

STROM SPAREN

KLIMA, RESSOURCEN UND GELDBEUTEL SCHONEN

INFOS UND TIPPS DES HILPOLTSTEINER BEIRATS FÜR NACHHALTIGKEIT, TEIL II

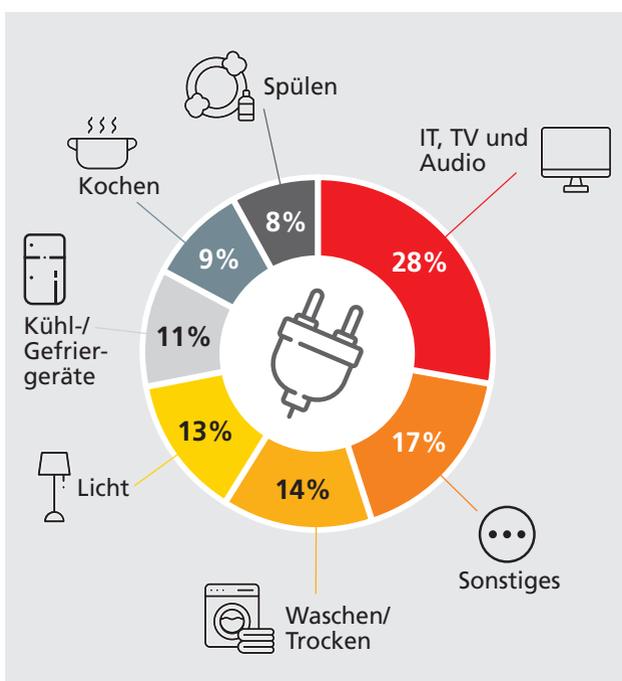


Der Beirat Nachhaltigkeit der Stadt Hilpoltstein gibt im Folgenden wieder einige Tipps, diesmal zum Stromverbrauch und Stromsparen.

Der Strompreis ist in letzter Zeit gestiegen und liegt z. Zt. (März 23) bei ca. 35 Cent/KWh. Möglichkeiten zum Stromsparen werden laut co2online noch viel zu wenig genutzt. So

zahlen die Verbraucher in Deutschland jedes Jahr bis zu 10 Milliarden € zu viel, das führt zu unnötigen Emissionen von fast 15 Millionen Tonnen CO₂.

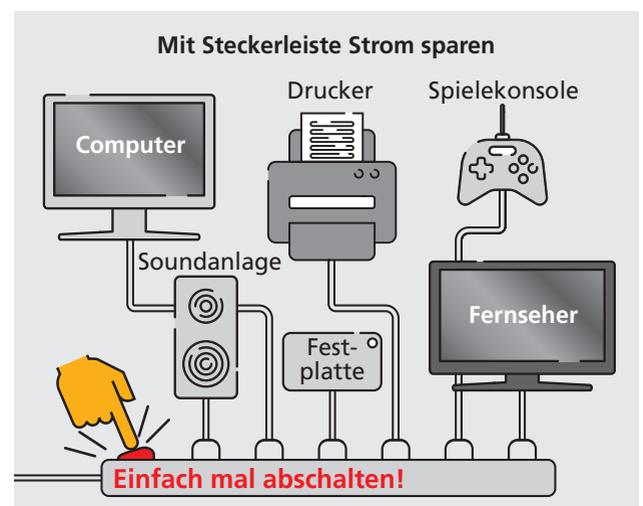
WAS SIND DIE GRÖSSTEN STROMFRESSER IM HAUSHALT?



WIE KANN ICH BEIM WOHNEN UND BEIM HOME-OFFICE STROM SPAREN?

allgemein:

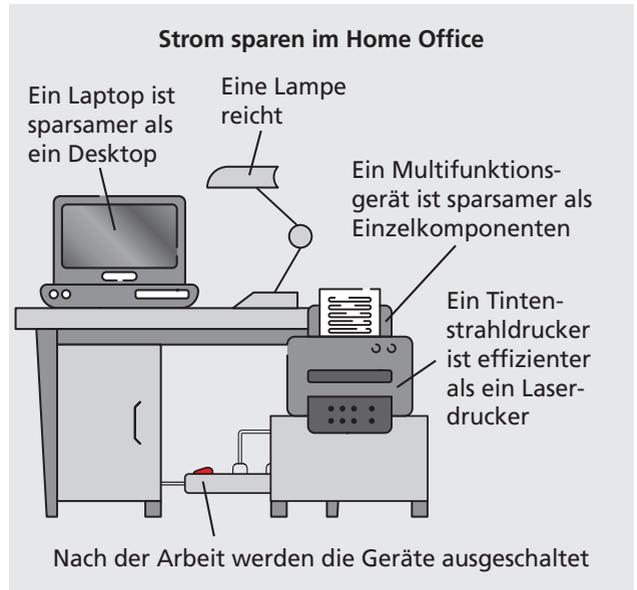
- abschaltbare Steckerleiste
- Mastersteckdose
- Stand-by-Killer nutzen.



