

Unsere Tipps für Sie!

Energiesparen im Haushalt

Mit diesen einfachen Kniffen können Sie im Haushalt eine Menge Energie und damit Geld sparen.

Duschen und Baden

Duschen statt baden: Für ein Vollbad (140 - 180 l) wird etwa dreimal soviel Energie benötigt wie für eine fünfminütige Dusche.



Gute Unterhaltung



Alte Farbfernsehgeräte bei nächster Gelegenheit austauschen. Moderne Fernsehgeräte kommen auf etwa 80 % weniger Energieverbrauch.

Bei älteren Fernsehgeräten verbraucht die ständige Betriebsbereitschaft (Stand-by-Betrieb) pro Jahr etwa 65 Kilowattstunden Strom. Bei neueren Geräten ist es weit weniger. Besser noch: ganz ausschalten!

Fernseher und Radio müssen nicht den ganzen Tag laufen. Ständige "Berieselung" kostet nur Geld und Nerven. Öfter mal abschalten!



Kühlen und Gefrieren

Am wenigsten Strom brauchen Gefriergeräte in ungeheizten, gut belüfteten Räumen (z.B. Keller).

Kühl- und Gefriergeräte nicht neben Herd oder Heizung stellen und vor Sonneneinstrahlung schützen.

Halten Sie die Lüftungsgitter bei Stand- und Unterbaugeräten frei, damit die Abwärme rasch abgeführt wird.

Überprüfen Sie die Lagertemperaturen: Im Kühlschrank reichen 7°, im Gefriergerät minus 18°.



Nur abgekühlte und zugedeckte Lebensmittel in den Kühlschrank stellen. Nur abgekühlte und richtig verpackte Lebensmittel einfrieren. Das vermeidet Reifbildung im Kühl- oder

Gefrierschrank.

Gute Übersicht in den Kühl- und Gefriergeräten schaffen: Langes Suchen bei geöffneter Tür kostet Energie und Geld.

Beschädigte Türdichtungen sofort auswechseln.

In der Gebrauchsanweisung des Gefriergerätes steht, welche Mengen Sie auf einmal einfrieren können. "Super"-Schaltung nur einstellen, wenn Sie sehr große Mengen einfrieren.

Am sparsamsten arbeitet eine Gefriertruhe, die zu 70 % gefüllt ist. Einige Gefriertruhen haben für halbe Füllungen eine Sparschaltung. Nicht genutzten Gefrierraum z.B. mit Styroporblöcken ausfüllen!

Regelmäßiges Abtauen spart Geld und Energie.

Bevor Sie in den Urlaub fahren, stellen Sie Ihren Kühlschrank auf die kleinste Stufe oder schalten Sie ihn aus. Im zweiten Fall muß die Tür geöffnet bleiben, sonst droht Schimmelbildung.

Tropfende Hähne sofort reparieren. Nur zehn Tropfen pro Minute ergeben monatlich 170 l verschwendetes Wasser.

Waschen und Trocknen



Vorwäsche ist nur bei stark verschmutzten Textilien nötig.

Temperaturen senken: Für normal verschmutzte Kochwäsche "Energiesparprogramm" oder 60° wählen.

Waschen Sie erst, wenn die Maschine voll ist. Das Fassungsvermögen bezieht sich auf Koch- und Buntwaschprogramme. Bei Feinwäsche 1,5 bis 2 kg pro Trommelfüllung.

Müssen Sie mal kleinere Mengen separat waschen, dann "1/2-Programm". Aber: Zweimal 1/2-Programm verbraucht mehr Strom und Wasser als einmal Normalprogramm.



Bevor Sie die gesamte Waschmaschinenfüllung in den Trockner geben, gut schleudern! Möglichst 1200, mindestens 800 Umdrehungen pro Minute.

Den richtigen Trocknungsgrad wählen! Wäsche, die nur bügelfeucht zu sein braucht, vorzeitig herausnehmen.

Säubern Sie nach jedem Trocknen den Luftfilter (Flusensieb). Sonst verlängern sich die Trocknungszeiten.

Verheizen Sie Ihr Geld nicht unnötig



Heizkörper müssen frei stehen, damit sie die ganze Wärme ungehindert an den Raum abgeben können.

Nachts die Temperatur absenken, den Raum aber nicht völlig auskühlen lassen.

Geschlossene Roll- und Fensterläden, auch Vorhänge, die das Fenster, aber

nicht den Heizkörper verdecken, halten Kälte sowie Zugluft ab und verhindern ein schnelles Entweichen der Wärme.

Fenster und Türfugen abdichten. Auf diese Weise kann man bis zu 5 % Heizenergie sparen.

Richtig lüften: Die Fenster kurze Zeit weit öffnen. Dauerhaft gekippte Fenster lassen viel Wärme hinaus, aber nur wenig Frischluft herein.

Spülen

Geschirrspüler immer voll beladen. Bei Strom- und Wasserverbrauch pro Spülung macht es keinen Unterschied, ob die Maschine halb oder voll beladen ist.

Kaltes oder warmes Vorspülen von Hand ist überflüssig.

Für weniger verschmutztes Geschirr reicht das Kurz- oder Sparprogramm aus. Ersparnis gegenüber dem Normalprogramm etwa 20 %.

Preiswerter Kochen und Backen

Stimmen Durchmesser von Topf- oder Pfannenboden mit der Herdplatte überein, wird die Wärme optimal übertragen? Sie verschonen 30 % der eingesetzten Energie, wenn Sie einen Topf mit einem Durchmesser von 15 cm auf einer 18 cm großen Kochplatte erhitzen.



Achten Sie auf ebene Topf- oder Pfannenböden.

Schließen Sie Kochtopf und Pfanne stets mit einem passenden Deckel.

Nach dem Ankochen bei voller Leistung rechtzeitig auf die erforderliche Dauertemperatur zurückschalten.

Stellen Sie Kochplatten oder -zonen vor Ende der Garzeit ab. Die Restwärme hält einige Minuten vor.

"Dippegucke" kostet Energie: den Deckel so lange wie möglich auf dem Topf lassen.



Nutzen Sie Ihren Backofen voll aus. Bei Ober- und Unterhitze können Sie auf einer Ebene gleichzeitig zwei Kuchen unterbringen. Bei Betrieb mit Umluft mehrere Ebenen belegen.

Tips für die Hausfrau und den Hausmann

Backofen nur in Ausnahmefällen vorheizen.

Was dem Topfdeckel recht ist, ist auch der Backofentür nur billig: beim Backen, Braten und Grillen möglichst selten öffnen.

Bei langer Back- und Bratdauer die Nachwärme nutzen - sie reicht für fünf bis zehn Minuten.

Kaffee kochen mit der Kaffeemaschine ist energiesparender.



Wasser kochen auf dem Herd macht den Muntermacher um etwa 50 % teurer.

Wer die Frühstückseier im Topf kocht, braucht 50 % mehr Energie als der Nutzer eines elektrischen Eierkochers.



Zum Erwärmen und Garen von kleineren Portionen benötigt die Mikrowelle weniger Strom als die Herdplatte.

Energiesparen auch beim Licht

Eine Energiesparlampe mit 20 Watt Leistung liefert die gleiche Helligkeit wie eine herkömmliche "Glühbirne" mit 100 Watt. Verwenden Sie Energiesparlampen dort, wo sie mindestens zwei Stunden oder länger leuchten. Häufiges Ein- und Ausschalten verkürzt die Lebensdauer.

