Service

Kleine Handgriffe, große Wirkung

Tipps zum Energiesparen

Stadtwerke Lohmar

Meine Energie.

Liebe Kundinnen und Kunden,

ob zu Hause, auf der Arbeit oder im Verkehr:
Energie spielt in unserem Leben eine zentrale Rolle.
Die weltweit gestiegene Nachfrage, endliche Ressourcen und politische Krisen haben zuletzt immer wieder zu starken Preisschwankungen an den Energiemärkten geführt.
Die Entwicklungen zeigen: Energie wird für uns alle teurer werden.

Daher ist es jetzt wichtiger denn je, sie einzusparen.
Denn jede Kilowattstunde, die wir nicht verbrauchen, muss nicht erzeugt werden. Wer Energie spart, schont zudem Ressourcen und schützt das Klima. Und das Beste: Gleichzeitig sinken die Energiekosten deutlich.

In dieser Broschüre finden Sie zahlreiche Energiespartipps, die sich ohne großen Aufwand und Investitionen umsetzen lassen.

Das sind die größten Stromverbraucher in Haus und Wohnung:

28 % Informationstechnik TV und Audio

17 % Sonstiges

14 % Waschen und Trocknen

13 % Licht

11 % Kühl- und Gefriergeräte

9 % Kochen

8 % Spülen

Strom

Licht ausschalten

Wer Licht ins Dunkel bringen will, benötigt dafür keine Festtagsbeleuchtung. Licht ist nur da sinnvoll, wo es gerade benötigt wird.

LEDs statt Glühbirnen

LED-Lampen lohnen sich: Sie haben einen geringen Energieverbrauch und eine lange Lebensdauer.

Stand-by-Modus vermeiden

Ein zu großer Fernseher nimmt nicht nur im Raum viel Platz ein, sondern auch auf der Stromrechnung. Denn mit jedem Zoll mehr steigt auch der Stromverbrauch. Deshalb sollte man bei neuen Geräten genau überlegen, welche Größe tatsächlich notwendig ist; für die Optik – und den Geldbeutel. Wie bei der Waschmaschine gilt auch beim Fernseher: alte Geräte sind wahre Stromfresser. Und neue Geräte sollten nicht nur klasse Serien und Filme zeigen, sondern auch hochklassige Energieeffizienz-Werte aufweisen.

Tablet und Laptop statt Desktop

Genügt fürs Homeoffice vielleicht auch ein Laptop? Kleinere Geräte verbrauchen weniger Energie als ein Desktop-PC. Noch energieeffizienter sind Tablets. Daher sollten wir beim Kauf eines neuen Geräts überlegen, was der Computer alles können muss – und was nicht.

Warmwasser

Duschen statt baden

Ein Vollbad ist schön, auf Dauer aber auch schön teuer.
Warmes Wasser benötigt neben dem Heizen die meiste Energie im Haushalt. Deshalb sollten Sie mit warmem Wasser besonders bewusst umgehen. Beim Duschen können Sie durch die Verwendung eines Sparduschkopfes bis zu 30 Prozent Energie einsparen, ohne dass der Komfort dabei eingeschränkt wird. Reduzieren Sie die Duschzeit auf höchstens fünf Minuten und senken Sie die Wassertemperatur, dadurch sparen Sie Warmwasser und Energie.

Kein Leistungshoch beim Durchlauferhitzer

Wählen Sie bei einem Durchlauferhitzer stets nur die benötigte Leistungsstufe. Wenn Wasser erst aufgeheizt und dann für die Wohlfühltemperatur durch Beimischen von kaltem Wasser wieder abgekühlt wird, verschwenden Sie unnötig Energie.

Heizen

Im Handumdrehen zur richtigen Raumtemperatur

Allen Zimmern voll einzuheizen, ist meist Verschwendung.
Ein kleiner Dreh am Heizkörperventil spart viel Geld. Nachts und wenn Sie nicht zu Hause sind, sollten Sie die Temperatur in Ihren Wohnräumen um drei bis vier Grad Celsius senken. Mit jedem Grad weniger sparen Sie bis zu sechs Prozent Energie ein. Stellen Sie die Heizung am Abend frühzeitig niedriger, die Räume halten noch einige Zeit die Wärme.

Heizung nicht verdecken

Verbergen Sie Heizungen nicht hinter Gardinen oder zu dicht gestellten Möbeln. Nur wenn die Wärme ungehindert im Raum zirkulieren kann, heizen Sie effizient.

Einfach mal Luft ablassen

Werden Ihre Heizkörper ungleichmäßig warm oder treten Luftgeräusche (Gluckern) auf? Dann befindet sich Luft in den Heizkörpern, und das Heizwasser kann nicht gleichmäßig zirkulieren. Öffnen Sie einfach das Entlüftungsventil mit einem Spezialschlüssel und lassen so lange Luft entweichen, bis etwas Heizwasser austritt.

Fenster und Türen

Stoß- statt Kipplüften

Lüften Sie während der Heizperiode mehrmals täglich für mehrere Minuten kräftig durch. Besonders effektiv ist das Querlüften. Dabei strömt frische Luft von der dem Wind zugewandten Seite aus einmal quer durch Haus und Wohnung und entweicht auf der gegenüberliegenden Seite.
Öffnen Sie die Fenster dafür ganz. Die Methode ist besser, als den ganzen Tag ein Fenster auf Kipp stehen zu lassen. Denn dadurch kühlen die Wände und Möbel stark ab, und die Heizenergie geht buchstäblich zum Fenster hinaus. Wichtig: Drehen Sie beim Lüften die Heizkörperventile zu!

