

Tipps zum Energiesparen im Alltag

Sparsamkeit ist eine verbreitete Tugend in Deutschland. Die Argumente sind leicht nachzuvollziehen. Zu allererst macht sich Sparen im eigenen Portemonnaie bemerkbar. In der aktuellen Krisenzeit kommen gewichtige Argumente hinzu: Energiesparen ist ein wertvoller Beitrag für den Klimaschutz. Zugleich vermindert es die Abhängigkeit von fossilen Brennstoffen und somit von Russland.

Energiekosten können an vielen Stellen gespart werden – in Küche, Bad, Büro und im Heizungskeller. Notwendig dazu sind manchmal lediglich Verhaltensänderungen. Aber auch technische Anpassungen und der Austausch von Haushaltsgeräten können den Energieverbrauch senken.

Private Haushalte verbrauchen nach Angaben der gemeinnützigen Beratungsge-

sellschaft co2online 27 Prozent der elektrischen Energie für Informationstechnik wie Telefon, Fernsehen und Unterhaltungselektronik, 17 Prozent für Kühl- und Gefriergeräte, 13 Prozent beim Waschen und Trocknen, elf Prozent beim Kochen, neun Prozent für Licht, sieben Prozent beim Geschirrspülen und 16 Prozent für Sonstiges.

Diese Liste gilt für einen durchschnittlichen Haushalt. Die individuellen Unterschiede können groß sein. Ländlich gelegene Haushalte in Schleswig-Holstein, auf den nordfriesischen Inseln und Halligen betreiben häufig eine umfangreiche Vorratswirtschaft – oft mit älteren Gefriertruhen, die reinste Energiefresser sein können. Andere Haushalte verfügen vielleicht über jede Menge Kommunikationstechnik, die ständig im Stand-by-Modus läuft.

Die wichtigsten Tipps, um den Energieverbrauch von Haushaltsgeräten zu senken:

> *Prüfen Sie die Temperatur in Ihrem Kühlschrank: Sieben Grad reichen aus, um Lebensmittel länger frisch zu halten. Lassen Sie die Kühlschranktür nicht unnötig offen stehen.*
>
> *Laden Sie Ihre Waschmaschine möglichst mit der maximal zulässigen Menge Wäsche. Nutzen Sie öfter das Energiesparprogramm. Damit sparen Sie gleichzeitig Wasser und Strom. Oft reichen 30 Grad, um Wäsche sauber zu bekommen. Waschen Sie nur Bettwäsche und Handtücher bei 60 Grad oder mehr.*
>
> *Nutzen Sie, wann immer es möglich ist, die gute alte Wäscheleine oder einen Wäscheständer zum Trocknen der Wäsche. Achten Sie darauf, dass die feuchte Raumluft gut entweichen kann oder trocknen Sie an der frischen Luft.*
>
> *Backen Sie in Ihren Backofen mit Umluft statt mit Ober- und Unterhitze. Das ist energiesparender. Außerdem können Sie so auf mehrere Ebenen gleichzeitig backen.*
>
> *Tauen Sie Ihren Gefrierschrank regelmäßig ab. Eine ein Zentimeter dicke Eisschicht verdoppelt den Energieverbrauch.*
>
> *Verwenden Sie beim Kochen Töpfe, die auf das Kochfeld passen und nutzen Sie einen Deckel. Kochen Sie mit wenig Wasser. Das spart Zeit und Strom und schont die Vitamine.*

Ersetzen Sie alte Leuchtmittel durch LED-Lampen – auch die alten Energiesparlampen.

Erhitzen Sie im Wasserkocher immer nur so viel Wasser, wie Sie wirklich brauchen. Übrigens: Wasser im Wasserkocher zu erhitzen, ist deutlich energiesparender als auf dem Herd.

Wählen Sie in Ihrem Computer für Sie geeignete Einstellungen für Ruhezustand und Energiesparmodus. Nutzen Sie, wenn möglich, statt eines PCs einen Laptop.

Vermeiden Sie bei allen Haushaltsgeräten den Standby-Modus. Schalten Sie Geräte mit einer Steckerleiste komplett aus.

Achten Sie beim Neukauf von elektrischen Haushaltsgeräten auf die Effizienzklasse. Eine neue Geschirrspülmaschine verbraucht durchschnittlich 30 Prozent weniger Strom als eine zehn Jahre ältere.

Haben Sie Fragen dazu, wie Sie Ihr Eigenheim effizient einrichten und umbauen können?

Kontaktieren Sie uns ganz unverbindlich.
Wir beraten Sie gern.

Das könnte Sie auch interessieren: Jetzt Energie sparen: Richtig heizen und lüften