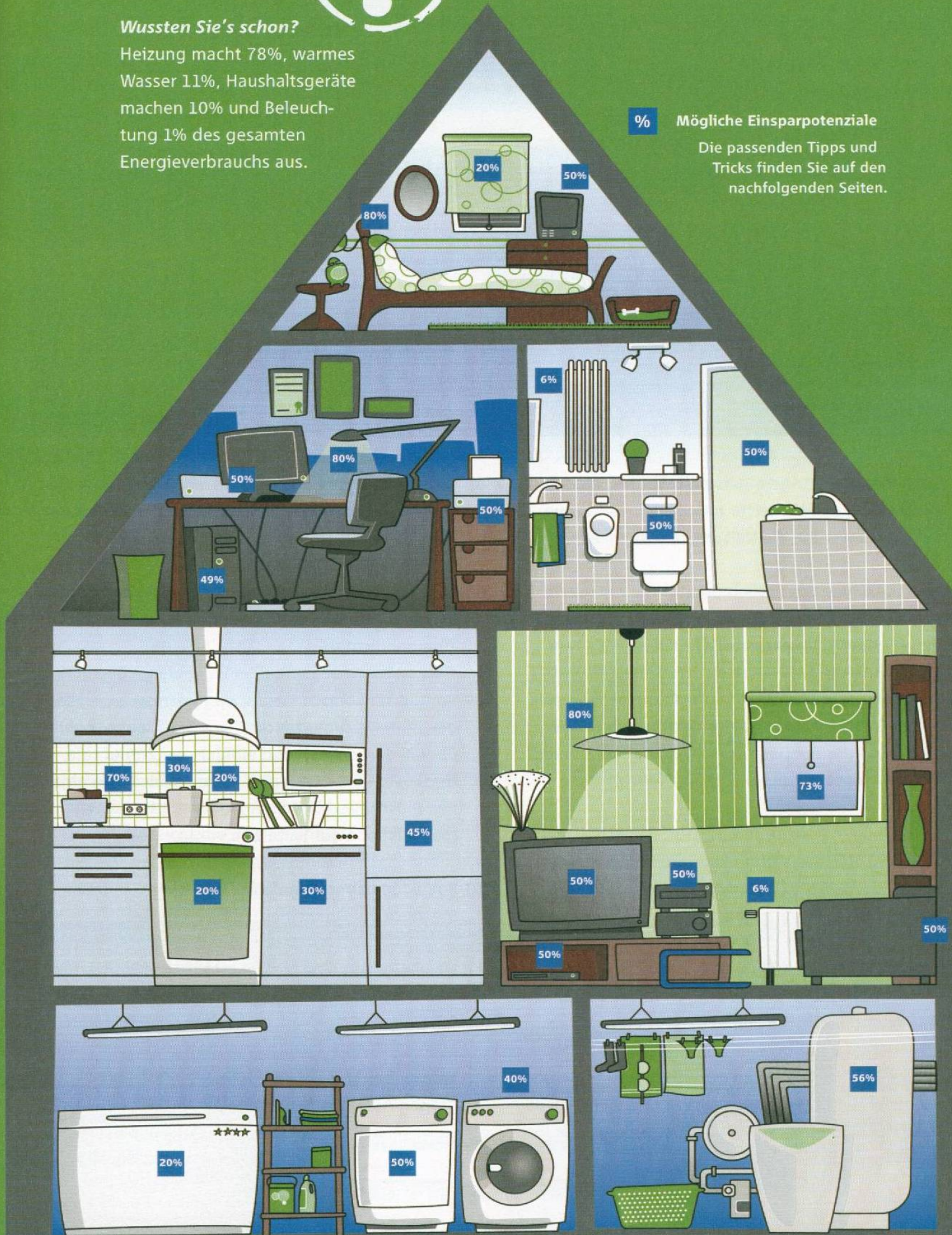




Wussten Sie's schon?

Heizung macht 78%, warmes Wasser 11%, Haushaltsgeräte machen 10% und Beleuchtung 1% des gesamten Energieverbrauchs aus.

% Mögliche Einsparpotenziale
Die passenden Tipps und Tricks finden Sie auf den nachfolgenden Seiten.



Die Energiespar-Top 50

Nicht kleckern, klotzen: Je mehr der folgenden Energiespartipps Sie beherzigen, desto mehr Energie – und damit bares Geld – können Sie sparen. Fangen Sie an, am besten gleich heute!

