



Die 10 besten Energiespartipps
für den Haushalt
von Ihrem Energieversorger



stadtwerke
Schwäbisch Hall GmbH



Foto: HEA

1

TIPP: richtig Heizen und Lüften **Fenster auf, Heizung aus**

Je dichter und abgeschlossener Räume sind, um so wichtiger ist es, wenigstens ein- bis zweimal am Tag richtig zu lüften, um Schimmelbildung vorzubeugen.

Vor dem Lüften Heizkörperventile zudrehen, Fenster komplett öffnen (keine Kipplüftung!) und je nach Außentemperatur 5-20 Minuten Frischluft ins Haus lassen. Übrigens: Senkt man die Raumtemperatur in allen Räumen im Haus um ein Grad Celsius ab, so spart man 6-10 % der Jahresheizkosten. Elektronische Thermostatregler regeln die Raumtemperatur automatisch und schließen den Heizkörper, wenn das Fenster geöffnet wird.

Einsparpotential:

Bei einem durchschnittlichen Heizenergieverbrauch je Haushalt von 20.000 kWh Erdgas oder 2.000 l Heizöl im Jahr entspricht das Einsparpotential bei Absenkung der Raumtemperatur um 1°C, abhängig vom Energiepreis, rund 100 € im Jahr. Stellen Sie Ihr Lüftungsverhalten von Kipp- auf Stoßlüftung um, sind nochmals 100 € Einsparpotential möglich.



Foto: Fotolia - Klaus Eppele

2

TIPP: richtig Waschen und Trocknen **Niedrigere Waschtemperatur,** **Warmwasseranschluss, Wäscheleine**

Bei einem Kaltwasseranschluss braucht eine Waschmaschine für eine 90°C-Wäsche etwa 5mal, für eine 60°C-Wäsche etwa 3mal soviel Strom wie bei einer 30°C-Wäsche. Wählen Sie also eine möglichst geringe Waschtemperatur.

Prüfen Sie die Möglichkeit Ihre Waschmaschine mit einem Vorschaltgerät an Warm- statt an Kaltwasser anzuschließen.

Auf Vor- und Kurzwashgängen möglichst verzichten.
Geräte optimal beladen.

Achten Sie beim Neukauf einer Waschmaschine auf das Energielabel A+++.

▼ **Einsparpotential:**

Waschen Sie überwiegend mit 40°C, verzichten Sie möglichst auf Vor-, Kurz-, Schonwäsche und Trockner. Einsparpotential bei 160 Waschgängen pro Jahr über 100 €.



Foto: Adpic - rupbilder

3

TIPP: Büro - Stromfresser meiden **Notebooks statt PC**

Die größten Stromfresser im Bürobereich sind PC, insbesondere Spiele-PC und Laserdrucker. Auch wenn Geräte abgeschaltet werden, ziehen die zugehörigen Netzteile dennoch Strom. Eine Steckerleiste mit Kippschalter und Blitzschutz, an welche die Geräte angeschlossen werden, schützt vor Blitzeinschlag und vermeidet unnötigen Stromverbrauch. Bei kurzen Arbeitspausen den Energiesparmodus Ihres Rechners nutzen.

Auch andere Geräte im Haushalt verbrauchen Strom im abgeschalteten Modus. Tipp: Prüfen Sie den tatsächlichen Geräteverbrauch mit einem Strommessgerät. Dieses kann bei den örtlichen Energieversorgern ausgeliehen werden oder man kauft es günstig im Baumarkt.

Energy potential:

Notebooks brauchen bei gleicher Leistung rund 70 % weniger Energie als PC, sind allerdings nicht für den Dauerbetrieb geeignet. Ein sparsames Notebook verbraucht im Schnitt (mit Display) etwa 15 Watt pro Stunde.



Foto: Fotolia - FotoliaXIV

4

TIPP: Kochen - Erdgas statt Strom **Restwärme nutzen**

Wählen Sie beim Kochen immer die richtige Topfgröße passend zur Herdplatte. Wählen Sie Glastopfdeckel. Ein verschlossener Topf braucht weniger Energie und mit Glas vermeidet man das Anheben des Deckels. Topfböden sollten eben sein, die Herdplatte sauber mit gutem Kontakt zum Topf.

