

■ Wie werde ich Teil der 2000-Watt-Gesellschaft?

Alle können einen Beitrag zur 2000-Watt-Gesellschaft leisten. Die Möglichkeiten sind je nach Wohn- und Arbeitssituation unterschiedlich.

Der Energieverbrauch einer Privatperson kann den folgenden Kategorien zugeordnet werden. Die rechts aufgeführten Werte entsprechen dem Schweizer Durchschnitt.

 **Wohnen**
Aktuell 1'800

 **Ernährung**
Aktuell 750

 **Infrastruktur**
Aktuell 1'500

 **Mobilität**
Aktuell 1'700

 **Konsum**
Aktuell 750

Hier finden Sie die wichtigsten Handlungsmöglichkeiten in diesen Kategorien:

■ I. Wohnen

Energetische Gebäudesanierung: Lassen Sie ihr Haus energetisch sanieren!



- Bestellen Sie erneuerbarem Strom bei Ihrem Stromversorger.
- Erstellen von eigenen Stromerzeugungsanlagen: Bauen Sie eigene Stromerzeugungsanlagen, beispielsweise eine Photovoltaikanlage auf ihrem Dach.
- Heizen Sie Ihr Gebäude nur auf 20°C bis 21°C. 1°C weniger entspricht 6% weniger Heizenergie.
- Effizienter Einsatz von Geräten: Ersetzen Sie alte Glühbirnen durch LED, verwenden Sie effiziente Haushaltgeräte, minimieren Sie den Standby-Modus.
- Sparsamer Umgang mit Energie: Löschen Sie das Licht, wenn Sie das Zimmer verlassen, verwenden Sie Geräte (z.B. Waschmaschine) nur bei voller Auslastung und wenn nötig.

■ **Fortsetzung auf Seite 6**

ANZEIGE

ST.GALLISCH-APPENZELLISCHE
KRAFTWERKE AG




// SAK INTERNET, TV, TELEFON
// FÜR DIE MENSCHEN IN UNSERER REGION

Jetzt informieren www.SAKnet.ch

■ 2. Mobilität

- Unternehmen Sie nur so viele Flugreisen wie nötig, fahren Sie wo möglich mit dem Zug.
- Langsamverkehr und öffentlicher Verkehr: Nehmen Sie wo möglich das Velo oder den öffentlichen Verkehr.
- Kurze Distanzen: Gestalten Sie Ihren Alltag und die Freizeit nach Möglichkeit so, dass Sie nicht darauf angewiesen sind, weite Distanzen zurückzulegen.
- Achten Sie bei einem Autokauf auf einen tiefen Energieverbrauch und neue Technologien.

■ 3. Ernährung

- Kaufen Sie saisonale Produkte aus der Region.
- Essen Sie nur so viel Fleisch wie nötig.

■ 4. Konsum

- Kaufen Sie Produkte mit hochwertiger Qualität, an welchen Sie sich lange erfreuen.
- Kaufen Sie nur, was Sie benötigen.

■ 5. Infrastruktur

- Versuchen Sie Ihre Beanspruchung der Infrastruktur (z.B. jährlich gefahrene Kilometer) konstant zu halten.

■ Energiebedarf

Berechnen Sie Ihren Energiebedarf um herauszufinden, wo Sie persönlich stehen!

Quelle Website von „Energienstadt“
<http://www.2000watt.ch/fuer-mich/wie-kann-ich-mitmachen/>



ANZEIGEN

Wir bringen Energie vom Dach ins Haus

Lassen Sie sich von uns beraten!
 071 898 89 40

EWH
 Kompetenz vor Ort

Elektro • Telematik • Energie • Heizung www.ewheiden.ch

Qualität und Erfahrung seit Jahrzehnten

ALDER AG

www.alder-heiden.ch

- Steildächer
- Flachbedachungen
- Fassaden
- Gerüstbau + Notdächer
- Transporte + Kranarbeiten
- Schnellmontagekrane

Blumenfeldstrasse 9
 9410 Heiden

Tel. 071 898 89 90
 Fax 071 898 89 99

Heuschnupfen vorbeugen Antiallergie-Kur

(Kurbeginn Januar / Februar)

Jetzt ist der richtige Zeitpunkt um mit unserer wirksamen und bewährten Kur zur Vorbeugung von Heuschnupfen zu beginnen.

Unsere vorbeugende Spezialkur ist geeignet für Erwachsene und Kinder. In erster Linie geht es dabei um die Stärkung und Unterstützung des Immunsystems. Dadurch werden allergische Reaktionen auf Blütenpollen sehr stark reduziert.

Lassen Sie sich von uns beraten.

Wir sind Ihre kompetente Anlaufstelle für Heilmittel, Gesundheitsfragen und Schönheit.

Gesundheit und Schönheit
sonderegger
 Die Drogerie für Ihr Wohlbefinden!
 9042 Speicher Tel. 071 344 10 22

