



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 Epele

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.

▶ **Energiesparpotential:**

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.

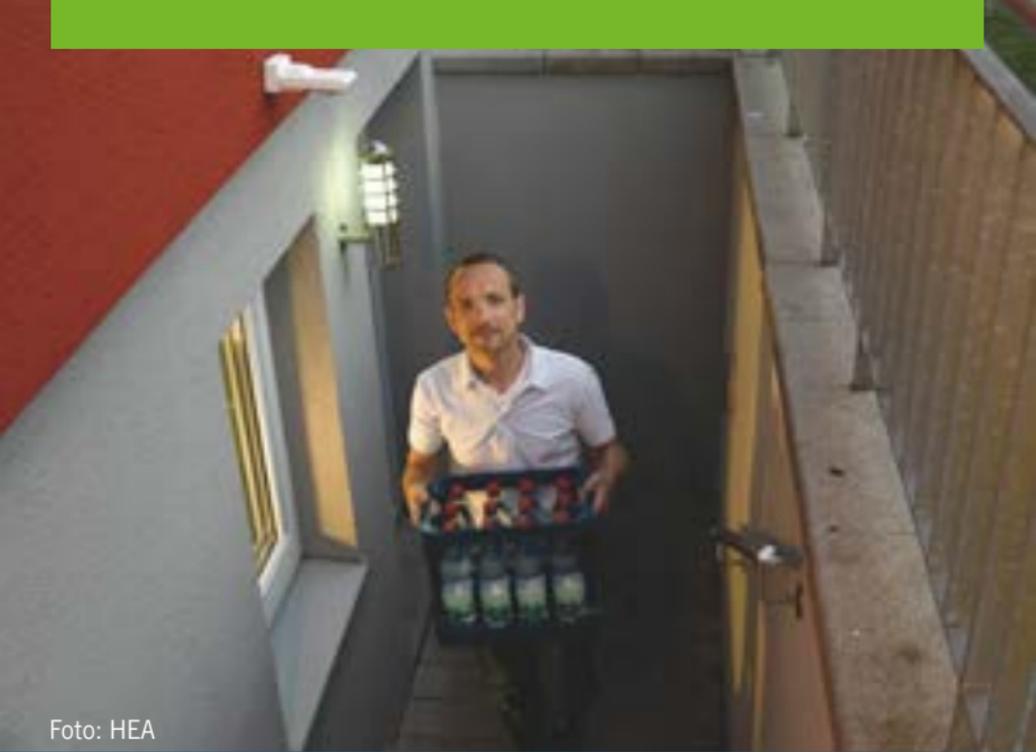
A man in a white shirt is walking down a hallway, carrying a tray with several drinks. The hallway has a red wall on the left and a wooden wall on the right. There is a light fixture on the wall to the left of the man.

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, Hydraulischer Abgleich, Optimierung der Heizungsregelung

Alte unregelte Heizungs- und Zirkulationspumpen sind Stromfresser. Durch den Einbau hocheffizienter Pumpen kann oft mehr als 50% Strom eingespart werden. Das rechnet sich übers Jahr hinweg so sehr, dass sich neue Pumpen innerhalb kürzester Zeit amortisieren. Weil der Pumpentausch eine sinnvolle Energieeinsparmaßnahme ist, fördert die Bafa die Anschaffung und den Einbau besonders effizienter Pumpen sowie den hydraulischen Abgleich. Bei manchen Förderprogrammen ist er sogar verbindlich gefordert. Gute Heizungspumpen erkennt man an einem niedrigen Energie-Effizienz-Index (EEI).

Wenn Heizkörper auch nach Entlüftung unzureichend und ungleichmäßig warm werden, kann ein hydraulischer Abgleich Sinn machen. Dieser wird vom Heizungsfachmann durchgeführt.

Einsparpotential:

Die Kosten für den Pumpentausch amortisieren sich in wenigen Jahren, Ein hydraulischer Abgleich kann, neben der Erhöhung des Wohnkomforts, zu bis zu 15 % Energieeinsparung führen.



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 €.

Förderungen:

Der Staat belohnt Investitionen in Energieeinsparung. Informationen dazu finden Sie unter www.stadtwerke-hall.de/forderprogram

Kundenzentrum:

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

Unsere Öffnungszeiten:

Mo.-Mi. von 8-17 Uhr
Do von 8-18 Uhr
Fr. von 8-13 Uhr



stadtwerke
Schwäbisch Hall GmbH