

So helfen Sie (sich) beim Energiesparen

Mit einfachen Tricks können Sie beim Sparen von Strom, Wasser und Heizung helfen. Wahrscheinlich kennen Sie viele Tipps schon, aber riskieren Sie trotzdem einen Blick:

Wohnräume

Heizung

- ⑤ permanent auf geringem Niveau heizen, d. h.
- ⑤ Räume nicht auskühlen lassen: nachts und beim Verlassen der Wohnung Heizung nicht ausstellen, nur etwas herunterdrehen
- ⑤ bei längerer Abwesenheit Heizung weiter herunter drehen, aber nicht komplett aus
- ⑤ verschiedene Heizsysteme in den Wohnanlagen beachten (Hinweise beim Einzug)
- ⑤ Heizkörper nicht verdecken: keine langen Vorhänge oder Gegenstände am Heizkörper platzieren



Lüften

- ⑤ keine angekippten Fenster, statt dessen mehrmals am Tag
 1. Heizung ausdrehen
 2. Fenster ganz öffnen für ca. 10 bis 15 Minuten, bei Frost 2 bis 3 Minuten
 3. falls möglich, quer lüften, d. h. andere Fenster in Wohnung gleichzeitig öffnen
 4. Fenster wieder zu, Heizung einstellen wie vorher (nicht auf Maximum drehen)



Licht und Heimelektronik

- ⑤ Licht ausschalten beim Verlassen eines Raumes
- ⑤ Licht und alle Elektrogeräte abschalten, wenn Wohnung verlassen wird
- ⑤ Tageslicht nutzen, d. h. Vorhänge aufziehen statt Licht anschalten
- ⑤ Elektrogeräte nicht auf Stand-by, besser schaltbare Steckdose verwenden
- ⑤ sparen mit dem PC:
 - keinen Bildschirmschoner verwenden, besser Bildschirm automatisch ausschalten
 - wenn PC stundenlang nicht verwendet wird, ausschalten oder zumindest Energiesparmodus verwenden
 - Helligkeit des Bildschirms reduzieren
- ⑤ Ladegerät fürs Handy nicht in der Steckdose lassen, nach Ladevorgang herausziehen
- ⑤ auch bei anderen Geräten Netzstecker ziehen, besonders bei längerer Abwesenheit

Küche

Spülen

- ⑤ nicht unter fließendem Wasser spülen
- ⑤ tropfenden Wasserhahn sofort beim Hausverwalter melden

Kühlen

- ⑤ Kühlschrank richtig einstellen, nicht unter 6 Grad



- ⑤ keine heißen Speisen in den Kühlschrank stellen (weniger Energie, weniger Eisbildung)
- ⑤ Speisen zum Auftauen in den Kühlschrank stellen
- ⑤ Kühlschranktür nicht unnötig öffnen
- ⑤ Kühlschrank/Gefrierfach regelmäßig abtauen:
 1. alles ausräumen, möglichst kühl stellen/abdecken
 2. Tücher zum Aufsammeln des Wassers ins Fach legen
 3. zum schnelleren Abtauen: Gefäß mit warmen Wasser ins Kühlfach stellen und die Tür schließen
 4. regelmäßig prüfen, dass kein Wasser ausläuft, Tücher auswringen/wechseln

Kochen

- ⑤ Deckel beim Kochen auf den Topf
- ⑤ richtige Herdplatte für jeweilige Topfgröße wählen
- ⑤ Wasser mit Wasserkocher vorerhitzen, z. B. wenn Pasta gekocht werden soll
- ⑤ Nachwärme beim Kochen nutzen, Platte rechtzeitig abschalten
- ⑤ Backofen: aufs Vorheizen verzichten, Tür nicht so häufig öffnen
- ⑤ Wasserkocher regelmäßig entkalken
 - ⑤ Gemüse mit wenig Wasser garen, ggf. Schnellkochtopf verwenden



Bad und WC

- ⑤ nicht unnötig lange duschen (5 Minuten Duschen = ca. 75 Liter Wasser)
- ⑤ beim Einseifen und Zähneputzen Wasser abstellen
- ⑤ nach dem Duschen oder Händewaschen Wasser abstellen
- ⑤ tropfenden Wasserhahn oder defekte Toilettenspülung sofort beim Hausmeister melden

Waschmaschinenraum

- ⑤ Waschmaschine voll beladen
- ⑤ beim Waschen niedrige Temperatur wählen, für normale Buntwäsche reichen 30 bis 40 Grad; **(die meisten Keime werden bei 60 Grad abgetötet)**
- ⑤ Waschmittel richtig dosieren.

Öffentliche Räume in der Wohnanlage (Musikraum, Fahrradraum etc.)

- ⑤ Licht nach Verlassen ausschalten, sofern kein Bewegungsmelder vorhanden