



## „SPARSCHWEINTIPPS“ in Sachen: Strom



STABILE Preise • GÜNSTIGER Strom • EINFACHER Wechsel

### STROMSPARTIPPS

#### STAND-BY

- Moderne Geräte benötigen im Stand-by-Modus oft weniger als 1 Watt. Aber aufs Jahr gerechnet addiert sich das enorm – besonders dann, wenn mehrere Geräte beispielsweise den ganzen Tag auf Stand-by-Modus geschaltet sind.
- Ein Fernseher z. B. verbraucht allein im Stand-by-Betrieb rund 58 kWh Strom im Jahr. In einem durchschnittlichen Haushalt summiert sich dieser Bereitschaftszustand für verschiedene Geräte auf fast 500 kWh jährlich. Allein damit werden (bei 20 Cent pro kWh) rund 100 Euro Stromkosten vergeudet und darüber hinaus ca. 325 Kilogramm des Treibhausgases Kohlendioxid an die Umwelt abgegeben.
- **Einfach den Netzstecker ziehen!** Das ist die einfachste und wirksamste Methode, diesen „heimlichen Stromklau“ zu vermeiden. Eine gute Alternative: Sie leisten sich eine **schaltbare Steckerleiste**, die gleichzeitig alle angeschlossenen Geräte von der Stromzufuhr trennt.

#### WARMWASSER

- Sie sparen rund 10 Prozent Strom, wenn Sie elektronisch geregelte Durchlauferhitzer statt herkömmlich gesteuerte Heizgeräte verwenden.
- Weniger Warmwasser spart Energie! Deshalb lieber duschen statt baden. Sie sparen rund 80 Prozent Wasser und entsprechend viel Strom.
- Am Warmwasserspeicher geringere Temperatur wählen – zum Beispiel 65°C statt 85°C.
- Alte, ineffiziente Umwälzpumpe eventuell austauschen. Der Energieberater Ihrer Verbraucherzentrale informiert Sie über die für Sie optimale Lösung.

#### LICHT

- Herkömmliche Glühbirnen nutzen nur 5 Prozent des Stromverbrauchs für Licht. Die restliche Energie geht als Wärme verloren. Energiesparlampen (oder auch Kompaktleuchtstofflampen) verbrauchen nur ein Fünftel so viel Strom – bei gleicher Leistung und bis zu achtfach längerer Brenndauer! Der höhere Preis zahlt sich deshalb schnell aus.
- Gleiche Helligkeit trotz weniger Verbrauch.
- Tauschen Sie Glühbirnen gegen Energiesparlampen aus:  
Für gleiche Helligkeit sorgen:  
**Glühbirne » Energiesparlampe**  
40 Watt » 7 bis 9 Watt  
60 Watt » 11 bis 16 Watt  
75 Watt » 15 bis 20 Watt  
100 Watt » 20 bis 23 Watt

## WASCHEN & TROCKNEN

- Nutzen Sie das Fassungsvermögen vollständig aus. So werden Strom und Wasser effektiv genutzt. Bedenken Sie: Zweimal waschen im Sparprogramm verbraucht rund 50 Prozent mehr Strom – und mehr Wasser!
- Leicht verschmutzte Wäsche nur mit 30 ° C waschen. Gegenüber einer 60 ° C-Wäsche sparen Sie mindestens 30 Prozent Strom!
- Stark verschmutzte Wäsche wird meist auch mit 60° C vollkommen rein. Stromersparnis ca. 30 Prozent.
- Verzichten Sie auf die Vorwäsche – vor allem bei nur wenig verschmutzter Wäsche. Sie sparen ca. 10 Prozent Strom! Und zusätzlich Wasser.

## SPÜLEN

- Spätestens dann, wenn aus dem Single-Haushalt eine Familie wird, lohnt sich die Anschaffung eines Geschirrspülers. Optimale Spülergebnisse und größtmögliche Sparsamkeit können sich dabei sauber und sinnvoll ergänzen.
- Achten Sie auch beim Geschirrspüler auf die Energieeffizienzklasse. Dann können Sie mit etwa nur 13 l Wasser- und nur rund 1 kWh Stromverbrauch pro Spülgang sparen. Der gleiche Abwasch von Hand benötigt etwa das Doppelte an Wasser und Energie!
- Wirtschaftlich spülen Sie nur bei voll beladenem Gerät. Bei meist nur geringem Spülbedarf lohnt sich ein kleinerer Geschirrspüler.
- Für nur leicht verschmutztes Geschirr genügt ein 50 ° C-Spülprogramm. Das spart Energie und entlastet die Umwelt.
- Ob sich ein Warmwasseranschluss lohnt, hängt beispielsweise von der Länge der Zuleitung ab. Ihre Verbraucherzentrale berät Sie.

## KOCHEN

- Glaskeramik-Kochfelder sparen gegenüber Gussplatten 10 Prozent Strom, weil weniger Energie beim Vor- und Nachwärmen verloren geht.
- Zusätzlich 20 Prozent schneller und sparsamer ist der Induktionsherd, weil die Wärme direkt in den Boden des Kochtopfs übertragen wird. Sie benötigen dazu passendes Kochgeschirr.
- Schalten Sie die Herdplatten kurz vor Beendigung des Kochvorgangs ab. Die Restwärme können Sie sinnvoll nutzen – und bis zu 10 Prozent sparen.
- Verwenden Sie Töpfe mit ebenem Boden. Sie nehmen die Energie am effektivsten auf.
- Kochen Sie im geschlossenen Topf. Schräg aufliegende Deckel verursachen beim Fortkochen die 3- bis 4-fache Menge Strom!

## KÜHLEN

- Stellen Sie Kühl- und Gefriergeräte in möglichst kühler Umgebung auf – **keinesfalls in die Nähe von Herd oder Heizung.**
- Schon eine nur 1 ° C geringere Raumtemperatur spart ca. 4 Prozent Strom beim Gefriergerät und ca. 8 Prozent beim Kühlgerät.
- Beim Gefriergerät genügen –18 ° C als Lagertemperatur. Schon bei – 20 ° C wird 5 – 8 Prozent mehr Strom verbraucht.
- Speisen kurz abkühlen lassen, bevor sie in den Kühlschrank kommen. Und die Tür nur kurz öffnen. Das spart beachtlich Strom!

## **Ihr Bollwerk**