

Energiesparen im Haushalt: Effizienz-Tipps für den Alltag!

Kleine Maßnahmen - Spürbare Wirkung

Energiesparen im Haushalt geht leicht. Mit kleineren Verhaltensänderungen kann Geld gespart und ein Beitrag zu mehr Klimaschutz und Nachhaltigkeit geleistet werden. Mit geringem Aufwand lassen sich Energieverbrauch und Kosten senken:

Ein paar wichtige Tipps:

- 1) **Kühlschrank:** Temperatur um 1 Grad erhöhen und so Energiesparen im Haushalt. In vielen Haushalten ist der Kühlschrank zu kalt eingestellt. 7 Grad reichen aus, damit die Lebensmittel frisch bleiben. Öffnen Sie die Kühlschranktür zudem nur kurz, da sonst zu viel warme Luft von außen eindringt. Das Gerät muss mit erhöhter Energie arbeiten, um die gewünschte Kühltemperatur wieder zu erreichen.
- 2) **Waschmaschine:** Das Energiesparprogramm (Eco-Programm) nutzen. Obwohl es länger dauert, ist es sparsamer, da das Wasser weniger erhitzt wird und damit Strom gespart wird. Die Maschine außerdem ganz, statt nur halb voll machen.
- 3) **Backofen:** Mit Umluft statt mit Ober-/Unterhitze backen. Denn Sie können mit einer niedrigeren Temperatur backen; außerdem können Sie im Backofen mehrere Ebenen gleichzeitig nutzen.
- 4) **Gefrierfach:** Regelmäßig abtauen. Auch wenn es lästig ist: Denn eine 1cm dicke Eisschicht führt zu einer Verdopplung des Stromverbrauchs.
- 5) **Herd:** Beim Kochen den Deckel nutzen. Klingt einfach, machen trotzdem viele Hobbyköche nicht – obwohl sich so viel Strom sparen lässt. Auch wichtig: die Topfgröße sollte zum Kochfeld passen. Eier und Gemüse mit nur 2cm Wasser im Topf garen, anstatt sie komplett mit Wasser bedeckt zu kochen. Das spart nicht nur Strom, da weniger Wasser heiß gemacht werden muss, sondern auch Zeit.
- 6) **Beleuchtung:** Halogenlampen durch LED-Lampen ersetzen. Übrigens lohnt es sich auch, Energiesparlampen durch LED-Lampen zu ersetzen. Die lange Betriebsdauer macht die höheren Anschaffungskosten wieder wett. Schalten Sie die Beleuchtung aus, wenn Sie kein Licht brauchen oder weggehen.

- 7) **Router:** Bei manchen Routern können Sie das Wlan nachts per Zeitschaltung deaktivieren. Übrigens: Auch mit PC und Notebook lässt sich eine Menge Strom sparen.
- 8) **Wasserkocher:** Immer nur die Menge Wasser kochen, die Sie auch wirklich benötigen. Trotzdem gilt: Wasser im Wasserkocher erhitzen ist deutlich stromsparender als auf dem Herd.
- 9) **Computer:** In den Ruhezustand versetzen, statt den Bildschirmschoner zu aktivieren. Auch sinnvoll: den Energiesparmodus verwenden.
- 10) **Allgemein:** Den Standby-Modus vermeiden und alle Haushaltsgeräte mithilfe einer Steckerleiste immer komplett ausschalten.

IN DIESEM SINNE

Kleine Maßnahmen für höhere Effizienz und geringere Kosten!