etz Nordoberpfalz
Energie-Technologisches Zentrum

Strom sparen

1. Reduzieren Sie ihren Standby-Verbrauch

Steckdosenleisten oder funkgesteuerte Steckdosen helfen dabei, heimlichen Strom-Verbrauchern wie Fernsehern oder Küchengeräten den Saft abzudrehen. Beim Neukauf von Geräten sollten Sie darauf achten, dass sie sich komplett vom Netz trennen lassen. Billige Geräte verbrauchen im Standby-Modus oft viel Strom. Auf die Dauer geht das mehr ins Geld als teurere Modelle mit wenig oder gar keinem Standby-Verbrauch.

2. Kochen Sie „sparsam“

Auf jeden Topf gehört der passende Deckel und auf die Herdplatte der passende Topf. Damit können Sie den Energieverbrauch beim Kochen um zwei Drittel senken. Der Deckel sollte abschließen und möglichst häufig zum Einsatz kommen. Der Durchmesser des Kochgeschirrs kann ruhig etwas größer sein als der der Herdplatte. Schalten Sie rechtzeitig zurück und frühzeitig ab, um die Restwärme zu nutzen.

3. Nutzen Sie LED-Lampen

Mit dem Glühlampenverbot verschwinden die letzten herkömmlichen Glühlampen allmählich aus den Regalen. Nicht ohne Grund: Eine 60-Watt-Birne verbraucht im Schnitt Strom für fast 15 Euro pro Jahr. LED-Lampen sind mit weniger als 3 Euro im Jahr viel sparsamer. Die Sparlampen gibt es für fast jeden Einsatzort, in nahezu allen Formen und in sämtlichen Lichtfarben.

4. Kaufen Sie clever ein

Ist der Kühlschrank defekt? Haben die Waschmaschine oder der Geschirrspüler den Geist aufgeben? Dann sind energieeffiziente Geräte erste Wahl. Denn oft übersteigen die Stromkosten über die Jahre den Kaufpreis. Bei der Auswahl des neuen Gerätes sollten Sie auf das Energieeffizienzlabel achten:

- A+++ bei Kühl- und Gefriergeräten, Waschmaschinen, Wäschetrocknern und Geschirrspülmaschinen
- A bei Fernsehgeräten (A++ bereits erhältlich) und Elektrobacköfen

Ein genauer Blick auf die Verbrauchsangaben lohnt sich. Denn innerhalb der Effizienzklassen gibt es große Unterschiede. Bei Dauerläufern wie Kühlgeräten rechnet sich meist auch der Austausch noch funktionierender Geräte.

5. Waschen Sie effizient

Waschtemperaturen um 30 Grad reichen in den meisten Fällen aus. Kaltaktive Waschmittel reinigen auch bei noch geringeren Temperaturen. Eine Vorwäsche spart rund ein Viertel der Energie und schont die Kleidung. Dabei sollten Waschmaschinen möglichst nie halb gefüllt laufen. Vor dem Trocknen die Wäsche immer gut schleudern und am besten Leine oder Wäscheständer verwenden.

6. Behalten Sie Ihren Energieverbrauch im Blick

Wer seinen Energieverbrauch kennt, sieht Erfolge schneller und tut sich leichter beim Sparen. Damit wird auch klar, wie der Verbrauch im Vergleich zum Durchschnitt aussieht. Wer es noch genauer wissen will, kann Strommesser für einzelne Geräte ausleihen. Fall Sie Interesse an einem Strommesser haben, können Sie sich auch beim **etz**Nordoberpfalz ein Gerät ausleihen.

Platz für Ihre Notizen

Energie-Technologisches Zentrum Nordoberpfalz gemeinnützige GmbH als kommunale und regionale Energieagentur für die Stadt Weiden i.d.OPf. und die Landkreise Neustadt a.d. Waldnaab und Tirschenreuth Bernhard-Suttner-Str. 4 | 92637 Weiden | Telefon 0961 | 480 2929 - 0 | www.etz-nordoberpfalz.de