Warum nicht mal für rund 35 € einen Kochsack verschenken? Warmen Topf in den Kochsack stellen und ohne Energiezufuhr fertig garen lassen.

Dampfkochtöpfe reduzieren die Garzeit und den Energiebedarf um bis zu 60 % bei langkochenden, 30-40 % bei kurzkochenden Gerichten.



Kochsack

Gaskochfelder haben den Vorteil, dass die Wärme direkt an den Kochtopf kommt, ohne den Herd mit erwärmen zu müssen. Ein weiterer Vorteil ist die schnelle Regelbarkeit und es entstehen weniger Primärenergieverluste als bei Elektrogeräten. Bei elektrischen Herden braucht der Induktionsherd am wenigsten Energie.



Foto: Fotolia - tan4ikk

5

TIPP: Kühlen und Gefrieren **Wärme und Kälte vertragen sich nicht**

Warme Gerichte erst erkalten lassen bevor sie in den Kühlschrank oder in die Gefriertruhe kommen. Kühlgeräte möglichst an einem kühlen Platz aufstellen. Ein Grad weniger Umgebungstemperatur spart bei Kühlschränken etwa 6 %, bei Gefriergeräten 3 % Strom.

Kühlgeräte regelmäßig abtauen. Kühlschrankdichtung und Kühlschrankinnentemperatur regelmäßig überprüfen.

Die optimale Temperatur in Ihrer Gefriertruhe beträgt -18°C , im Kühlschrank 7°C .



Energiesparpotential:

Achten Sie auf den Energieverbrauch je Liter Nutzinhalt und kaufen Sie nur die Gefriergerätegröße, die Sie tatsächlich brauchen.

Bei Geräteneukauf auf das Energielabel A⁺⁺⁺ achten. Gegenüber einem Gerät mit einem Energielabel A sparen Sie rund 40 % der Stromkosten.



Foto: HEA

6 **TIPP: Treppenhaus und Außenlicht** **Bewegungsmelder helfen**

Nichts ist ärgerlicher als für etwas zahlen zu müssen, wovon man keinen Nutzen hat. Daher Energiegeräte und Licht, die nicht gebraucht werden, konsequent abschalten.

Gerade im Flur oder Außenbereich sind Bewegungsmelder hilfreich. Sie schalten das Licht nur dann an, wenn sich jemand im Bereich des Bewegungsmelders aufhält. Ansonsten ist es abgeschaltet.

▶ **Extratipp: Behalten Sie den Energieverbrauch im Blick**
Mit einem *Wattcher*, den Sie an einer beliebigen Steckdose im Haus einstecken, können Sie Ihren aktuellen Stromverbrauch im gesamten Haus überprüfen. In der Nähe der Haustüre angebracht, einfach beim Verlassen des Hauses nochmals einen Blick auf den *Wattcher* werfen und prüfen, ob alle unnötigen Energieverbraucher abgeschaltet sind.

Wer mehr Geld investieren und einen höheren Komfort im Haus haben möchte, kann sich bei seinem Elektroinstallateur über die Möglichkeiten einer intelligenten Hausinstallation (*Smart Home*) informieren.



Foto: Fotolia -HconQ

7

TIPP: Geschirr spülen **Warmwasser nutzen**

Ihre Spülmaschine braucht viel Energie, um Kalt- auf Warmwasser zu erwärmen. Prüfen Sie daher die Möglichkeit Ihre Spülmaschine an Warmwasser anzuschließen.

Geschirrspüler arbeiten umweltfreundlicher als Spülen mit Hand. Bevor das Geschirr in die Spülmaschine eingeräumt wird, Geschirr nicht vorspülen und Maschine voll beladen.

Mit niedrigeren Temperaturen spülen und Energiesparprogramme nutzen. Programmtemperatur entsprechend dem Verschmutzungsgrad Ihres Geschirrs wählen. Geben Sie niedrigeren Temperaturen den Vorzug.

Beim Gerätekauf auf den tatsächlichen Wasser- und Stromverbrauch und auf das A+++ Label achten.



Energiesparpotential:

Spülen mit der Maschine braucht im Durchschnitt 50 % weniger Wasser und 28 % weniger Energie als das Spülen von Hand.



