

## Energiespartipps Wasser-Strom- Gas/Öl

### Wasser:

Das Wasser aus der Leitung kann in Deutschland bedenkenlos getrunken werden!. Das ist kostengünstig und vermeidet die ökologisch bedenklichen Plastikflaschen.

**Duschen statt baden**-fünffacher Wasserverbrauch in der Badewanne,

**Sparduschkopf** verwenden.

Während des **Einseifens/Shampooierens kein Wasser** laufen lassen.

Während des **Zähneputzens** das Wasser nicht laufen lassen.

**Geschirr abspülen** niemals unter fließendem Wasser!

**Waschmaschine/Spülmaschine** nur laufen lassen, wenn diese auch **voll gefüllt** sind. Geringe Füllmenge verursacht mehr Wasser- und hohen Stromverbrauch.

**Spülmaschine:** für gering verschmutztes Geschirr im Kurzspülgang spülen. Eco Spülgang nur bei jedem dritten Spülgang nutzen, die geringe Temperatur führt zu Verschmutzung und Verstopfung der Schläuche!

Für Gartenbesitzer: **Regenwasser zum Gartengießen** verwenden!

### Strom:

**Kein einziges Gerät im Haushalt auf Stand-by stehen lassen!** Besonders ältere Geräte -**TV,receiver, Kaffeemaschinen, DSL router,WLAN Boxen und Telefone** - verbrauchen im **Stand-by Modus bis zu € 40 pro Gerät im Jahr!**

Batteriebetriebene Geräte (Handys) nicht länger als nötig am Akku lassen!

**Ladekabel** nach Gebrauch aus der Steckdose entfernen.

**Sparlampen (LED)** benutzen: herkömmliche Glühbirnen brauchen bis zu zehnmals mehr Strom als LED! LED Lampen sind zwar etwas teurer in der Anschaffung , halten aber sehr lange und verbrauchen kaum Strom.

**3 oder 5 W LED** reichen für die Zimmerbeleuchtung aus. **LED gibt es häufig in Baumärkten oder großen Supermärkten im Sonderangebot!**

Das **Licht** in gerade nicht genutzten Räumen **ausschalten**. Im Treppenhaus/Keller/ Dachboden ebenfalls das Ausschalten nicht vergessen!

Nach dem Einkauf alles, was in den **Kühlschrank** gehört, in **einem** kurzen Arbeitsgang im Kühlschrank verstauen.. Ebenso bei der Entnahme von Lebensmitteln: **Kühlschranktür nur KURZ öffnen!**

Normalerweise reicht es, wenn die **Kühlschranktemperatur auf Stufe zwei** gehalten wird. Nur im Hochsommer muss der Kühlschrank höher eingestellt werden, **max Stufe 4**. Zur **Reinigung :den Kühlschrank ausschalten** und erst nach der Reinigung erneut In Betrieb nehmen .

**Gefrierschränke** verbrauchen grundsätzlich sehr viel Strom. Keinesfalls mehr als minus 18 Grad einstellen. **Eisbildung** an den Innenwänden des Gefrierschranks verbraucht die 4 fache Strommenge, deshalb **Gefrierschrank regelmäßig abtauen**

**Wasserkocher/ Kaffeemaschinen/ Spül- und Waschmaschinen regelmäßig entkalken.** Bereits eine dünne Kalkschicht verdoppelt bis verdreifacht die benötigte Energiemenge.

**Elektroherd:** Platten 10 Minuten vor Ende der Garzeit ausschalten. Die **Restwärme** reicht, um das Essen fertig kochen zu lassen. Dasselbe gilt für den **Backofen**. Diesen niemals zum Heizen der Küche benutzen!

**Kochherde/Backöfen stets sauber halten**, Krusten auf den Heizplatten und im Backofen erhöhen den Stromverbrauch.

Den **Backofen** nicht einschalten, um zum Beispiel nur ein Brötchen aufzutoasten.

Immer die **passend große Herdplatte zum Topf** einschalten. Zu große oder zu kleine Heizplatten verbrauchen unnötig Energie. Töpfe mit möglichst schwerem Boden benutzen, dicke Böden nehmen die Wärme besser auf und speichern sie auch besser. **Nach dem Kochen: stets kontrollieren, ob alle Platten und der Backofen ausgeschaltet sind.**

**Wasser für Tee/ Kaffee mit einem Wasserkocher** zum Kochen bringen (immer nur die Menge, die auch benötigt wird, nicht mehr)

Mit **Strom beheizte Wohnungen** möglichst NICHT anmieten!

