

Tipps zum Energiesparen in der Wohnung

Ressourcen schonen hilft dem Klima und dem eigenen Geldbeutel. Wir haben für Sie die wichtigsten Tipps rund ums Energiesparen zusammengestellt, mit denen Sie Ihren Energieverbrauch und die damit verbundenen Kosten senken können.

Kochen

- Kochtöpfe und Pfannen immer passend zur Größe der Herdplatte auswählen und beim Kochen mit einem Deckel schließen. Dies spart bis zu einem Drittel Energie.
- Zum Wassererhitzen lieber den Wasserkocher benutzen. Das Elektrogerät braucht etwa ein Drittel weniger Energie als ein E-Herd.

Energieeffiziente Haushaltsgeräte

- Achten Sie beim Kauf neuer Elektrogeräte auf das Energieeffizienzlabel. Vor allem neue Spül- und Waschmaschinen arbeiten oft wesentlich effizienter als Altgeräte und helfen dabei, Strom und Wasser zu sparen.

Licht und Elektrogeräte ausschalten

- Licht und Elektrogeräte immer nur dann einschalten, wenn es notwendig ist.
- Beim Verlassen eines Raumes das Licht ausschalten.
- Elektrogeräte verbrauchen auch im Stand-by-Modus immer noch Strom. Aus diesem Grund Geräte ganz abschalten oder Stecker ziehen.
- Mit einer Steckerleiste mit Schalter lassen sich gleich mehrere Geräte ausschalten.

Wasser sparen

- Kontrollieren Sie die Armaturen in Bad und Küche regelmäßig und stellen Sie tropfende Wasserhähne ab.
- Generell lieber duschen statt baden.
- Begrenzen Sie die Duschkdauer und verwenden Sie wassersparende Duschköpfe. Diese reduzieren den Wasser- und Energieverbrauch um rund 25 Prozent.

Effizient heizen

- Die Heizung sollte bei Abwesenheit oder nachts nicht generell abgestellt, sondern gezielt heruntergedreht werden.
- Heizkörper nicht mit Möbeln oder Vorhängen verdecken, damit sich die Wärme rasch im Raum verteilen kann.
- Halten Sie die Zimmertüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen geschlossen. Bis zu 20 Prozent der Energie gehen durch Zugluft ungenutzt verloren.

Geschirr und Wäsche reinigen

- Die meisten Waschmaschinen und Geschirrspüler verfügen über Funktionen zum Energie- und Wassersparen.
- Die Maschinen sollten optimal beladen sein.
- Bei leicht verschmutzter Wäsche reichen niedrigere Temperaturen meist aus und senken den Stromverbrauch. Bei einer 30-Grad-Wäsche verbraucht man nur ein Fünftel der Energie im Vergleich zu einer Wäsche bei 60 Grad.
- Wäsche, die stärker verschmutzt ist, lieber länger statt heißer waschen.

Lüften

- Heizkörper kurz vor dem Lüften ausstellen und erst dann Fenster für einige Minuten zum Stoßlüften ganz öffnen, am besten mehrere Fenster gleichzeitig, das sorgt für einen schnellen Luftaustausch. Den Vorgang mehrmals am Tag für einige Minuten wiederholen.
- Im Schlafzimmer vor dem Schlafengehen und nach dem Aufstehen, in der Küche nach dem Kochen lüften.

- Liegen die Temperaturen unter dem Gefrierpunkt, genügen drei bis fünf Minuten, sonst zehn bis 15 Minuten Stoßlüften.

- Vermeiden Sie gekippte Fenster, denn der Wärmeverlust durch dauerhaft gekippte Fenster ist enorm.

Raumtemperatur anpassen

- Für Wohn-, Kinder- und Badezimmer wird tagsüber eine Raumtemperatur zwischen 19 und 22 Grad Celsius empfohlen, in der Küche bis maximal 20 Grad Celsius. In den übrigen Räumen, in denen man sich nur kurz aufhält, reicht eine Temperatur zwischen 16 und 19 Grad Celsius. Wenn die Temperatur nur um ein Grad Celsius gesenkt wird, spart das rund sechs Prozent Energie.

- Unter 16 Grad Celsius sollte die Temperatur nicht fallen, da es sonst zu Feuchteschäden und Schimmelbildung kommen kann.



Illustration:
Brigitte Marx