Foto: Fotolia - Andrey Popov

8

TIPP: Unterhaltungselektronik **Bei Gerätekauf auch auf** **Energieverbrauch achten**

Beim Kauf eines Fernsehers auf tatsächlichen Stromverbrauch im Betrieb und im Bereitschaftsmodus achten. Flachbildschirme brauchen weniger Energie als Röhrengeräte. Ein großer Fernsehbildschirm sieht schick aus, ist aber nicht immer sinnvoll. Je größer der Bildschirm und die Auflösung ist, desto mehr Strom verbraucht das Gerät in der Regel.

Standby-Betrieb vermeiden. Zwischen Steckdose und Gerät eine abschaltbare Steckerleiste dazwischenschalten. Diese gibt es auch mit Fernbedienung.

Wenn möglich Schnellstartmodus abschalten.

Energiesparpotential:

Ein großer LCD-Fernseher braucht heute im Betrieb etwa 111 Watt und 0,2 Watt pro Stunde im Standby-Betrieb. Bei Nutzung des Schnellstartmodus schnellst der Verbrauch auf 30 Watt nach oben. Pro Jahr macht das im Schnitt rund 50 € aus. Daher Schnellstartmodus des Geräts lieber deaktivieren.



Foto: Fotolia - Iudodesign

9

TIPP: Beleuchtung LED den Vorzug geben

Bezogen auf den Energieeinsatz liegt die Lichtausbeute von Hochleistungs-LED bei bis zu 90 Lumen pro Watt, im Labor werden sogar schon Werte von bis zu 250 Lumen pro Watt erreicht. Die LED-Leuchten haben einen bis zu 90 % geringeren Stromverbrauch und eine etwa zehn- bis dreißigmal so lange Lebensdauer wie Glühbirnen und sind unempfindlich gegen mechanische Stöße.

LED werden nicht heiß und erreichen sofort 100 % Helligkeit (kein Aufwärmen wie bei Energiesparlampen).

Mit LED vermeidet man den Einsatz von Schwermetallen, wie sie in Energiesparleuchten verwendet werden.



Einsparpotential:

Ersetzen Sie beispielsweise eine Glühbirne (60 Watt, Preis 2 €), die etwa 3 Stunden pro Tag leuchtet, durch eine LED (9,5 Watt, Preis 9,50 €) mit gleicher Helligkeit, so sparen Sie mit dem Austausch von nur einer LED Leuchte bereits rund 16 €/Jahr.



Foto: Grundfos

10 **TIPP: Heizung** **Pumpe austauschen,** **elektronische Heizungsregler einbauen**

Herkömmliche Heizungspumpen in Ein- und Zweifamilienhäusern brauchen rund 100 Watt Leistung, sind oft zu groß ausgelegt und nutzen nur 5-25% der elektrischen Leistung als Pumpleistung aus. Bei einem angenommenen Strompreis von 28,5 Cent/kWh fallen allein für den Heizungspumpenbetrieb Stromkosten von rund 250 Euro/Jahr an.

Moderne elektronisch geregelte Heizungspumpen arbeiten mit 20 Watt Leistung deutlich effizienter, weil sie die Drehzahl in Zeiten eines niedrigen Wärmebedarfs elektronisch drosseln. Ergänzend kann ein hydraulischer Abgleich Ihres Heizungssystems Sinn machen. Sprechen Sie dazu mit Ihrem Heizungsinstallateur. Heizkörper regelmäßig entlüften.

▼ Einsparpotential:

60-80% der Stromkosten für den Pumpenbetrieb bzw. rund 200 €/Jahr lassen sich so schnell einsparen.

Die Kosten für den Pumpentausch belaufen sich auf etwa 250-400 Euro und amortisieren sich in etwa 1-2 Jahren.



Foto: Harald Reich

In unserem Kundenzentrum
verleihen wir Energiemessgeräte.
Damit können Sie den Energieverbrauch
jedes einzelnen Geräts in Ihrem Haushalt
überprüfen. Die Pfandgebühr beträgt 10 €.

Kundenzentrum:

An der Limpurgbrücke 1
74523 Schwäbisch Hall
Tel.: 0791 401-454
kundenservice@stadtwerke-hall.de

Unsere Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. von 8-17 Uhr



stadtwerke
Schwäbisch Hall GmbH