



Energiespartipps Strom

Energieeffizienzklasse A

- ✓ Achten Sie beim Kauf von elektronischen Geräten auf die Energieeffizienzklasse.
Verzichten Sie daher auf Geräte der Energieklasse G bis B und kaufen Sie wenn möglich Geräte der Energieeffizienzklasse A.

Unbenutzte Elektrogeräte ausstecken

- ✓ Ladekabel für Handys, Fotoapparate, Tablets, elektrische Zahnbürsten und Rasierapparate verweilen oft rund um die Uhr in der Steckdose und werden heiß. Das zeigt, dass Energie verbraucht wird. Ziehen Sie daher nach dem Aufladen den Stecker aus der Steckdose.
- ✓ Das gleiche gilt für Unterhaltungsmedien:
Computer, Fernseher und Stereoanlagen lassen sich oftmals nicht mehr komplett ausschalten. Diese Geräte verbrauchen somit auch im Standby-Modus Strom (ca. 10 Watt). Hängen Sie solche Geräte daher an abschaltbare Steckdosen.
- ✓ Ab 2013 hergestellte Geräte dürfen übrigens nicht mehr als ein halbes Watt Strom im Standby Modus verbrauchen. Statt ein altes Gerät reparieren zu lassen, denken Sie über einen Neukauf nach.
- ✓ Smarte Haushaltsgeräte sowie sprachgesteuerte Assistenten sind wie kleine Computer, die ständig mit dem WLAN verbunden sind, um Befehle zu empfangen. So wird 24/7 Strom verbraucht. Wählen Sie eine Programmierung aus, die das Gerät nur aktiviert, wenn es benötigt wird.
- ✓ Denken Sie auch an den Monitor Ihres Computers und schalten Sie ihn aus, wenn Sie ihn nicht benutzen. Gerade grafisch aufwendige Bildschirmschoner verbrauchen viel Strom.

Solarenergie für den Eigengebrauch

- ✓ Verwenden Sie zur Warmwasseraufbereitung Erdgas statt Strom, lassen sich die Energiekosten reduzieren. Noch mehr sparen Sie, wenn Sie mit einer auf dem Dach installierten Solaranlage Wasser zum Wäsche waschen, Duschen oder Baden erhitzen.
- ✓ Für den reinen Warmwasserbetrieb eignen sich sogar die günstigeren Flachkollektoren als die ansonsten verwendeten Vakuum-Röhrenkollektoren.
- ✓ Nutzen Sie zum Aufladen smarterer Geräte Rucksäcke und Hüllen für Tablets mit Solarzellen, um unterwegs Handys, iPods oder Tablets aufzuladen. So sichern Sie sich wahre Mobilität und Unabhängigkeit.





Kühlen und Gefrieren

- ✓ Am wenigsten Strom verbrauchen Gefriergeräte in ungeheizten, gut belüfteten Räumen (z. B. Keller).
- ✓ Kühl- und Gefriergeräte nicht neben Herd, Heizung oder Spülmaschine stellen und vor Sonneneinstrahlung schützen.
- ✓ Halten Sie die Lüftungsgitter bei Stand- und Unterbaugeräten frei, damit die Abwärme rasch abgeführt wird.
- ✓ Beschädigte Türdichtungen sollten sofort gewechselt werden, damit keine warme Luft eindringt.
- ✓ Am sparsamsten arbeitet eine Gefriertruhe, die zu 70 % gefüllt ist. Nutzen Sie für halbe Füllungen eine Sparschaltung.
- ✓ Eisschichten an den Innenwänden der Kühlgeräte erhöhen den Stromverbrauch. Tauen Sie Ihre Kühlgeräte regelmäßig ab. Gerade bei älteren Geräten empfiehlt sich diese Maßnahme zwei Mal im Jahr.
- ✓ Überprüfen Sie die Lagertemperaturen: Im Kühlschrank reichen 7°C, im Gefriergerät -18°C. Nutzen Sie die natürlichen Temperaturunterschiede im Kühlschrank. Kalte Luft sinkt nach unten, sodass sie sich über dem Gemüsefach sammelt und es hier am kältesten hier. Lagern Sie im untersten Fach über dem Gemüsefach daher Fleisch- und Fischprodukte.
- ✓ Stellen Sie keine heißen Speisen in den Kühlschrank. Kühlschränke benötigen zum Herunterkühlen von heißen Gerichten weit mehr Strom als von zimmerwarmen Gerichten. Warten Sie daher, bis Ihr Essen ausgekühlt ist und stellen Sie es erst dann in den Kühlschrank.

