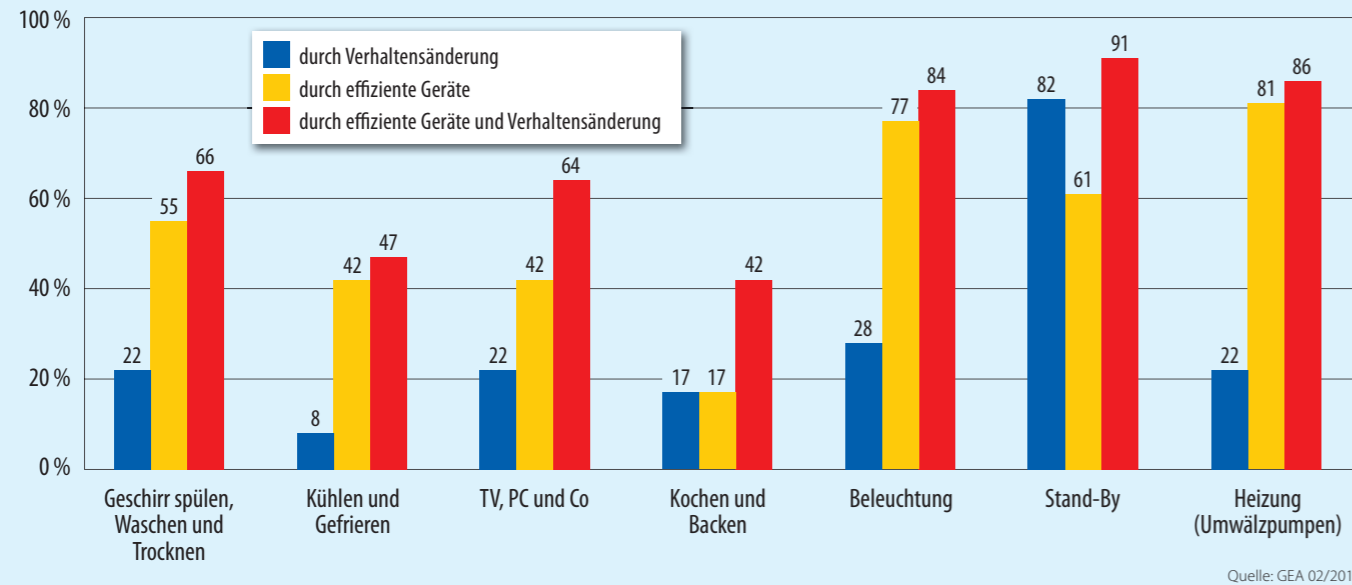


Stromsparen – gewusst wie

Die Höhe der möglichen Energie- und damit Kosteneinsparung in Ihrem Haushalt ist in erster Linie von Ihrem Verhalten abhängig. Durch Verhaltensänderung und durch den Kauf effizienter Geräte kann das optimale Einsparpotential erreicht werden. Allgemein gilt: Schalten Sie ein elektrisches Gerät nur ein, wenn Sie es wirklich brauchen. Beim Kauf eines Neugerätes gilt fast immer: Je größer das Gerät, desto mehr Energieverbrauch! Verzichtern Sie bewusst auf Geräte, die permanent laufen bzw. einen hohen Standby-Verbrauch haben.

Mögliche Einsparungen



Waschen, Trocknen und Bügeln

Nutzen Sie das volle Fassungsvermögen Ihrer Waschmaschine! Legen Sie die Wäsche locker ein und lassen Sie nach oben eine Handbreit Platz.

Waschen Sie immer mit der tiefst möglichen Temperatur und mit möglichst wenig Waschmittel. Statt Kochwäsche 60°-Wäsche, 30° für alles andere.

Benutzen Sie den kürzesten Waschgang für leicht verschmutzte Wäsche. Die Vorwäsche sollte nur bei sehr stark verschmutzten Wäschestücken gewählt werden.

Trocknen Sie Ihre Wäsche nicht im Wäschetrockner. Auf der Wäscheleine oder am Wäscheständer aufgehängt, trocknen die Wäsche auch.

Sowohl feuchte als auch zu trockene Wäsche muss länger gebügelt werden. „Bügelfeucht“ ist daher am besten. Um Energie, Zeit und Geld zu sparen, bügeln Sie nur, was auch unbedingt gebügelt werden muss.



Warmwasser und Badezimmer

Duschen Sie anstatt zu Baden. Duschen verbraucht viermal weniger Energie als Baden.

Drehen Sie das Wasser während des Zähneputzens oder Einseifens ab.

