

10 Energiespartipps



1. Tipp Keine gekippten Fenster

Richtig ist kurzes Lüften mit weit geöffnetem Fenster (Stoß- oder Querlüftung). Im Winter 3 bis 4x täglich jeweils ca. 5 Minuten, in der Übergangszeit jeweils höchstens 15 Minuten. Während des Lüftens die Heizung abdrehen!

2. Tipp In den meisten Räumen reichen 20 °C

Hierfür bei Heizkörpern die mittlere Reglerstellung (Stufe 2-3) wählen. In Schlafräumen sind 16 °C (Stufe 1-2) ausreichend. Nachts überall auf etwa 16 °C absenken. Eine Überheizung um 1 °C verursacht bereits um 6% höhere Heizkosten. Keine Vorhänge oder zu dicht gestellte Möbelstücke vor den Heizkörpern! Roll- oder Fensterläden nachts schließen. Möglichst keine elektrischen Heizgeräte verwenden! Heizen mit Strom ist die teuerste Möglichkeit Wärme zu erzeugen.

3. Tipp Duschen ist günstiger als Baden

Ein Vollbad benötigt etwa 3x so viel Energie wie das Duschen. Die Temperatur am Warmwassergerät so einstellen, dass nahezu kein Kaltwasser mehr beigemischt werden muss! Während des Einseifens und Haarwaschens Warmwasser abdrehen!

4. Tipp Geschirr nicht unter fließend warmen Wasser abspülen

Im Spülbecken oder in einer Schüssel abspülen, anschließend mit kaltem Wasser nachspülen. Eine Spülmaschine ist dann sparsamer als die Handwäsche, wenn sie voll beladen ist und eine möglichst niedrige Spültemperatur gewählt wird.

5. Tipp 7°C im Kühlschrank reichen aus

Im Winter die Stufe 1, im Sommer die Stufe 2-3 wählen. Unnötiges Öffnen vermeiden! Keine warmen Speisen einstellen! Den Kühlschrank abtauen, wenn die Eisschicht dicker als 1 cm ist! Nicht neben Geräte stellen, die Wärme abstrahlen! Das Lüftungsgitter nicht abdecken!

6. Tipp Bei der Waschmaschine auf Vorwäsche verzichten

Das bringt etwa 20 % Energieeinsparung. Wird statt mit 90 °C und Vorwäsche nur mit 60 °C ohne Vorwäsche gewaschen, beträgt die Einsparung sogar 60%. Immer das ganze Fassungsvermögen der Trommel nutzen! Wasserenthärter verwenden!

7. Tipp Den Elektroherd energiesparend nutzen

Restwärme nutzen und Herdplatte oder Backofen etwa 5 Minuten vor Ende der Gar- bzw. Backzeit abschalten. Beim Kochen den Topfdeckel verwenden, sonst wird 3x soviel Energie benötigt. Der Topf sollte mindestens genau so groß sein wie die Herdplatte. Für kleine Mengen Wasser einen Wasserkocher nutzen.

8. Tipp Geräte ganz abschalten, die nicht benutzt werden

Geräte nicht im Stand-By (Bereitschaftszustand) belassen! Sie verbrauchen unnötig Strom. Wenn das Gerät keinen „richtigen“ Ein-/Ausschalter hat, eine schaltbare Steckdosenleiste verwenden oder den Netzstecker ziehen.

9. Tipp Räume gezielt beleuchten

Lampen dort anbringen, wo das Licht tatsächlich benötigt wird. Die Leistung der Lampen entsprechend dem Lichtbedarf wählen. Licht nicht unnötig brennen lassen! Energiesparlampen verwenden! Halogenlampen sind keine Energiesparer, Deckenfluter sind gar Stromfresser.

10. Tipp Falls neue Geräte angeschafft werden

Nur sparsame Geräte anschaffen! Bei großen Haushaltsgeräten steht die Energieklasse A (bzw. A+++ bei Kühlschränken) für den sparsamsten Verbrauch. Ein kleiner Fernsehbildschirm braucht in der Regel weniger Strom als ein großer!