

**Zeitschrift:** Energie & Umwelt : das Magazin der Schweizerischen Energie-Stiftung SES

**Herausgeber:** Schweizerische Energie-Stiftung

**Band:** - (2015)

**Heft:** 4: Klimapolitik

**Artikel:** Klimaschutz : so bewirken Sie wirklich etwas

**Autor:** Nipkow, Felix

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-586932>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.12.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Klimaschutz: So bewirken Sie wirklich etwas

**Klimatipps sind allgegenwärtig – machen Sie das, kaufen Sie dies, lassen Sie jenes. Viele setzen das um, was wenig Einfluss auf ihr Leben hat – und dem Klima wenig nützt. Die SES hat die Spreu vom Weizen getrennt und für Sie die relevanten Tipps zusammengestellt. Damit erreichen Sie wirklich etwas.**



Von **FELIX NIPKOW**

SES-Projektleiter Strom & Erneuerbare,  
[felix.nipkow@energiestiftung.ch](mailto:felix.nipkow@energiestiftung.ch)



Sind Sie auch ein Klimaschützer? Jede und jeder kann das Klima schützen – und die meisten tun das auch. Oder versuchen es zumindest, mit einem der vielen Klimaschutz-Tipps, die einem im Alltag begegnen.

Essen Sie weniger Fleisch • Drucken Sie E-Mails nicht aus • Kaufen Sie effiziente Geräte • Schalten Sie Standby aus • Drucken Sie doppelseitig • Heizen Sie weniger • Kaufen Sie Bio, saisonal und regional • Fahren Sie weniger Auto • Kaufen Sie Ökostrom • Fahren Sie mehr Velo • Trinken Sie Hahnen- statt Mineralwasser • Tragen Sie Secondhand-Kleider • Waschen Sie die Hände mit kaltem Wasser • Kaufen Sie Holz statt Plastik • Kompostieren Sie Bioabfälle • Recyceln Sie Glas, Papier, Elektronikabfälle etc. • Gehen Sie mit dem Zug statt mit dem Flugzeug in die Ferien • Installieren Sie Spar-Duschköpfe und -Wasserhähnen • Vermeiden Sie Plastiksäcke • Füllen Sie Ihre Abwaschmaschine ganz und nutzen Sie das Sparprogramm • Essen Sie weniger Milchprodukte • Löschen Sie das Licht • Isolieren Sie Ihr Haus • Halten Sie den Druck in den Autoreifen hoch • Waschen Sie Kleider mit 30 statt 60 Grad • Trocknen Sie Ihre Wäsche auf der Leine statt im Trockner • Heizen Sie mit erneuerbaren Energien statt Öl oder Gas • Deckel drauf beim Kochen • Wählen Sie klimafreundliche PolitikerInnen • Schalten Sie den Computer aus, wenn Sie nicht damit arbeiten • Duschen sie kurz statt zu baden • Erhitzen Sie Wasser im Wasserkocher statt auf der Platte • Kaufen Sie ein sparsames Auto

## Überfordert mit den vielen Klimatipps?

Sind Sie überfordert mit der Fülle der Möglichkeiten? Damit sind Sie nicht allein. Viele Leute gehen damit so um, dass sie sich aus diesem Katalog einige Massnahmen auswählen, die sie umsetzen können. Möglichst so, dass ihr Leben nicht stark beeinflusst wird davon. Doch das nützt dem Klima wenig. Wir verhalten uns opportunistisch und minimalistisch. Wir heucheln Klima-

**Mythos Fernreisen – Das Exotische liegt oft näher als man meint: Eine Woche im Wallis ist für den Städter vielleicht kulturell erfrischender als eine Woche in Mallorca am Strand. Bild: Lötschentaler Tschäggätä, eine traditionelle Fasnachtsmaske.**

schutz und gehen den Weg, der den geringsten Widerstand verspricht. Mit Glas trennen, Ökostrom kaufen und doppelseitig drucken ist der jährliche Ferienflug nämlich bei weitem nicht kompensiert.

