

ENERGIESPARTIPPS

1. Wärmeenergie sparen

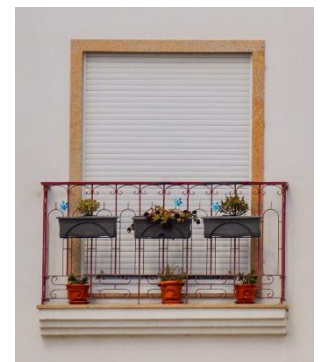
- **Fenster abdichten**

Fenster sollten immer dicht sein. Bei der Besichtigung einer Wohnung lässt sich ein einfacher Test durchführen: Man klemmt ein Blatt Papier zwischen Rahmen und Fensterflügel. Lässt es sich bei geschlossenem Fenster herausziehen, ist das Fenster nicht dicht. Alternativ kann man eine Kerze bzw. ein Feuerzeug vor die Fensterabdichtung halten. Flackert die Flamme, ist das Fenster nicht dicht und sollte neu abgedichtet werden.



- **Jalousien, Vorhänge bzw. Rollos über Nacht geschlossen halten**

Schließen Sie besonders an kalten Abenden Ihre Vorhänge, Rollos und Jalousien, sobald es dunkler wird. Sie sorgen dafür, dass mehr Wärme in der Wohnung/im Haus bleibt.



- **Lüften im Winter**

Anstatt die Fenster nur zu kippen, sollten Sie stets stoßlüften. Das bedeutet, alle Fenster für 5 bis 10 Minuten komplett zu öffnen! Das Stoßlüften sollte im Winter mindestens dreimal täglich durchgeführt werden: morgens nach dem Aufstehen und Duschen, am Nachmittag sowie abends. Wenn Sie tagsüber zuhause sind, sollten Sie vier- oder fünfmal pro Tag im Winter stoßlüften – insbesondere nach dem Schlafen, Duschen und Kochen!



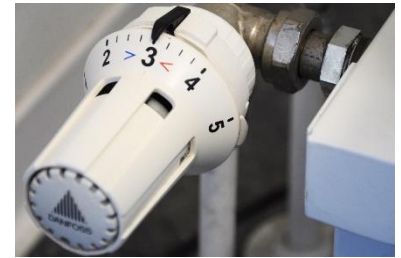
- **Heizkörper entlüften**

Entlüften Sie ihre Heizung, wenn Sie Gluckgeräusche hören. Wenn es gluckert, ist Luft in der Heizung. Was bedeutet, dass die einzelnen Heizkörper nicht optimal und gleichmäßig warm werden. Die Heizung wird dann oft unnötig hochgedreht, weil sie nicht mehr genug Wärme abgibt–das lässt sich durch Entlüften wieder beheben.



- **Raumtemperatur senken**

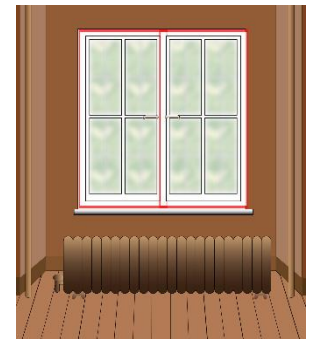
Vermeiden Sie übermäßiges heizen: Jedes Grad weniger spart etwa sechs Prozent Heizenergie! Die Raumtemperatur sollte im Wohnbereich bei 20°C, in der Küche bei 18°C bis 20°C, und im Bad bei 20°C bis 23°C und im Schlafzimmer bei 16°C bis 18°C liegen – auch im Winter!



- **Wärmestau verhindern**

Vor den Heizkörpern sollte sich die erwärmte Luft gut ausbreiten können. Daher sollten sich keine Möbel oder Gardinen unmittelbar vor den Heizkörpern befinden.

Tipp: Bringen Sie zusätzlich hinter der Heizung eine Dämmung an!



2. Strom sparen

- **Wasserkocher statt Herdplatte**

Erhitzen Sie auch das Wasser zum Kochen im elektrischen Wasserkocher. Der ist schneller und benötigt weniger Energie als der Topf auf dem Herd. Das erhitzte Wasser dann in den Topf umfüllen und mit Topfdeckel weiterkochen. So kann man auf einer niedrigeren Herdstufe kochen.



- **LED-Lampen und Energiesparlampen nutzen**

Kaufen Sie LED-Lampen oder Energiesparlampen.



- **Elektronische Geräte ganz ausschalten statt Standby**

Schalten Sie elektronische Geräte vollständig aus: den PC Monitor, wenn Sie zu Tisch gehen, und Ihren Fernseher, wenn Sie zu Bett gehen. Denn Geräte im „Standby-Modus“ verbrauchen Strom. Ziehen Sie Ladegeräte nach Gebrauch aus der Steckdose.

Tipp: Mit abschaltbaren Steckdosenleisten schalten Sie alle angeschlossenen Geräte mit einem einzigen Knopfdruck aus.



- **Elektrogeräte der Klassen A+ bis A+++ kaufen**

Achten Sie beim Kauf von Kühlschränken, Waschmaschinen und anderen Elektrogeräten auf die Effizienzklassen A bis G. Verzichten Sie auf Geräte der Klassen G bis A und kaufen Sie nur A+ bis A+++.



- **Kochen mit Deckel**

Erhitzen Sie Speisen im Topf mit Deckel. Der Inhalt erhitzt sich so schneller – und das bei geringerer Stufe. So wird doppelt Strom gespart.



- **Kühlschranktemperatur 7°C und regelmäßiges Abtauen**

Lebensmittel lagern Sie am besten im Kühlschrank bei 7 °C. Für die Gefriertruhe – die am besten im Keller stehen sollte – reicht eine Temperatur von maximal -18 °C. Kühlschrank und Gefrierfach/Gefrierschrank müssen regelmäßig abgetaut werden!

3. Energiesparen beim Waschen

- **Wäsche mit 30 °C waschen – ohne Vorwäsche**

Bis auf wenige Dinge lassen sich die meisten Wäschestücke gut bei 30°C sauber waschen, was wiederum Energie spart.



- **Wäsche im Sommer auf einem Wäscheständer trocknen lassen**

Lassen Sie Ihre Wäsche an der frischen Luft trocknen oder in einem gut belüfteten Wäschekeller. Insbesondere in den Sommermonaten ist ein Wäschetrockner überflüssig.



- **Sparduschkopf benutzen und Wasser zwischendurch abstellen**

Mit normalen Duschköpfen fließen jede Minute zwischen 14 und 18 Liter warmes Wasser in den Abfluss – Wasser das erhitzt wird und so Energie verbraucht. Die Verwendung eines Sparduschkopfs spart erheblich Wasser, indem er dem Wasserstrahl mehr Luft beimischt. So verringert sich die durchlaufende Wassermenge. Auch während des Einseifens und Shampooieren der Haare sollte das Wasser abgestellt werden.



- **Hände mit kaltem Wasser waschen**

Wer seine Hände mit kaltem Wasser spart, spart doppelt: Energie zum Erwärmen des Wassers sowie Wasser, da man sofort mit dem Händewaschen beginnen kann.

- **Warmwasserkosten insgesamt senken**

12% des Energieverbrauchs wird im Durchschnitt für das Erwärmen von Wasser genutzt. Eine Wassertemperatur von 60 Grad reicht für Bad und Küche völlig aus und ist auch hoch genug, um Keime abzutöten.

