

Zeitschrift: Tec21
Herausgeber: Schweizerischer Ingenieur- und Architektenverein
Band: 141 (2015)
Heft: 19-20: Holzbau aufgesetzt

Rubrik: Unvorhergesehenes

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: 14.01.2026

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

Das 2000-Watt-Rüebli

Text: Nina Egger



Jetzt geht's wieder los: Lifestyle-Magazine beglücken ihr Publikum mit Tipps zum schnellen Erreichen der Bikini-Figur. Doch aus meiner Sicht drehen sich viele dieser Vorschläge nicht um Beauty, sondern allgemein um den Verbrauch und die Bereitstellung von Energie – um Ökologie also. Verzichte ich zum Beispiel darauf, einen Kuchen zu backen, und ersetze ihn durch einen Obstsalat, verkneife ich mir nicht nur 2500 kcal, sondern spare auch 4 kWh. Wenn ich vorher noch die entsprechenden Einkäufe die Treppe hochtrage, statt den Aufzug zu nehmen, verbrauche ich 25 kcal mehr und 0.003 kWh weniger.

Fahre ich, statt im Stau zu stehen, je eine Stunde mit dem Velo zur Arbeit und zurück, verbrauche ich 1000 kcal statt 4 l Sprit (40 kWh). Wenn ich also, wo immer ich kann, eingekaufte Energie durch meine eigene Leistung ersetze, spare ich über den Sommer gerechnet locker 2000 kWh ein. Dass ich dabei etliche Kalorien vermeide oder verbrenne, ist reiner Nebeneffekt. Genüsslich knabbere ich nun an einem knackigen Karöttchen – weil's eben schmeckt. Fragt mich jemand blöd, ob ich auch dem Fitnesswahn verfallen sei, so antworte ich cool: Ich tue das für die 2000-Watt-Gesellschaft! Für den Sommer bin ich ohnehin bereit. •