



Wer einige Tipps beachtet, kann im Haushalt Energie sparen.

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. Vor allem, wenn Sie den Kühlschrank richtig einräumen.

Spart 5 Euro pro Jahr (entspricht ca. 9 kg CO₂)

2
Waschmaschine: Das Energiesparprogramm (Eco-Programm) nutzen.

Obwohl es länger dauert, ist es sparsamer. Grund: Das Wasser wird weniger erhitzt und das spart Strom.

Spart 8 Euro pro Jahr (entspricht ca. 13 kg CO₂)

Annahme: Zweimal Waschen pro Woche

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. Mehr Tipps, um beim Backen Strom zu sparen.

Spart 18 Euro pro Jahr (entspricht ca. 31 kg CO₂)

Annahme: Einmal Backen pro Woche

4
Gefrierfach: Regelmäßig abtauen.

Auch wenn es lästig ist: Denn eine 1cm dicke Eisschicht verdoppelt den Stromverbrauch des Gefrierfachs. Weitere 10 coole Tipps zum Stromsparen mit dem Kühlschrank.

Spart 9 Euro pro Jahr (entspricht ca. 15 kg CO₂)

Im Vergleich zu einer 1cm dicken Eisschicht

5
Waschmaschine: Die Maschine ganz, statt nur halb voll machen.

Moderne Geräte können Sie ruhig richtig voll machen. Auch wichtig: Die Wäsche vor dem Waschen richtig sortieren.

Spart 25 Euro pro Jahr (entspricht ca. 43 kg CO₂)

Annahme: Zweimal Waschen pro Woche

6
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.

Spart 27 Euro pro Jahr (entspricht ca. 46 kg CO₂)

Annahme: Dreimal Kochen pro Woche



7 Beleuchtung: Halogenlampen durch LED-Lampen ersetzen.

Übrigens lohnt es sich auch, Energiesparlampen durch LED-Lampen zu ersetzen. Zu unserem ausführlichen Lampenvergleich.

Spart 55 Euro pro Jahr (entspricht ca. 95 kg CO₂)

Annahme: Austausch von drei Deckenlampen

8 Router: abends/nachts ausschalten.

Bei manchen Routern können Sie das Wlan nachts per Zeitschaltung deaktivieren. Übrigens: Auch mit PC und Notebook lässt sich eine Menge Strom sparen. Testen Sie Ihr Wissen in unserem Quiz.

Spart 12 Euro pro Jahr (entspricht ca. 21 kg CO₂)

9 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.

Spart 14 Euro pro Jahr (entspricht ca. 25 kg CO₂)

Annahme: Jeden Tag wurde 1 Liter zu viel gekocht

10 Computer: In den Ruhezustand versetzen, statt den Bildschirmschoner zu aktivieren.

Auch sinnvoll: den Energiesparmodus verwenden.

Spart 17 Euro pro Jahr (entspricht ca. 30 kg CO₂)

Annahme: 2 Stunden täglich den Bildschirmschoner vermeiden

11 Herd: Eier und Gemüse mit nur 2 cm 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.

Spart 10 Euro pro Jahr (entspricht ca. 18 kg CO₂)

Annahme: Dreimal Kochen pro Woche

12 Allgemein: Den Standby-Modus vermeiden und alle Haushaltsgeräte mithilfe einer Steckerleiste immer komplett ausschalten.

Spart bis zu 60 Euro pro Jahr (entspricht ca. 100 kg CO₂)

Quelle: deutschland-machts-effizient.de

ENERGIE SCHNEIDER

Brunnenstr.2 | 54552 Dreis-Brück | Tel. 06595 - 900 97 80

info@energie-schneider | www.energie schneider.de