1. Eine um 1°C niedrigere Heiztemperatur spart 6 % Heizenergie ein. Vielleicht tut es auch der warme Pullover, bevor Sie die Heizung hochdrehen?
2. Nachts können Sie die Temperatur um bis zu 5°C absenken, die Drosselung kann bereits zwei Stunden vor dem Schlafengehen beginnen.
3. Auch tagsüber können einzelne Räume kühler sein – halten Sie die Türen zu diesen geschlossen. Allerdings darf die Temperatur nicht dauerhaft zu niedrig sein, sonst werden die Räume feucht.
4. Jeder Raum hat seine Temperatur: Das Schlafzimmer bei 16°C, das Wohn-, Ess- und Kinderzimmer bei 18°C bis 21°C. Im Bad braucht es nur morgens und abends wärmer zu sein.
5. Lüften Sie richtig: Mehrmals am Tag kräftig für wenige Minuten. Sie haben dann frische Luft, aber Wände und Böden kühlen in dieser Zeit nicht aus.
6. Stellen Sie die Heizung nicht mit Möbeln zu, lassen Sie keine Gardinen vor der Heizung hängen. Nur so kann der Thermostat die Raumtemperatur erfassen.
7. Undichte Fenster und Türen können große Wärmeverluste bringen. Mit einer brennenden Kerze kommen die den Wärmelecks auf die Spur.
8. Mit selbstklebenden Dichtungsbändern können Sie nicht nur Fenster, sondern auch Spalten unter Türen abdichten.
9. Vor die Tür können Sie als Wärmefänger einen sogenannten „Zugluftdackel“ aus Stoff legen. Er hilft überall dort schnell und einfach, wo Zugluft die Heizkosten unnötig in die Höhe treibt.
10. Rollläden halten ebenfalls die Wärme. Schließen Sie diese bei Dunkelheit.
11. Einzelne Räume gezielt temperieren: Mit elektronischen Heizkörperreglern können Sie raumweise Temperaturen steuern. So können Sie nachts, aber auch bei längerer Abwesenheit tagsüber nach Maß heizen. Solche Regler können Sie selbst ohne großen Aufwand einbauen.
12. Baden statt Duschen erhöht den Energieverbrauch deutlich. Das Heißwasser eines Vollbades reicht für 3 x Duschen. Ein Vollbad kostet etwa 83 Cent (Strom und Wasser), eine Dusche 40 Cent.
13. Mit Mischbatterien oder mit Thermostatbatterien, an denen Sie die Temperatur vorwählen können, nutzen Sie das warme Wasser in jedem Fall sparsamer.
14. Benutzen Sie einen Sparduschkopf, der den Warmwasser- und damit den Energieverbrauch um 50 % reduziert.
15. Lassen Sie warmes Wasser nicht unnötig laufen, zum Beispiel beim Zähneputzen – und bringen Sie dies auch Ihren Kindern frühzeitig bei.
16. Haben Sie eine eigene Therme, so schalten Sie die Warmwasserbereitung vor der Fahrt in den Urlaub aus.
17. Im Sommer ist die Erwärmung des Wassers mittels einer Solaranlage besonders günstig. Im Winter reicht die Sonnenenergie dafür nicht aus. Für den Einbau solarthermischer Anlagen gibt es Fördergelder im Rahmen des Umsteller-Programms bis 31.12.2009.
18. Verzichten Sie auf intensives Vorspülen unter heißem Wasser. Es genügt, grobe Speisereste vom Geschirr zu entfernen, bevor man es in den Geschirrspüler gibt.
19. Schalten Sie den Geschirrspüler nur ein, wenn er ganz gefüllt ist. Fast immer reicht das Sparprogramm, das mit 55°C spült. Sie heizen das Wasser damit weniger auf und sparen bis zu 25 % Strom.

