

Energiespartipps für jeden Haushalt

Wussten Sie schon, dass Kühl- und Gefrierschränke etwa 20 Prozent des deutschen Haushaltstroms verbrauchen? Oder dass Unterhaltungselektronik wie Fernseher, Stereoanlage oder Computer sogar für bis zu 25 Prozent verantwortlich ist? Wir haben ein paar Energiespartipps zusammengetragen, die uns allen dabei helfen sollen, den Verbrauch im Haushalt zu senken.

Die Politik ruft zum Energiesparen auf und angesichts der aktuellen Situation macht es für jeden Sinn, zu prüfen, wo der eigene Energieverbrauch im Alltag noch optimiert werden kann. Die zusammengetragenen Energiespartipps helfen Ihnen vielleicht dabei, Energie und gleichzeitig Geld zu sparen.

Also, mitmachen und gleich ein paar Energiespartipps anwenden!

Richtiges Lüften

Für ein optimales Raumklima, empfiehlt sich regelmäßiges Stoßlüften. Öffnen Sie drei- bis viermal am Tag Ihr Fenster komplett für 5 Minuten und drehen Sie währenddessen die Heizung herunter. Um auch Schimmel erfolgreich zu vermeiden, sollten Sie auch nach dem Duschen und Kochen kurz Küche und Badezimmer durchlüften.

Heizung

Platzieren Sie keine Möbel oder Vorhänge vor Heizkörpern und drehen Sie die Temperatur herunter, wenn niemand in der Wohnung ist oder während Sie schlafen. Eine Heizung, die nicht „rund“ läuft, weil zum Beispiel der Filter nicht frei ist, Elektroden oder Einspritzdüsen nicht einwandfrei funktionieren, kann mehr Energie verbrauchen. Lassen Sie Ihre Heizung regelmäßig warten und reinigen Sie sie zu Beginn der Heizperiode.

Rund um den Haushalt

Geschirrspüler verbrauchen ein Drittel weniger Wasser, als wenn von Hand gespült wird. Ist das Geschirr leicht oder normal verschmutzt, reicht das Kurz- oder Sparprogramm eines Geschirrspülers mit 50 Grad Wassertemperatur vollkommen aus. Es braucht zwar etwas mehr Zeit, zügelt aber den Strom- und Wasserverbrauch.

Das *Waschmittel* heutzutage ist so gut weiterentwickelt, dass Kochwäsche bei 60° C sauber wird. Die Waschmittelwirkung ist bei 60°C sogar besser als bei 95°C. Und das 95°C Programm benötigt doppelt so viel Energie wie ein 60°C-Programm. Hier können Sie schnell und einfach Energie einsparen.

Ihre Buntwäsche können Sie bei 40° oder noch besser 30°C waschen, für kaum verschmutzte Buntwäsche reicht auch das Kaltprogramm (20°C) aus, bei dem können Sie nochmal bis zu 40 % gegenüber den anderen Waschprogrammen sparen.

Der größte Teil des Wassers beim *Duschen, Hände Waschen und Abwasch* fließt in den Abfluss. Rund ein Drittel des Wassers geht ungenutzt verloren. Wenn Sie einen Wasser-Durchflussbegrenzer am Wasserhahn und am Duschkopf einsetzen, können Sie Ihren Wasserverbrauch um bis zu 50 % reduzieren und die Energiekosten für das warme Wasser um bis zu 25 %.

Entscheiden Sie sich für die Dusche statt für das Vollbad, denn das Vollbad verbraucht 120 l, eine Dusche ca. 70 l. Zusätzlich sparen Sie beim Duschen bis zu 600 Kilowattstunden Wärmeenergie. Wenn Sie beim Einseifen die Dusche ausmachen, sparen Sie noch mehr.

Achten Sie beim *Kochen* darauf, dass Ihr Kochtopfboden eben ist und der Kochtopf möglichst auf einer passenden Kochplatte steht, damit keine Wärme verschwendet wird. Genauso wichtig wie die passende Kochplatte, ist der passende Deckel für den Topf, für die optimale Wärmenutzung. Erhitzen Sie Wasser im Wasserkocher und nicht auf dem Herd. Im Wasserkocher kann man z. B. auch Nudelwasser erwärmen und in den Topf umschütten.

Öffnen Sie die *Kühlschranktür* nur kurz. Denn wenn zu viel warme Luft in den Kühlschrank kommt, kann dies zur Eisbildung führen und dies begünstigt einen höheren Stromverbrauch. Sparen Sie weiter Energie dadurch, dass Sie Ihren Kühlschrank auf 7°C einstellen und Ihren Gefrierschrank nicht kälter als -18°C.

Versteckte Stromverbraucher

Lesen Sie regelmäßig Ihren Stromzähler ab und achten Sie auf Ihren Stromverbrauch. Sollte sich plötzlich ein höherer Stromverbrauch zeigen, können Sie sofort gegenlenken und auf die Suche gehen, wo der Stromfresser sich versteckt haben könnte und ihn beseitigen.

Gehen Sie auf die Suche und finden Sie die Geräte, in Ihrem Haushalt, die auf Standby laufen und so dauerhaft Strom verbrauchen. Setzen Sie zeitgeschaltete Steckdosen oder Steckerleisten ein, um den Strom zu unterbrechen und den Standby-Modus zu unterbinden.

Tauschen Sie Ihre alten Leuchtmittel aus und ersetzen Sie diese durch moderne LED-Leuchtmittel. Das spart bis zu 90 % der jährlichen Stromkosten der Beleuchtung. LED-Lampen halten ca. 30.000 Stunden, eine Glühlampe schafft nur 1.000 Stunde zudem haben LED-Lampen eine geringere Wärmeentwicklung als herkömmliche Glühlampen. Auch wenn LEDs in der Anschaffung etwas teurer sind, lohnt sich die Investition.

Bei der Anschaffung von Haushaltsgroßgeräten lohnt es sich, auf die Energieeffizienz zu achten. Die Geräte müssen seit 2021 mit dem neuen Energieeffizienzlabel (von A bis G) der EU ausgestattet sein. Geräte mit der höchsten Energieeffizienzklasse A machen sich langfristig durch die Energieeinsparung bezahlt – selbst wenn andere Energieeffizienzklassen mit günstigeren Preisen locken. Außer der Energieeffizienzklasse enthält das Label noch weitere Informationen über das betreffende Produkt. Neben der Angabe des jährlichen Stromverbrauchs sind meist auch Größe und Geräuschentwicklung ausgewiesen. Braucht das Gerät neben Strom noch weitere Energieträger wie Gas oder Wasser, ist deren Verbrauch ebenfalls aufgeführt.

Weitere Informationen finden Sie auch in den Infobaukästen zu den einzelnen Bereichen auf der **Kampagnen-Webseite des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz** unter <https://www.energiewechsel.de/KAENEF/Redaktion/DE/Dossier/ueber-die-kampagne-energiewechsel.html>