die passenden Ersatzteile erhalten Sie übrigens meistens bis zehn Jahre nach Produktionsende eines Modells. Bei Unsicherheiten berät Sie eine Fachperson immer gerne.

Recyclen Sie ganz einfach
Durch Recycling werden der Industrie wiederverwertbare und wertvolle Rohstoffe zugeführt und die Umwelt geschont. Geben Sie deshalb ausgediente Elektrogeräte und Leuchtmittel kostenlos in einem Geschäft ab, das vergleichbare Produkte anbietet. Dabei spielt es keine Rolle, wo Sie Ihr Produkt gekauft haben. Sie können es auch kostenlos bei einer spezialisierten Sammelstelle entsorgen.

www.erecycling.ch ↗
Eine Übersicht über Entsorgungsstellen bietet Ihnen SENS eRecycling.

www.swico.ch/de/recycling ↗
Weitere Infos übers Recyceln von elektronischen Geräten bietet Ihnen SWICO Recycling.

Bildnachweis:
iStock: S. 2–3 (oben), S. 11 (oben), S. 13, S. 14 (unten);
Shutterstock: S. 3, S. 5, S. 9–10, S. 12 (unten), S. 14 (oben), S. 15, S. 17, S. 19;
Getty Images: Titelbild, S. 16, S. 18;
Pexels: S. 11 (unten), S. 12 (oben);
Simon Iannelli: S. 8

EnergieSchweiz
Bundesamt für Energie BFE
Pulverstrasse 13
CH-3063 Ittigen
Postadresse: CH-3003 Bern

Infoline 0848 444 444
infoline.energieschweiz.ch

energieschweiz.ch
energieschweiz@bfe.admin.ch
ch.linkedin.com/company/energieschweiz

Vertrieb:
bundespublikationen.admin.ch
Artikelnummer 805.902.D

12.2024 3000 860567782