20. Achten Sie auch beim Kauf eines Geschirrspülers auf das Energielabel: Geräte der Effizienzklasse A kommen mit weniger Wasser und Strom aus.
21. Kein zu heißes oder zu kaltes Wasser mehr am Waschbecken oder in der Dusche, dazu 20 % Energieersparnis: Elektronisch gesteuerte Durchlauferhitzer liefern genau das heiße Wasser, das benötigt wird. Und sie sparen Wasser, denn die Wunschtemperatur ist schneller erreicht.
22. Lassen Sie beim Kochen den Deckel auf dem Topf. Ohne Deckel entweicht die Wärme und es wird unnötig Energie verschwendet.
23. Für das Dünsten von Gemüse reicht eine kleine Menge Flüssigkeit völlig aus. Dadurch spart man Energie und schont zugleich die Vitamine.
24. Gekochte Speisen vor dem Aufbewahren gut abkühlen lassen, bevor man sie in den Kühlschrank oder in die Gefriertruhe stellt. So wird die Eisbildung vermindert und clever Strom gespart.
25. Platzieren Sie Kühlgeräte nicht neben Backofen oder Heizung. Auch in der prallen Sonne verbrauchen die Geräte mehr Strom, um die Temperatur zu halten.
26. Eine Energiesparlampe verbraucht 80 % weniger Strom – bei 10.000 Stunden Brenndauer bringt das bei einer 20-Watt-Energiesparlampe (= 100-Watt-Glühlampe) eine Ersparnis von mindestens 70 €. Zudem wird die Umwelt mit 288 kg weniger CO₂ belastet.
27. Wählen Sie die Temperatur im Kühlschrank nicht zu niedrig: 7°C reichen zum Frischhalten von Lebensmitteln, im Gefrierfach sollte es nicht kälter als -18°C sein.
28. Ist Ihr Kühlschrank auch wirklich zu? Wenn er nicht richtig schließt, steigt der Stromverbrauch stark an. Zum Testen der Dichtungen legen Sie einfach am Abend, wenn es dunkel ist, eine eingeschaltete Taschenlampe in den Kühlschrank, schließen ihn und prüfen, ob Lichtstrahlen zu sehen sind.
29. Einrisse in Dichtungen von Kühl- und Gefriergeräten führen zu einem höheren Stromverbrauch. Ersatzdichtungen erhalten Sie über den Fachhandel.
30. Wo es sinnvoll ist, sollten Sie eine defekte Glühlampe durch eine Energiesparlampe ersetzen. Mittlerweile gibt es sie auch in Orange und Terrakotta.
31. Das größte Energiesparpotenzial haben Leuchtstofflampen (praktisch die große Form der Energiesparlampe). Sie können dauerhaft leuchten und empfehlen sich deshalb für viel genutzte Arbeitsbereiche.
32. Verteilen Sie in großen Räumen die Lichtquellen so, dass Sie einzelne Raumteile unabhängig voneinander beleuchten können.
33. Halogenniedervoltstrahler sind keine Sparlampen – und geben nur punktuell Licht. Wird ihr Trafo nicht mit dem Lichtschalter ausgeschaltet, zieht er immer Strom.
34. Beim Wäschewaschen der beste Tipp: Reduzieren Sie die Waschtemperatur! Im Internet finden Sie einen „Waschrechner“, mit dem Sie einfach berechnen können, wie sich Ihr Waschverhalten auf die Stromrechnung auswirkt: www.haushaltstechnik.uni-bonn.de/waschtag.
35. Waschen Sie leicht verschmutzte Wäsche mit niedrigeren Temperaturen ohne Vorwaschprogramm.
36. Füllen Sie die Maschine – außer bei Fein- und Wollwäsche - immer möglichst voll. An die Spartaste denken, sofern die Maschine darüber verfügt.
37. Entfernen Sie Flecken sofort. Hartnäckige Schmutzflecken mit Gallseife vorbehandeln oder Wäsche einweichen.
38. Halogenstrahler sind „Stromfresser“ – das ist sofort an der großen Wärmeabstrahlung zu spüren. Und auch im ausgeschalteten Zustand zieht der Transformator noch Strom.
39. Ein heller Raum benötigt weniger Licht: Ein Renovierungstipp mit Langzeitwirkung beim Energieverbrauch.

40. Mit einem Strommessgerät können Sie den Verbrauch jedes Gerätes ermitteln, das über eine Steckdose mit Strom versorgt wird. Kostenloses Leihgerät erhältlich bei Ihren Stadtwerken Ahlen.
41. Wäsche vor dem Trocknen gründlich schleudern. Wenn Sie mit 1.200 statt 800 Umdrehungen schleudern, verbraucht der Trockner ein Drittel weniger Energie.
42. Vermeiden Sie bei der Zeitsteuerung zu lange Trocknungszeiten. Es schadet der Wäsche und kostet unnötig Energie.
43. Falls Sie gleich nach dem Trocknen zum Bügeln kommen, Bügelwäsche im Trockner nur „bügelfeucht“ trocknen.
44. Entfernen Sie nach jedem Trocknungsgang die Flusen im Luftfilter des Geräts und leeren Sie, wenn vorhanden, den Kondenswasserbehälter.
45. Bestes Mittel gegen den Stand-by-Verbrauch von Fernseher und Computer: Eine schaltbare Steckerleiste. Sie garantiert, dass „aus“ wirklich „aus“ ist. Oder nutzen Sie den „Powersafer“ – dann können Sie trotz Ausschaltens die Fernbedienung nutzen.
46. Nutzen Sie an Computer und Peripherie die Stromsparfunktionen: Prüfen Sie, ob das automatische Powermanagement aktiviert ist.
47. Schalten Sie Drucker und Scanner erst an, wenn die Geräte zum Einsatz kommen – oft werden diese Geräte stundenlang nicht benötigt, laufen aber trotzdem mit.
48. Bildschirmschoner sollen möglichst dunkel sein, um weniger Energie zu schlucken. Achten Sie darauf, dass die Stand-by-Funktion aktiviert ist.
49. Plasmafernseher erzeugen ihr brillantes Bild mit viel Strom.
50. Lassen Sie leere Ladegeräte für Handys und Akkus nicht in der Steckdose, denn sie ziehen immer Strom.