Reparieren Sie tropfende Wasserhähne und sparen Sie damit bis zu 1.500 Liter Trinkwasser pro Jahr.

Begrenzen Sie die Temperatur des Warmwasserspeichers auf 60°C.

Setzen Sie wassersparende Armaturen (Duschkopf) und/oder Durchflussmengenregler ein.

Einhebel- und thermostatgesteuerte Mischarmaturen verringern die Dauer für die Temperaturregelung.

Während Ihres Urlaubs brauchen Sie zu Hause kein Warmwasser. Schalten Sie den Speicher ab.

Selten benutzte Boiler können komplett ausgeschaltet oder mit einer Zeitschaltuhr betrieben werden.

Ladegeräte von elektrischen Zahnbürsten oder Rasierapparaten verbrauchen ständig Energie.



Wohnzimmer und Büro

Stecken Sie Ladegeräte immer aus, wenn diese nicht gebraucht werden.

Verwenden Sie schaltbare Steckerleisten. Mit dem Ein/Aus-Schalter werden beim Abschalten alle angeschlossenen Geräte automatisch vom Stromnetz getrennt.

Schalten Sie alle Geräte bei längeren Pausen und abends immer ganz aus, bzw. nehmen Sie diese vom Netz.

Der Trend zu sehr großen TV-Bildschirmen kann den Strombedarf auf das Doppelte bis Dreifache erhöhen. Achten Sie beim Kauf eines Neugerätes daher immer auf den Energieverbrauch.

Ein Flachbildschirm (LCD) braucht bei gleicher Bildschirmdiagonale bis zu 75 % weniger Strom als ein herkömmlicher Röhrenmonitor. Passen Sie die Bildschirmdiagonale Ihres Fernsehers an Ihre Wohnverhältnisse an. Der Abstand zum Fernsehgerät sollte ca. das Vier- bis Fünffache der Bildschirmdiagonale betragen.

Schalten Sie Drucker, Scanner etc. nur bei Bedarf ein.

Modem und Router sollten nach dem Herunterfahren des PCs bewusst vom Stromnetz getrennt werden.



Beleuchtung

Montieren Sie Leuchten und Lampen dort, wo Sie das Licht auch tatsächlich brauchen.

Ersetzen Sie Glühlampen durch Energiespar- oder LED-Lampen und Halogenlampen durch LED-Leuchten.

Verwenden Sie Deckenfluter nur mit Energiesparlampen. Bei den weitverbreiteten Deckenflutern mit Halogenlampen liegt die Leistung bei bis zu 500 Watt, das sind ca. € 100 pro Jahr! Hochvolt-Halogenspots sind wahre Stromfresser. Die Anschaffung von LED-Spots lohnt sich schon nach kurzer Zeit.



Küche

Überprüfen Sie die Temperaturen von Kühl- und Tiefkühl-schränken: Die optimale Temperatur in Kühlschränken liegt zwischen +5 °C und +7 °C, in Tiefkühl-schränken bei -18 °C. Je kälter, desto höher Ihre Stromkosten!

Tauen Sie Ihre Kühlgeräte regelmäßig ab. Starke Eisbildung ist ein Zeichen für defekte Türdichtungen. 1 cm Eis bedeutet 10 bis 15 % mehr Stromverbrauch!

Stellen Sie Kühlgeräte an einem möglichst kühlen Ort auf: in der Küche nie neben dem Herd oder Backrohr, besser an der Außenwand als an der Innenwand. Tiefkühlgeräte sollten nach Möglichkeit in einem unbeheizten Raum stehen.

Lassen Sie warme Speisen auf Zimmertemperatur abkühlen, bevor sie in den Kühlschrank kommen.

Geschirr spülen von Hand braucht viel mehr Wasser und Energie als die Geschirrspülmaschine.

Verwenden Sie beim Kochen am Herd immer passende Deckel für Ihre Töpfe und wählen Sie die Topfgröße entsprechend der Herdplatte aus. Nutzen Sie die Restwärme von Platten.

Erhitzen Sie Wasser lieber im Wasserkocher als am Herd, das spart Zeit und Geld.

Bei längeren Kochzeiten hilft ein Druckkochtopf Energie zu sparen.

Verwenden Sie beim Backen die Heißluftfunktion. Die Temperatur kann dabei im Vergleich zu Ober-/Unterhitze um 20 °C niedriger gewählt werden, und Sie können mehrere Bleche gleichzeitig einsetzen.

Heizen Sie das Backrohr nur vor, wenn dies unbedingt notwendig ist. Restwärme nutzen.