**Heizlüfter** möglichst nicht benutzen, wenn doch, so niemals für längere Zeit angeschaltet lassen-Stromfresser!

**Frostwächter**, meistens in aussenliegenden WC installiert, stets nur auf kleinster Stufe und nur bei Temperaturen kurz über dem Gefrierpunkt anschalten. **Nicht zum Heizen benutzen!**

### **Heizung:(Gas oder Ölheizung)**

**Heizkörper** stets (Tag und Nacht) auf Stufe eins oder zwei laufen lassen, auch wenn Sie tagsüber nicht zu Hause sind. Das Haus kühlt ansonsten im Winter so sehr aus, dass das wieder aufwärmen viel Heizenergie kostet. Außerdem besteht **Schimmelgefahr**. Erst bei Anwesenheit zu Hause Heizung wieder höher stellen. **Die maximale Raumtemperatur sollte 21°** betragen (ggf. im Haus wärmere Kleidung tragen). Jedes weitere Grad bedeutet **10-20 Prozent mehr Energieverbrauch!** (Abhängig vom Dämmwert des Gebäudes)

**Fenster** im Winter **niemals auf Kipp** stellen sondern dreimal am Tag die Fenster für ca. 5 -10 Minuten zum Lüften weit öffnen. Während dieser Zeit das **Heizkörperthermostat auf null** stellen!

**Heizkörper nicht mit Möbeln zustellen** oder mit Vorhängen/ Kleidung /Handtüchern zuhängen.

**Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen** tags und nachts geschlossen halten. Gegebenenfalls Dichtungen (Molto) an zugigen Fenstern und Türen anbringen.

Das **Badezimmer** muss nicht den ganzen Tag hoch geheizt sein. Es reicht, wenn eine halbe Stunde vor der Badezimmerbenutzung am Abend die Heizung auf eine höhere Stufe eingestellt wird. Tagsüber reicht in der Regel Stufe eins oder zwei. **Nachtabenkung** zwischen 22.00 und 6.00 Uhr einstellen.

Falls vorhanden, **nachts Rollos schließen** beziehungsweise Vorhänge zuziehen. So hält sich die Wärme nachts besser im Haus.

**Hände waschen** mit kaltem Wasser

### **Schimmelvermeidung;**

**Grundsätzlich: Keine größeren Möbelteile an Aussenwände stellen!**

**Auch im Herbst und Frühjahr sollten (bei Anwesenheit) folgende Temperaturen eingehalten werden: Im Wohnzimmer, Kinderzimmer und in der Küche max.21°C, im Bad 21°C, nachts im Schlafzimmer 14°C. Als Faustregel gilt: je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss gelüftet werden.**

**Die Heizung auch bei Abwesenheit tagsüber nie ganz abstellen.** Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.

**Nicht vom Wohnzimmer das Schlafzimmer mitheizen.** Das "Überschlagenlassen" des nicht geheizten Schlafzimmers führt nur warme, d. h. feuchte Luft ins Schlafzimmer; diese schlägt dort ihre Feuchtigkeit nieder und kann zu Schimmelbildung führen. Jeder Raum muss separat beheizt werden.

**Morgens in der Wohnung einen kompletten Luftwechsel durchführen.** Am besten Durchzug machen, ansonsten in jedem Zimmer das Fenster weit öffnen (5 bis 15 Minuten).

**Einmal täglich lüften genügt nicht.** Vormittags und nachmittags nochmals die Zimmer lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben. Abends einen kompletten Luftwechsel, auch im Schlafzimmer, vornehmen. Bei Abwesenheit über Tage ist natürlich auch das Lüften tagsüber nicht möglich, aber auch nicht nötig! Hier reicht es, morgens und abends richtig zu lüften.

**Bei innen liegendem Bad** ohne Fenster auf dem kürzesten Weg (durch ein anderes Zimmer) lüften. Die anderen Türen geschlossen halten. Besonders nach dem Baden oder Duschen soll sich der Wasserdampf nicht gleichmäßig in der Wohnung verteilen.

**Große Mengen Wasserdampf (z. B. durch Kochen)** möglichst sofort nach draußen ablüften. Auch hier durch Schließen der Zimmertüren verhindern, dass sich der Dampf in der Wohnung verteilt.

Wenn **Wäsche in der Wohnung getrocknet** werden muss, weil ein Trockenraum fehlt, dieses Zimmer öfter lüften. Zimmertüre geschlossen halten.

**Nach dem Bügeln lüften.**

**Auch bei Regenwetter lüften.** Wenn es nicht gerade zum Fenster hereinregnet, ist die kalte Außenluft trotzdem trockener als die warme Zimmerluft.