Rolläden runter

Wer bereits am frühen Abend Rollläden, Vorhänge oder Jalousien schließt, hält die Heizenergie im Haus und spart.

Fenster und Türen abdichten

Um die Wärme im Haus zu halten, lassen sich Fenster und Wohnungstüren bei Bedarf zusätzlich mit elastischen Dichtungsbändern kostengünstig abdichten.

Haushaltsgeräte

Volle Spülmaschine statt kleiner Handwäsche

Wer das Geschirr unter fließendem Wasser abwäscht oder die Spülmaschine nur halb gefüllt laufen lässt, verschwendet wertvolle Energie. Die Spülmaschine sollte immer voll beladen arbeiten. Hat das Gerät ein Energiesparprogramm? Dann nutzen Sie es so oft wie möglich! Für nur leicht verschmutztes Geschirr oder Gläser genügen meist niedrige Temperaturen.

Die richtige Temperatur für Kühlgeräte

Wenn Ihre Kühlgeräte zu kalt eingestellt sind, verbrauchen sie unnötig viel Energie. Überprüfen Sie daher regelmäßig die Temperatur. In Kühlschränken sollte sie bei 7 Grad Celsius liegen. Für Tiefkühlgeräte reicht eine Temperatur von -18 Grad Celsius im Normalbetrieb. Jedes Grad darüber hinaus erfordert bis zu 6 Prozent mehr Energie.

Kühlgeräte selten öffnen und schnell wieder schließen

Warme Luft erhöht in Kühlschrank und Gefriergerät die Eisbildung und damit den Stromverbrauch. Deshalb sollten die Türen nach dem Öffnen möglichst schnell wieder geschlossen werden. Lassen Sie warme Lebensmittel erst abkühlen, bevor Sie sie in den Kühlschrank stellen oder einfrieren. Gefriergeräte sollte man regelmäßig abtauen.

Waschmaschine immer voll machen

Waschmaschine oder Wäschetrockner nur zur Hälfte zu füllen, ist Geldverschwendung. Denn Strom- und Wasserverbrauch bleiben – unabhängig vom Füllstand – nahezu gleich hoch. Nutzen Sie daher die Füllmenge Ihrer Waschmaschine oder Ihres Wäschetrockners komplett aus.

Waschen bei niedrigen Temperaturen

Moderne Waschmittel und intelligente Gerätetechnik bewirken auch bei niedrigen Temperaturen einwandfreie Waschergebnisse.
Waschen Sie Kochwäsche daher bei 60 Grad Celsius und Buntwäsche bei 30 Grad oder 40 Grad Celsius. Nutzen Sie das vorhandene Sparprogramm und achten Sie bei der Neuanschaffung auf das Energieeffizienz-Label.

Wäscheständer statt Trockner

Trocknen Sie Ihre Wäsche am besten energiesparend auf dem Wäscheständer oder auf der Leine. Wer auf einen Wäschetrockner angewiesen ist, schleudert die Wäsche vorher am besten mit einer hohen Drehzahl. Wenn Sie Wäsche mit 1.400 Umdrehungen statt mit 1.000 Umdrehungen schleudern, verbrauchen Sie beim Trocknen bis zu 40 Prozent weniger Energie. Achten Sie beim Neukauf auf die Energieeffizienz-Klasse der Geräte. Besonders empfehlenswert sind Wärmepumpentrockner – diese verbrauchen im Vergleich zu Kondenstrocknern bis zu 50 Prozent weniger Energie.

Kochen und Backen

Das Deckel-Topf-Prinzip

Beim Kochen geht viel Energie verloren. Verschließen Sie den Topf deshalb nach Möglichkeit mit einem Deckel. So entweicht weniger Hitze und die Energie bleibt im Topf. Auch auf kleiner Stufe zu kochen, spart Energie.

Ausschalten und Restwärme nutzen

Viele Kochfelder speichern noch einige Zeit nach dem Abschalten die Wärme (Ausnahme: Induktionsherde). Nutzen Sie diese und schalten Sie die Kochstelle schon einige Minuten vor Ende des Kochvorgangs ab.

Umluft statt Ober-/Unterhitze

Verzichten Sie beim Backen auf das Vorheizen und nutzen Sie die Umluft-Funktion Ihres Backofens. Nutzen Sie auch hier die Restwärme und schalten Sie den Ofen früher aus.

Topfgröße immer passend zur Herdplatte

Wer beim Kochen auf die falsche Platte setzt, heizt am Topf vorbei. Die Kochstelle sollte immer etwas kleiner oder höchstens genau so groß sein wie der Topf. Dicke Topfböden speichern die Hitze besonders gut und geben sie gleichmäßig ab.

Weitere Informationen zum Thema Energiesparen finden Sie unter:
stadtwerke-lohmar.com/energiesparen

Weitere Informationen finden Sie unter
www.stadtwerke-lohmar.de

Sie erreichen uns telefonisch:
Mo-Fr: 07:00 - 20:00 Uhr
Sa: 09:00 - 20:00 Uhr
Telefon: 02246 15-777

Sie erreichen uns per E-Mail:
infot@stadtwerke-lohmar.de

Sie erreichen uns persönlich:
Kundenzentrum: Breiter Weg 1a, 53797 Lohmar
Mo-Fr: 09:00 - 13:00 Uhr, 14:00 - 17:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Stadtwerke Lohmar
Meine Energie.

Stadtwerke Lohmar GmbH & Co. KG

Breiter Weg 1a, 53797 Lohmar
Telefon 02246 15-777, Telefax 02246 15-711

www.stadtwerke-lohmar.de
info@stadtwerke-lohmar.de