## Energiespartipps zur Entlastung der Energiekosten





- Absenken der Raumtemperatur um 1°C spart 6% Heizenergie Werte für die passende Heiztemperatur: Wohnzimmer 20 °C; Schlafzimmer + Küche 16-18 °C; Flur 15-16°C; Badezimmer 22°C
- Eine alte Heizungspumpe ist ein riesiger Stromfresser à Austausch gegen eine neue hocheffiziente Pumpe spart etwa 90 % Strom!
- 3. Regelmäßige Wartung der Heizungsanlage!
- 4. Heizungsrohre und Rolladenkästen dämmen
- 5. Regelmäßiges Entlüften der Heizkörper erhöht die Effizienz
- 6. Dichtungsbänder und -profile bei Fenstern und Türen erneuern
- 7. Wassersparende Duschköpfe und Armaturen senken den Energieverbrauch um bis zu 30 %

- 8. Duschen anstatt Baden (1 Vollbad = 3 x Duschen)
- Geschirrspüler (Eco Programm) spart im Vergleich zur Handwäsche 50 % Energie und 30 % Wasser ein (wegen längerer Laufzeit muss das Wasser geringer erhitzt werden)
- 10. Geschirrspüler an die Warmwasserleitung anschließen
- Lieber nicht nutzen: Kurzprogramme brauchen mehr Wasser und Strom, weil hier bei weniger Zeit höhere Temperaturen benötigt werden
- 12. Je heißer Sie waschen desto teurer! à Normale Wäsche bei 30 °C ausreichend
- 13. Einen hohen Schleudergang bei der Waschmaschine einstellen à spart Zeit im Trockner
- 14. Mit Deckel kochen und Restwärme des Herdes nutzen sowie auf Vorheizen des Backofens verzichten
- Kochwasser mit dem Wasserkocher erhitzen à schneller und günstiger
- Backen mit Umluft spart etwa 15 % Energie im Vergleich zu Ober- und Unterhitze.
- 17. LED Leuchtmittel einsetzen
- 18. Temperaturen in Kühl- und Gefrierschränken richtig einstellen:
  - a. Kühlschrank + 7 Grad; Gefrierschrank 18 Grad
  - b. Nach 10 Jahren ausrechnen ob sich Neukauf lohnt mit dem Kühlschrankrechner: <a href="https://">https://</a>
    - www.verbraucherzentrale.de/kuehlschrankrechner-40173
- Weniger ist mehr: Überlegen Sie, ob Sie zusätzliche Geräte wie zum Beispiel einen Party-Kühlschrank im Keller wirklich brauchen
- Geräte ganz ausschalten. Wenn ein Licht leuchtet (Standby), verbraucht das Gerät Strom à Zeitschaltuhren oder Sammel-Steckerleisten
- 21. Energieeffiziente Geräte einsetzen (alte Stromfresser rausschmeißen)
- 22. Strommessgerät ausleihen um "heimliche" Stromfresser zu entlarven
- 23. Stand-by Geräte komplett ausschalten à Geräte welche mit einem Netzwerk verbunden sind, haben hohe Stromverbräuche im Stand-by (Drucker, Smart TV, Spielekonsolen)
- 24. Solarlampen bei der Garten- oder Terrassenbeleuchtung
- 25. Hier finden Sie besonders sparsame Haushaltsgeräte: www.spargeraete.de