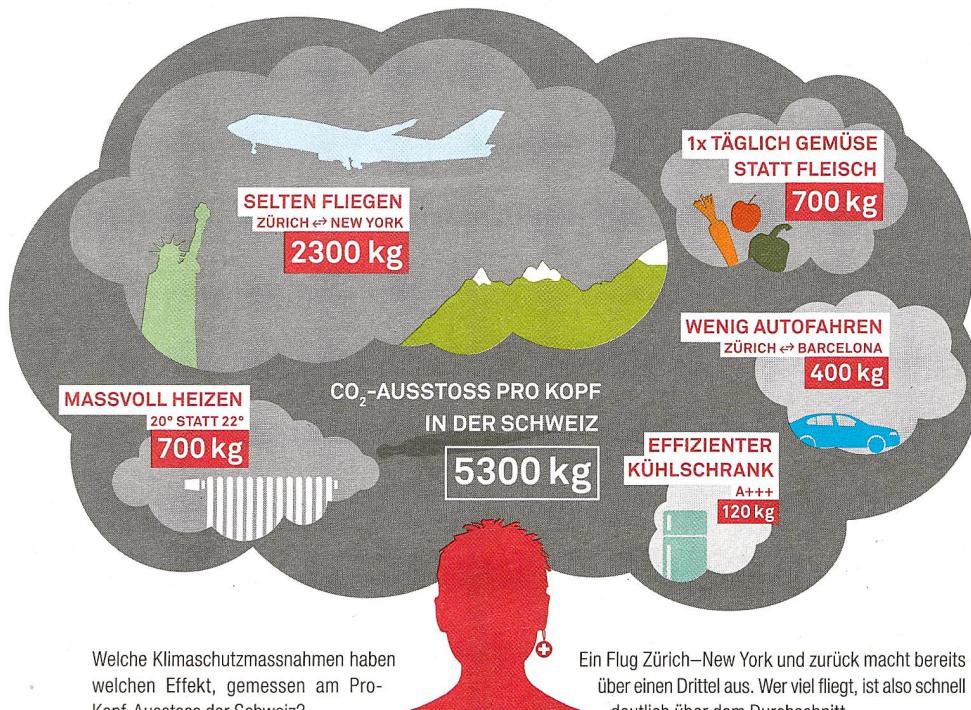
## Spielt mein Verhalten überhaupt eine Rolle?

Sie sagen, es spielt gar keine Rolle, wie Sie sich verhalten, ein paar Tonnen CO<sub>2</sub> mehr oder weniger haben kaum einen Einfluss auf das Weltklima? Das ist richtig. Aber Ihr Verhalten hat einen Einfluss auf das Klima in Ihrem Freundeskreis: Sie sind – ob Sie wollen oder nicht – Vorbild für Ihre Umgebung, Ihre Freunde, Ihre Verwandtschaft. Der Mensch orientiert sich an seinen Nächsten. Und da Sie «über sechs Ecken» jeden Menschen der Welt kennen, hat Ihr Verhalten vielleicht mehr Einfluss, als Sie glauben. Es ist eine Frage der Einstellung: Klimafreundliches Verhalten heisst nicht verzichten, sondern Neues ausprobieren, nicht weniger, sondern anders.

## Die SES-Klimatipps, die wirken:

■ **Fliegen Sie möglichst selten.** Ein Flug Zürich–New York und zurück (Economy Class) verursacht pro Person 2300 kg CO<sub>2</sub>. Dafür können Sie 10'000 km in einem 6-Liter-Auto fahren. Ob Sie nach Barcelona fliegen oder alleine in einem Auto hinfahren, ist dem Klima übrigens egal – beides verursacht über 400 kg CO<sub>2</sub>. Fliegen ist oft billiger als die Reise mit der Bahn. Das stimmt nur deshalb, weil andere die Kosten tragen, in Form von Klimaschäden zum Beispiel.

■ **Fahren Sie wenig Auto.** Statt 10'000 km zu fahren, können Sie zwei Jahre lang ihre 100 m<sup>2</sup> grosse MINERGIE-Wohnung mit Erdgas heizen. Ersparen Sie sich die Mühsal, die der Autobesitz mit sich bringt: Wenn Sie ein Auto brauchen, setzen Sie auf Carsharing. Ein Bild über die Umweltbelastung einer Reise gibt der Umweltrechner im SBB-Fahrplan. Auf [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch) Reise eingeben und bei Ihrer Verbindung auf Umweltrechner klicken – hier erfahren Sie auch, wie viel nutzbare Zeit Sie mit welchem Verkehrsmittel haben, um ein Buch zu lesen oder zu arbeiten.



Welche Klimaschutzmassnahmen haben welchen Effekt, gemessen am Pro-Kopf-Ausstoss der Schweiz?

Ein Flug Zürich–New York und zurück macht bereits über einen Drittelpunkt aus. Wer viel fliegt, ist also schnell deutlich über dem Durchschnitt.

■ **Heizen Sie nicht zu warm**, 20 Grad statt 22 Grad machen rund 12 % Einsparung der Heizenergie aus. In einer 100 m<sup>2</sup> Altbau-Wohnung reduzieren Sie den CO<sub>2</sub>-Ausstoss damit um 700 kg. Ausserdem bleiben Sie gesund, weil die Luft nicht so trocken wird. **Lüften Sie kurz und heftig** statt mit Kippfenstern. Wenn Sie Hausbesitzer sind oder Einfluss haben: **Machen Sie Ihr Haus energieeffizient und nutzen Sie erneuerbare Energien**.

■ **Kaufen Sie nur das beste Gerät**. Mit einem neuen Kühlschrank können Sie zum Beispiel 100 kWh Strom pro Jahr einsparen, damit haben Sie in 10 Jahren einen Mehrpreis von Fr. 200.– gegenüber einem weniger effizienten Modell amortisiert, und 120 kg CO<sub>2</sub> eingespart (Basis Lieferantenstrommix Schweiz). Ähnliche Rechnungen gelten auch für Autos, Staubsauger, Beleuchtung, Waschmaschinen, Computer etc., siehe [www.topten.ch](http://www.topten.ch).

