

Spartipps

Rationelle Energienutzung

Heizung:	angepasste Temperatur, richtiges Lüften, Gerätewartung
Auto:	regelmäßige Wartung, richtige Drehzahl, feinfühlig Gas geben
Warmwasser:	angepasste Menge, dichte Ventile, Entkalkung
Kühlen und Gefrieren:	kurzzeitiges Öffnen, Eisansätze entfernen, keine warmen Speisen
Kochen:	richtige Topfgröße, Restwärme nutzen, Töpfe verschließen
Licht:	richtige Leuchtstärke, Sparlampe, Licht aus!

Empfohlene Raumtemperaturen

Diele: 15°C	
Küche: 18°C	
Esszimmer: 18°C	<i>20°C statt 23°C erspart</i>
Schlafzimmer: 18°C	<i>bis zu 20% Wärme!</i>
Kinderzimmer: 20°C	
Wohnzimmer: 21°C	
Bad: 23°C	

Spartipps für die Heizung

- Raumtemperatur der Raumnutzung anpassen
- nicht überheizen
- alle Räume temperiert halten, nachts Temperatur absenken
- kurz und kräftig Lüften (bei weit geöffnetem Fenster)
- nicht dauerlüften (gekipptes Fenster)
- Heizkörper und Thermostate nicht abdecken
- Rollläden nachts schließen (zusätzliche Wärmedämmung)
- regelmäßiges Warten der Heizungsanlage durch einen Fachmann

Sparen beim Kochen

Stromverbrauch zum Kochen von 1,5 Liter Fleischbrühe in einer Stunde:

- bei geschlossenem Topf: 200 kWh
- bei halb verschlossenem Topf: 450 kWh
- bei unverschlossenem Topf: 900 kWh

Spartipps für die Wassernutzung

- Warmwassertemperatur nicht höher als erforderlich
- bei Warmwassergeräten die Energiesparstellung wählen
- Boiler und Kochendwassergeräte nur bei Bedarf aufheizen (Wasser sofort entnehmen)
- Thermostatbatterien verwenden
- Wassernutzung einschränken (beim Einseifen & Zähneputzen abstellen)
- tropfende Wasserhähne abdichten

Energievergleich beim Spülen

	Spülmaschine	Handspülen
Wassertemperatur	65°C	50°C
Wasserverbrauch	22 Liter	40 Liter
Stromverbrauch	1,6 kWh	2,0 kWh
Zeitaufwand	15 Minuten	eine Stunde

Spartipps für die Waschmaschine

- Fassungsvermögen nach Textilart und Pflegeanweisung voll ausnutzen
- Nur bei stark verschmutzter Wäsche „Vorwäsche“ wählen
- Energiesparprogramm nutzen
- Waschmittel auf Wäscheart abstimmen
- richtige Dosierung des Waschmittels

Einsparungsbeispiele

- 24 € gespart durch die Nutzung von zwei 13-Watt-Energiesparlampen anstatt zwei normaler 100-Watt-Lampen (in 1000 Stunden)
- 9,5 € gespart, wenn der Fernseher nicht auf Stand-by betrieben sondern ganz ausgeschaltet wird (in 8000 Stunden)
- 3,5 € gespart beim Kochen mit den richtigen Deckeln
- 2 € eingespart durch die Nutzung der Nachwärme beim Kochen
- 2 € gespart, wenn der Kühlschrank immer nur kurz geöffnet wird