

#ÜBER MICH

Vorname _____

Name _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Handy/Telefon _____

Mail _____

Klasse _____

#AUGUST

Montag, 1. August

#Nationalfeiertag ✨

Dienstag, 2. August

Mittwoch, 3. August

Donnerstag, 4. August

Freitag, 5. August

Samstag, 6. August

Sonntag, 7. August



MEHR ALS ABFALL

Wir Schweizerinnen und Schweizer sind **#Weltmeister** 🏆 im **#RecycleIn** ♻️. Leider sind wir aber auch an der Spitze im Wegwerfen: über 700 Kilogramm pro Kopf und Jahr!

Immerhin: Mehr als 90% aller Glasflaschen, Aluverpackungen oder Altpapier werden wiederverwertet. Das sind beim Papier 1,3 Millionen Tonnen! Einzig bei den Batterien haben wir noch viel Potenzial. Und erstaunlicherweise liegt die Recyclingquote beim PET auch nur bei 82%. 😞

👉 [swissrecycling.ch](https://www.swissrecycling.ch) versorgt dich mit allen Zahlen und Informationen!



STROM- SPAREN IM SCHLAF

#Elektronikgeräte 🎧 📺 📺 brauchen auch Strom, wenn sie nicht benutzt werden. Darum lohnt es sich, Set-Top-Boxen und #TVs immer ganz abzustellen, also vom Stromnetz 🔌 zu trennen.

In der Schweiz sind über drei Millionen Modems und zwei Millionen Set-Top-Boxen installiert. Wären alle Geräte optimal eingestellt, würde ihr #Stromverbrauch von 500 Gigawattstunden um etwa ein Drittel sinken – genug Strom, um 40 000 Haushalte mit Energie zu versorgen.

#OKTOBER

Montag, 3. Oktober

Dienstag, 4. Oktober

Mittwoch, 5. Oktober

Donnerstag, 6. Oktober

Freitag, 7. Oktober

Samstag, 8. Oktober

[#Cybathlon \(ZH\)](#) 🤖

Sonntag, 9. Oktober



LEHR- STELLEN MIT ENERGIE

#Kabelsalat. Von wegen! Als #Telematik-Lerner behältst du den Durchblick 🙄, schliesslich arbeitest du mit topmodernen Geräten und weisst Bescheid über die neusten Technologien und Netzwerkanforderungen. So garantierst du, dass bei jeder Anlage alles einwandfrei funktioniert.

Die #EKZ als Arbeitgeber bieten dir ein modernes und zukunftsorientiertes Umfeld und viele Entwicklungsmöglichkeiten. Wer weiss: Vielleicht wirst du ja mal Leitender einer Filiale. Bei den EKZ absolvieren übrigens 140 Lernende in acht Lehrberufen eine Lehre. Schnuppere doch mal rein! 🍷 ekz.ch/lehrstellen



LAMPEN- HIMMEL

#Faden-LED-Lampen sind die neuen Sterne am Lampen-Himmel. Mit ihrem coolen Retro-Look sehen sie aus wie alte #Glühlampen 💡, sind aber besonders sparsam im Energieverbrauch.

Eine alte Glühlampe wandelte nur gerade 2-3% der verbrauchten Energie ⚡ in Licht um, der Rest verpuffte als Wärme und verbrannte einem die Finger ... Der absolute Trend heute ist ganz eindeutig LED. Das steht für Leuchtdiode und kommt vom englischen Begriff «light-emitting diode».

Egal, welche Lampe – unser #Spartipp gilt immer: Wenn Licht nicht gebraucht wird, gibt es einen Schalter, mit dem man den Verbrauch auf null senken kann.

#DEZEMBER

Montag, 5. Dezember

Dienstag, 6. Dezember

#Samichlaus 🎅

Mittwoch, 7. Dezember

Donnerstag, 8. Dezember

Freitag, 9. Dezember

Samstag, 10. Dezember

Sonntag, 11. Dezember

#3. Advent ☀️

#EKZ Cross Tour, Eschenbach (SG) 🚴



TIPPS FÜR BACK- FREUDIGE

#Back dir was! Beachte dabei aber:
Mit Umluft backen statt Ober- und Unterhitze spart viel Energie. Aufs Vorheizen kannst du getrost verzichten: verlängere einfach die Gesamtbackzeit 🕒 um ein paar Minuten. Lass die Backofentür zu, denn 20% der Wärme gehen so jeweils verloren. Du siehst ja durchs Fenster, ob die Cupcakes auf gutem Weg sind. Und nutze doch den sowieso schon warmen 🔥 Backofen und backe gleich noch weitere Leckereien.
#Yammi! 😊





GRÜN- ZEUG VON HIER

Keine **#Tomaten** 🍅 auf den Augen – auf Saisonalität achten! Im Winter legen die Tomaten einen weiten Weg zurück oder kommen aus dem Gewächshaus. So belasten sie unsere Umwelt 🌍 durch schädliche **#Treibhausgase**. Nur schon die Produktion im Gewächshaus verbraucht 10× mehr Energie als im Freiland, den Transport noch nicht mal eingerechnet! ☀️

Die Gewächshausgurke aus Belgien zum Beispiel, die im Februar gekauft wird, verbraucht 1,1 Liter Erdöl, während eine Freilandgurke aus der Schweiz, gekauft während der Saison im Juni, nur 0,1 Liter verbraucht. Eine einfache Rechnung, oder? 😎



STROM ERLEBEN

Selber einen **#Stromkreis** zusammenbauen , den Ventilator mit Muskelkraft betreiben oder eigenen Strom mit einer **#Solaranlage**  erzeugen: Das alles kannst du erleben, wenn unsere jungen Energiespezialisten bei dir in der Klasse vorbeikommen. Es hat für jede Schulstufe etwas dabei.

