

Tipps zum Energiesparen



Die Preise für Gas, Strom und Heizöl sind seit Ende des letzten Jahres auf schwindelerregendem Höhenflug. Neben dem steigenden Energiebedarf der Industrie nach dem Ende der Corona-Pandemie und dem angehobenen CO₂-Preis führt auch der Ukraine-Krieg zu steigenden Energiekosten.

Um dem Portemonnaie und dem Klima etwas Gutes zu tun, lohnt es sich also, die folgenden Tipps zu beachten.

1. Es werde Licht!

Vor mehr als zehn Jahren wurde die Glühbirne durch Energiesparlampen (Halogenlampen) und LED-Leuchten ersetzt. Beide Leuchtmittel sind allerdings nicht gleich effizient: Die Halogenlampen verbrauchen 80 % mehr Strom als LEDs. Daher rechnet sich der Austausch durch die teureren LEDs bereits nach einem Jahr durchschnittlicher Nutzung. Die LEDs kommen ohne giftiges Quecksilber in den Lampen aus und entlasten somit die Umwelt. Und sie produzieren viel weniger Hitze und sind somit sicherer. Austauschen lohnt sich also!

Ein passender Deckel gehört auf den Topf.

2. Kochen mit Köpfchen

Auch in der Küche gibt es einige Möglichkeiten, Energie zu sparen. Sofern man beim Kochen einen passenden Deckel benutzt, kann man bis zu einem Drittel Energie und auch noch Zeit sparen. Es lohnt sich auch, den Topf so zu wählen, dass er möglichst genau auf die Herdplatte passt – so geht an den Seiten keine Wärme verloren. Wer Wasser besonders effizient zum Kochen bringen möchte, kann auch gleich den Wasserkocher benutzen. Er erhitzt das Wasser schneller und spart bei einem gekochten Liter Wasser pro Tag circa 50 Euro im Jahr.



© Unsplash Gaelle Marcel

3. Einstellungssache

Im Kühlschrank ist weniger nicht unbedingt mehr: Um die optimale Haltbarkeit der Lebensmittel zu erreichen, ist es am besten, die Temperatur zwischen 6 und 7°C einzustellen. Für den Gefrierschrank wird eine Temperatur von minus 18°C empfohlen. Zusätzlich sollte man darauf achten, die Kühlgeräte nicht an besonders warme Orte zu stellen. Direkt an der Heizung oder unmittelbar vor dem Fenster sind deshalb keine optimalen Standorte.

4. Profitabel einkaufen

Es lohnt sich, beim Kauf eines neuen Geräts auf eine möglichst gute Energieeffizienzklasse zu setzen. Ersetzt man ein Gerät der Klasse E (vormals B) durch ein Gerät der Klasse B (vormals A+++), so spart man im Jahr 160kg CO₂ und knapp 90 Euro.

5. Bye-bye, Stand-by

Befindet sich ein Gerät im Stand-by-Modus, so kann es zu jedem Zeitpunkt auf Knopfdruck eingeschaltet werden. Das bedeutet zwar, dass keine Wartezeiten beim Anschalten entstehen, doch dieser Luxus hat einen Preis: Im Stand-by-Modus wird das Gerät durchgehend mit Strom versorgt und verbraucht so dauerhaft Energie. Einfach mal den Stecker ziehen, lohnt sich!

6. Wäsche richtig waschen

Wenn man Wäsche nach dem Grad ihrer Verschmutzung sortiert, muss man nur die wirklich stark verschmutzten Kleidungsstücke bei höheren Temperaturen waschen. Für Wäsche mit normaler Verschmutzung ist durch die höchst wirksamen Waschmittel und modernen Waschmaschinen eine Temperatur von 30 oder 40°C ausreichend. Aus dem gleichen Grund ist auch das Benutzen von Vorwaschprogrammen überflüssig. Auch fürs Trocknen gilt: Vor allem bei warmen Außentemperaturen kann die Wäsche an der Luft getrocknet werden. Das verbraucht keine Energie und ist bei regelmäßigem Lüften der Räume auch gesundheitlich unbedenklich.



© Unsplash Daniel Spase

Informationen und Tipps für ein gesundes Heizverhalten finden Sie auf der Webseite der STADT UND LAND: www.stadtundland.de/energiebroschuere

Um als Privathaushalt eine hohe Nachzahlung zu vermeiden, kann man seine Abschlagszahlung anpassen. Hinweise dazu finden sich auf der Webseite der STADT UND LAND unter folgendem Link: www.stadtundland.de/Mieten/betriebskostenvorauszahlung.php