

# 10 Energiespar-Tipps

Heizen, Warmwasser und Strom werden durch steigende Energiekosten bis zu 70 % teurer. Wie Sie den Energiebedarf in Ihrer Wohnung senken können und so nicht nur den CO<sub>2</sub>-Ausstoß verringern sondern auch Geld sparen, verraten Ihnen unsere 10 Energiespar-Tipps.

1

## Heizung runter drehen

Im Winter braucht es keine sommerlichen Temperaturen in Ihrer Wohnung. Jedes Grad Raumtemperatur mehr verteuert die Heizkostenrechnung. Die Raumtemperatur sollte im Wohnbereich möglichst nicht mehr als 20 °C betragen. In der Küche und im Schlafzimmer reichen bereits 17-18 °C aus.

## Thermostat richtig einsetzen

Über das Thermostatventil der Zentralheizungen kann die Raumtemperatur händisch gesteuert werden. Wenn die Raumluft die gewünschte Temperatur erreicht hat, stoppt das Ventil die Zufuhr heißen Wassers, ohne dass Sie nachregeln müssen. Deshalb kann es sein, dass sich der Heizkörper dann nur noch lauwarm bis kalt anfühlt. Wenn die Temperatur im Raum sinkt, erhitzt sich der Heizkörper wieder von selbst. Sie brauchen nicht hochdrehen. Damit das Thermostatventil richtig arbeiten kann, benötigt es eine direkte Verbindung zur Raumluft. Hängen Sie also bitte keine Vorhänge direkt vor die Heizkörper und stellen Sie keine Möbel davor.

2

3

## Sinnvoll Heizen und Lüften

Für ein gesundes Raumklima, niedrigere Heizkosten und trockene Wände können Sie durch richtiges Heizen und Lüften selbst sorgen – und so auch Schimmel vorbeugen. Lüften Sie viermal täglich 5-10 Min. Stoßlüften mit offenem Fenster, kippen Sie es nicht. Schalten Sie die Heizung während des Lüftens aus (gilt nicht für Fußbodenheizung).

## Lufttrocknen statt Trockner

Gut für die Umwelt, gut für Ihre Kleidung und gut für Ihren Geldbeutel: Im Sommer, wenn es warm und trocken ist, lassen sich Textilien schnell und gratis an der frischen Luft trocknen. Das spart Stromkosten und ist zudem gut für unser Klima.

4

5

## Auf LED umstellen

LED-Lampen verbrauchen sehr wenig Strom und sind äußerst langlebig. Die im Vergleich zu anderen Leuchtmitteln höheren Anschaffungskosten machen sich so schnell bezahlt. Schon nach ungefähr einem halben Jahr haben sich die Kosten für LEDs ausgeglichen. Ab dann sparen Sie Energie und Geld.



### Standby-Modus vermeiden

Viele Haushaltsgeräte verbrauchen durchgehend Strom - obwohl Sie sie gar nicht nutzen. Verzichten Sie daher auf den Standby-Modus bei Fernsehern, Computern und Spielkonsolen, nehmen Sie Ladekabel und Akkulader vom Netz und installieren Sie für schwer zugängliche Stecker Funksteckdosen um Ihren Stromverbrauch zu senken.

### Füllmengen voll nutzen



Ob Waschmaschine oder Geschirrspüler: Beides sollten Sie nur nutzen, wenn die Füllmenge erreicht ist. Denn egal wie voll oder leer Ihr Gerät ist, der Energie und Wasserverbrauch bleibt der selbe. Spülen Sie einzelne Sachen lieber von Hand und warten Sie, bis der Wäschekorb voll für eine ganze Ladung ist.



### Kühlschrank und Gefriere richtig einstellen

Stellen Sie die Temperatur Ihres Kühlschranks auf 7 °C im oberen Fach ein. Bei Ihrer Gefriere reichen -18 °C aus. Tauen Sie beides regelmäßig ab: Je mehr Eis sich im Inneren befindet, desto mehr Strom benötigen die Geräte. Stellen Sie daher auch keine heißen und dampfende Lebensmittel sondern nur abgekühlte hinein, um weitere Eisbildung zu vermeiden.

### Wasserkocher oder Herd?



Entscheidend ist der Verwendungszweck und die Menge an Wasser, die erhitzt werden soll: Wer nur heißes oder kochendes Wasser für einen Tee benötigt, ist mit dem Wasserkocher besser bedient. Wer Nudeln kochen will, sollte das Nudelwasser dagegen direkt im Kochtopf erhitzen.



### Energieeffizienter kochen und backen

Herd und Ofen bieten viele Energiespar-Möglichkeiten: So sollten Topf und Pfanne nie kleiner sein als die genutzte Platte. Backrohr und Kochfeld können fünf bis zehn Minuten vor Ende der Gar- bzw. Backzeit ausgeschaltet und so die Restwärme genutzt werden. Abgesehen von ein paar speziellen Rezepten ist auch ein Vorheizen in der Regel nicht nötig.

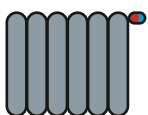
## Wussten Sie, dass...



**... 41,1 Prozent des in Deutschland produzierten Stroms aus erneuerbaren Energiequellen stammt.**



**... 127 Liter Trinkwasser täglich pro Kopf in Deutschland verbraucht werden.**



**... 86 Prozent des Energieverbrauchs in Ihrer Wohnung durch Heizen und Warmwasser verursacht wird.**