Die Schullektionen sind für deine Klasse gratis und können unter [ekz.ch/schulinfo](https://www.ekz.ch/schulinfo) gebucht werden.



TÜR ZU

Gute Nachricht: Ein voller **#Kühlschrank** braucht weniger Strom als ein leerer! Warum? Weil die kalte Luft ❄️ bei jedem Öffnen entweicht und die warme reinströmt. Diese muss dann runtergekühlt werden, was natürlich mehr Strom braucht. Füllen aber Produkte den Raum im Kühlschrank, so kühlen diese nicht gleich in ein paar Sekunden ab.

👉 Trotzdem gilt: Kühlschrank sofort wieder schliessen, wenn man gefunden hat, was man wollte. 😊

Gewusst? Die **#Energieetikette** für Elektrogeräte zeigt, welche Geräte am energieeffizientesten sind. Je «höher», umso besser das Gerät! Bei den Kühlgeräten sind wir bereits bei A+++ für die Spitzengeräte!

#APRIL

Montag, 3. April

Dienstag, 4. April

Mittwoch, 5. April

Donnerstag, 6. April

Freitag, 7. April

Samstag, 8. April

Sonntag, 9. April



KÖRPER- EINSATZ

Wie berechnet sich **#Energie** schon wieder?

Leistung × Zeit = Energie ⚡

Man rechne also: Du leistest beim **#Velofahren** durchschnittlich 100 Watt. Wenn du nun eine halbe Stunde mit 100 Watt Velo fährst, produzierst du so viel Energie, wie eine moderne LED-Lampe für 10 Stunden Licht braucht – nämlich 50 Wattstunden. 💡



AB- TAUCHEN

#Relaxen in der Badewanne 🛁! #Entspannung pur, Aufwärmen nach einem kalten Tag! Muss man sich ab und zu gönnen, auch wenn Duschen die umweltfreundlichere Variante ist. Denn eine volle Badewanne schluckt je nach Modell 200–250 Liter Wasser 💧! Und diese ganze Menge muss ja erstmal aufgewärmt werden, sonst ist's wenig gemütlich! Also vielleicht einmal weniger baden, dafür umso mehr genießen! 😊

#JUNI

Montag, 5. Juni

#Pfingstmontag 🌸

Dienstag, 6. Juni

Mittwoch, 7. Juni

Donnerstag, 8. Juni

Freitag, 9. Juni

Samstag, 10. Juni

Sonntag, 11. Juni



AUF GROSSEM FUSS

✈️ Kurztrip nach London? Badeferien in Thailand? Ins Tessin mit dem Auto?

Wer mehr #Tram und #Zug benutzt, verfügt über einen viel kleineren ökologischen Fussabdruck 🐾. Denn gerade Fliegen produziert enorm viel CO₂. So verursacht ein Flug Zürich-Paris einen beinahe 30x höheren #CO₂-Ausstoss, als wenn die Reise mit dem Zug 🚆 gemacht wird.

Dein Fussabdruck beinhaltet aber auch deine Ernährung, wie du einkaufst und was du in deiner Freizeit so unternimmst. Schau selbst und vergleiche, ob du besser abschneidest als deine Kollegen: wwf.ch/footprint



🌞, FUN ...

#Chillen in der Sonne – was will man mehr? Die #Sonne versorgt nicht nur unseren Körper mit neuer Energie, sie kann auch Strom produzieren und Wasser erwärmen. In einer Stunde schickt sie pro m² so viel Energie zur Erde, um 30 Liter Wasser von 10 auf 40 Grad zu erhitzen! Und ihre Kraft würde sogar ausreichen, um die gesamte Menschheit mit Energie zu versorgen. Zudem geht sie nie aus und gehört darum zu den #erneuerbaren Energien. Genauso wie die Wasser- oder Windkraft 🌊🌀, Biomasse und Geothermie (Erdwärme). 🌞



KLEIDER MACHEN LEUTE

Die **#Modetrends** 👗 👟 👖 ändern sich fast häufiger als das Wetter. Um hier mitzuhalten, muss viel und günstig eingekauft werden.

Wirf doch bei der nächsten Einkaufstour 🛍 mal einen Blick aufs Etikett: Made in wo genau? Ist das T-Shirt 👕 weiter gereist als du bisher? Acryl? Das verursacht 4x mehr **#Treibhausgase** als Baumwolle. Bio-Baumwolle? Sehr gut! Das heisst, es wurden keine Giftstoffe verwendet auf den Baumwollfeldern. Vielleicht findest du sogar noch ein **#Fair-Trade-Label**, dann weisst du, dass die Näherin unter fairen Bedingungen gearbeitet hat. So macht Shoppen doch gleich doppelt Spass!