1. Unterhaltungselektronik (TV, Audio, Spielekonsole...) und Informationstechnik (PC, Smartphone, Drucker...).

28% des Stromverbrauchs im Haushalt (nahezu ein Drittel des Gesamtverbrauchs!)

- Bildschirmgröße bedenken (je größer desto höher der Stromverbrauch)
- Geringere Helligkeit einstellen
- Bei Controller die Akzentbeleuchtung für Tasten ausschalten
- Laptop oder Smartphone statt Desktop verwenden
- Beim PC nach spätestens 15minütiger Inaktivität automatisch in den „Energiesparmodus“ wechseln (keine Stromersparnis durch Bildschirmschoner!)
- Receiver, Sprachassistenten, Spielkonsolen und weitere Geräte an einer Steckerleiste anschließen und alles komplett ausschalten
- Nachts zumindest das WLAN des Routers ausschalten oder über Einstellungen den gesamten Router deaktivieren
- Beim Smartphone nachts in den Flugmodus wechseln
- Ladegeräte nicht in der Steckdose lassen (heimliche Stromfresser)
- Unnötige Funktionen und Programme schließen
- Musik einmalig herunterladen und lokal abspielen (nicht streamen)
- Beim Video-Streaming die Pixelanzahl des Bildes reduzieren
- TV, PC und Endgerät so lange wie möglich nutzen



2. Beleuchtung

13% des Stromverbrauchs im Haushalt

- Defekte Leuchtmittel durch sparsame LED ersetzen (verbraucht 90% weniger Strom)
- Licht ausschalten
- Beim Ausschalten von Steh- und Tischlampe mit Netzteil Stecker ziehen oder abschaltbare Steckerleiste benutzen

3. Raumtemperatur

- Nachts die Rollläden schließen
- Auf Klimaanlage und Stromheizgeräte verzichten
- Im Sommer tagsüber Fenster und Jalousien geschlossen halten und nachts oder am frühen Morgen durch geöffnete Fenster die kühlere Luft nutzen
- Im Winter warm anziehen

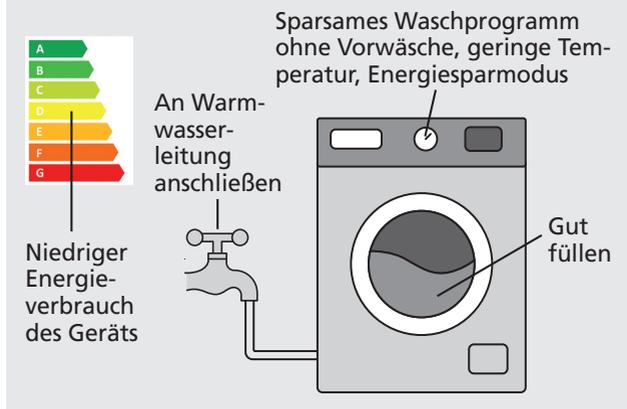
WIE KANN ICH IN DER KÜCHE UND IM HAUSHALT STROM SPAREN?

4. Waschmaschine und Wäschetrockner

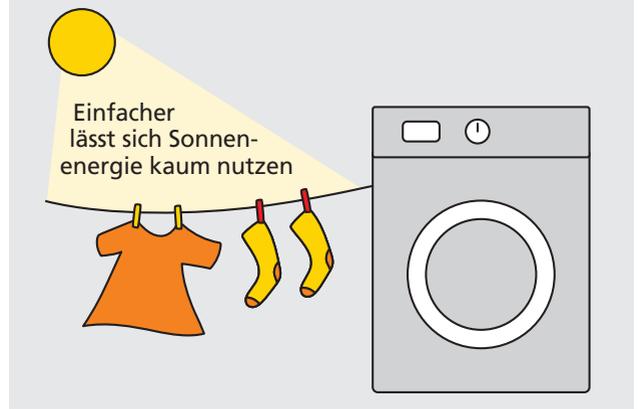
14% des Stromverbrauchs im Haushalt

- Geräte gut füllen
- Normal verschmutzte Alltagswäsche mit niedriger Temperatur von 30 °C bis 40 °C waschen (mind. 1x/Monat mit 60°C waschen, um Keime und Bakterien in der Maschine zu beseitigen)
- Bei Verwendung des Trockners Flusensieb reinigen und beim Waschen hohe Schleudergeschwindigkeit einstellen
- Wäsche möglichst an der Luft trocknen lassen (auch im Winter!)
- Eco-Programme nutzen
- Waschmaschine, wenn möglich, direkt an Warmwasserversorgung anschließen

So spart die Maschine Strom beim Waschen



Gönnen Sie dem Trockner eine Pause!