■ **Essen Sie mehr Pflanzen** und dafür wenig Fleisch- und Milchprodukte. Unsere Ernährung verursacht rund einen Drittel der konsumbedingten Treibhausgase. Wenn Sie an 365 warmen Mahlzeiten im Jahr auf Fleisch verzichten, stossen Sie 700 kg CO<sub>2</sub> weniger aus. [www.vegan.ch/warum-vegan/umwelt](http://www.vegan.ch/warum-vegan/umwelt).

■ **Wählen Sie Klimaschutz-PolitikerInnen**. So kurz nach den Wahlen ist das anachronistisch. Trotzdem ist das vielleicht der wichtigste Punkt, weil nur ein (zu) kleiner Teil der Bevölkerung die obigen Punkte von sich aus umsetzt. Die anderen brauchen Anreize und Rahmenbedingungen, die nur die Politik setzen kann.

**Herzliche Gratulation!**  
Zum Schluss der wichtigste Tipp: **Setzen Sie alle anderen Massnahmen erst um, wenn Sie diese sechs umgesetzt haben**. Sonst verschwenden Sie Ihre Energie auf Nebenschauplätzen. Wenn Sie das alles schon tun, dann herzliche Gratulation: Sie tun echt etwas für den Klimaschutz! Wenn Sie Lust auf mehr haben, dürfen Sie sich aus der Aufzählung am Anfang etwas aussuchen... <

#### CO<sub>2</sub> made in Switzerland

Die Schweiz verursacht über 43 Mio. Tonnen CO<sub>2</sub> pro Jahr. Dies entspricht einer Pro-Kopf-Emission von zirka 5300 kg (Stand 2013). Diese Werte umfassen nur CO<sub>2</sub>, das innerhalb der Landesgrenzen ausgestossen wird. Werden die importierten Güter und Dienstleistungen miterücksichtigt, bewegt sich der Pro-Kopf-Ausstoss der Schweiz mit rund 12'000 kg im europäischen Mittel. Das ist rund doppelt so viel wie der weltweite Durchschnitt.

#### NPC 2016 – Nuclear Phaseout Congress

21. März 2016, Kongresshaus Zürich

vs. Dreissig Jahre nach der Katastrophe von Tschernobyl und fünf Jahre nach den tragischen Ereignissen in Fukushima ist die Schweiz auf Atomausstiegskurs. Die Politik hat es bisher jedoch verpasst, das Lebensende der fünf alten Schweizer Reaktoren mit fixen Abschaltdaten festzulegen. Diese sollen «laufen, solange sie sicher sind». Das kommt den Betreibern entgegen, geht aber auf Kosten der Sicherheit. Reaktoralterung und rechtzeitige Ausserbetriebnahme sind weltweit ein Thema. Der AKW-Bestand nimmt weltweit ab, der Druck, sie möglichst lange weiterzubetreiben, nimmt zu.

#### NUCLEAR PHASEOUT CONGRESS

ZURICH 2016



NPC 2016

Die Schweiz mit dem ältesten AKW-Park der Welt ist besonders gefordert und steht unter internationaler Beobachtung.

#### Namhafte Referenten und Referentinnen

Am «NPC 2016 – Nuclear Phaseout Congress» in Zürich treten illustre internationale Referentinnen wie der ehemalige japanische Premierminister Naoto Kan, der Bundestags-Abgeordnete und ehemalige deutsche Bundesumweltminister Jürgen Trittin oder Gregory Jaczko, ehemaliger Chef der Atomaufsicht USA, auf. Sie beleuchten die weltweite Entwicklung der Atomkraft, die Risiken alternder Reaktoren sowie die Herausforderungen für Atomaufsichtsbehörden, Politik und Gesellschaft und leiten wichtige Erkenntnisse für den Atomausstieg der Schweiz ab.

Der Kongress wird in deutscher Sprache abgehalten, japanisch- und englischsprachige Referate werden von Dolmetschern simultan auf Deutsch übersetzt.

Anmeldung und weitere Informationen: [www.energiestiftung.ch/npc2016](http://www.energiestiftung.ch/npc2016)

«Ich bin zuversichtlich, dass es uns gelingt, ein Abkommen zustande zu bringen. [...] Euphorisch sollte man deswegen aber nicht sein. Die angekündigten Massnahmen reichen noch nicht für die Erreichung des 2-Grad-Ziels aus.»

Bundesrätin Doris Leuthard im «VCS-Magazin» Nr. 5 / November 2015 auf die Frage, ob Paris ein Erfolg wird.

9027 204/ 1

Schweizerische Nationalbibliothek  
Periodika  
Hallwylstrasse 15  
3003 Bern

AZB  
P.P./JOURNAL  
CH-8005 ZÜRICH

Bitte melden Sie uns Ihre neue Adresse. Danke!