Kochen und Backen

- ✓ Achten Sie auf ebene Topf- und Pfannenböden.
- ✓ Schließen Sie Kochtopf und Pfanne stets mit einem passenden Deckel. Da das Essen so schneller zubereitet ist, benötigen Elektroherde aufgrund der kürzeren Garzeit weniger Strom. Glasdeckel sind praktisch, da Sie das Essen im Blick behalten können. Im Schnellkochtopf reduziert sich der Energieverbrauch sogar um bis zu 50 %.
- ✓ Kochen Sie Kartoffeln und Gemüse auf einer Kochplatte mit mittlerer Größe, so reicht eine Tasse Wasser.
- ✓ Nach dem Ankochen bei voller Leistung rechtzeitig auf die erforderliche Dauertemperatur stellen.
- ✓ Stellen Sie Kochplatten oder -zonen vor Ende der Garzeit ab. Die Restwärme hält einige Minuten vor.





- ✓ Nutzen Sie Ihren Backofen voll aus. Bei Ober- und Unterhitze können Sie auf einer Ebene gleichzeitig zwei Kuchen unterbringen. Bei Betrieb mit Umluft sollten mehrere Ebenen belegt werden.
- ✓ Verzichten Sie auf das Vorheizen des Backofens, da dies bei vielen Gerichten überflüssig ist. Achten Sie außerdem darauf, den Ofen bei Inbetriebnahme nicht zu oft zu öffnen. Denn jedes Mal geht ein Viertel der Hitze verloren.
- ✓ Wasser kann im Wasserkocher effizienter erwärmt werden, als auf dem Herd. Egal ob für Pasta, Tee oder Gemüseblanchieren, erhitzen Sie das Wasser immer im Wasserkocher und geben Sie es anschließend in den Topf.

Waschen und Trocknen

- ✓ Moderne Waschmittel erlauben beim Waschgang geringere Temperaturen als früher. Waschen Sie auf 30°C oder 40°C statt auf 60°C, um 50 % an Energiekosten zu sparen. Wählen Sie außerdem Öko- oder Kurzprogramme aus.
- ✓ Verfügt Ihre Waschmaschine über einen Warmwasseranschluss? Falls nicht, können Sie ein Vorschaltgerät installieren, welches im Zulaufschlauch warmes und kaltes Wasser auf die richtige Temperatur mischt. Das spart Energie zum Erhitzen des Wassers.
- ✓ Verzichten Sie auf den Wäschetrockner. Nutzen Sie Wäscheleine und Wäschespinne auf Balkon, Terrasse und im Garten zum Nulltarif.

Richtige Beleuchtung

- ✓ Tauschen Sie Ihre herkömmlichen Glühbirnen aus. Eine Energiesparlampe mit 20 Watt Leistung liefert die gleiche Helligkeit wie eine Glühbirne mit 100 Watt Leistung.
- ✓ Verwenden Sie Energiesparlampen dort, wo sie mindestens zwei Stunden ununterbrochen leuchten, denn ein häufiges Ein- und Ausschalten verkürzt die Lebensdauer.
- ✓ Viele Badezimmerschränke sind mit Halogenstrahler ausgestattet. Wenn Sie auf das stromintensive grelle Licht verzichten können, sollten Sie die Strahler durch LED-Produkte ersetzen.
- ✓ Achten Sie bei neuen Fernsehern auf Helligkeit und Kontrast. Diese sind bei den neuen Geräten oft unnötig hoch eingeschaltet, damit diese im Elektronikmarkt auffallen.