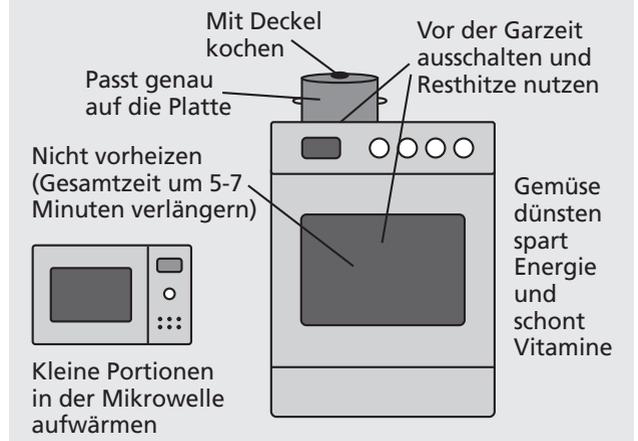
5. Kühlschrank / Gefrierschrank 11% des Stromverbrauchs im Haushalt

- Standort (nicht Sonne, Heizung, Herd) möglichst freistehend
- Größe anpassen (1-2 Personen: 70-90 Liter)
- Temperatur: Kühlschrank 7°C (1°C weniger senkt Stromverbrauch um 6%),
- Gefrierschrank -18°C
- Türen nur kurz öffnen
- defekte Türdichtungen austauschen
- Kühlschrank voll machen (Reserveprodukte kühlen mit)
- Gefrierschrank regelmäßig abtauen (5mm Vereisung erhöhen den Energiebedarf um ca. 30%)
- Lebensmittel nur abgedeckt und abgekühlt ins Kühlgerät stellen
- Extra-Kühlgeräte still legen

6. Herd / Backofen 9% des Stromverbrauchs im Haushalt

- Wasser im Wasserkocher erhitzen
- Deckel auf Topf (spart über 60% Strom)
- Beim Kochen niedrige Stufe zum Garen
- Mehrere Ebenen nutzen für Blechgebäck (Heißluft) (spart bis zu 40% Strom)
- Auf Vorheizen möglichst verzichten (spart bis zu 8% Strom)
- Dampfdrucktopf verwenden
- Früher ausschalten, Restwärme nutzen
- Selbstreinigungsfunktion nur selten benutzen

Energie sparen mit Herd und Ofen



7. Spülmaschine: 8% des Stromverbrauchs im Haushalt

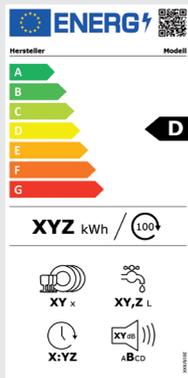
- Spülmaschine ganz füllen
- Eco-Programm oder niedrige Temperaturen von 45 °C bis 55 °C nutzen
- Kurzprogramme besser vermeiden (wegen hoher Temperatur in kurzer Zeit mehr Wasser- und Stromverbrauch!)
- Geschirr nicht vorspülen (grobe Speisereste in Restmüll entsorgen)

WORAUF SOLLTE ICH BEI NEUANSCHAFFUNG VON ELEKTROGERÄTEN ACHTEN?

- Hohe Energieeffizienzklasse
- Konkret angegebener Stromverbrauch in kWh pro Jahr
- Größe der Geräte synchron zu Größe des Haushalts
- In der Regel: Geräte so lange wie möglich nutzen und Stromverbrauch von Altgeräten kritisch prüfen

„Weiße Ware“ / TV / Leuchtmittel / Heizung

Neues EU-Energielabel (seit 2021)
hier: Beispiel für Wasch- und Geschirrspülmaschine



Bildschirm, Notebook, Tablet, Desktop PC, All-in-One -PC, Smartphone, Headsets, Projektor

Blauer Engel
des Bundesumweltministeriums



TCO Certified
weltweit vergeben durch
TCO Development



WO KANN ICH MIR UNTERSTÜTZUNG HOLEN?

- **Energie-Check für zu Hause durch VerbraucherService Bayern:** Terminvereinbarungen über die Beratungsstellen des VerbraucherService Bayern möglich oder unter **081 – 809 802 400**
- **StromCheck:** der Stromverbrauchsrechner (co2online)
- **Nachhaltig zu Hause leben**
Online-Spiel: ein Streifzug durch die Wohnung



Quellen:

www.co2online.de
www.bmwk.de (Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz)
www.heizparer.de
www.verbraucherzentrale.de

www.stromspiegel.de
www.oekotest.de
www.label-online.de
www.verbraucherzentrale-energieberatung.de
www.destatis.de (Statistisches Bundesamt)

KONTAKT

Stadt Hilpoltstein
Marktstraße 1 – 91161 Hilpoltstein
Beirat für Nachhaltigkeit der Stadt Hilpoltstein
www.hilpoltstein.de/nachhaltigkeit/

WEITERE INFORMATIONEN

Eine Liste mit nützlichen Links finden Sie auf der Seite des Landratsamts Roth: landratsamt-roth.de/ena
Fördermöglichkeiten und praktische Tipps bietet auch die Website des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz: energiewechsel.de
Diese Informationsreihe setzen wir in den kommenden Monaten zum Thema Wasser fort.