

Stromspartipps im Haushalt

Beleuchtung:

- Ersetzen Sie dort, wo es sinnvoll ist, Glühlampen durch Sparlampen. Allerdings muss die Leuchte dafür geeignet sein, sonst ärgern Sie sich z.B. wegen des Aussehens oder mangelnder Lichtausbeute.
- Sparlampen kommen mit einem Fünftel des Stromverbrauches einer Glühlampe aus und halten bis zu achtmal länger.
- Sparlampen sind bei langer Brenndauer ideal.
- Im Außenbereich ist die Helligkeit von Sparlampen temperaturabhängig.
- Halogenlampen eignen sich nicht für Stromeinsparung. In der Niedervoltausführung eignen sie sich gut für punktuelle Beleuchtung.
- Benutzen Sie Leuchten und Energiesparlampen mit separaten Vorschaltgeräten. Dann muss nur die eigentliche Lampe bei Ausfall ausgetauscht werden.
- Regelmäßiges Reinigen der Beleuchtung.
- Ausführliche Informationen erhalten Sie unter www.schlaulich.de

	Durchschnittshaushalt	Sparhaushalt
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 285	ca. 115
Kommentar	Ausstattung ausschließlich mit Glüh- und Halogenlampen, eher unbesorgte Nutzung	Länger benötigtes Licht mit Sparlampen, Licht wird nur eingeschaltet, wenn es gebraucht wird.
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 19
Ersparnis in 15 Jahren in Euro		ca. 294

Kühlen:

- Achten Sie beim **Kauf neuer Haushaltsgeräte auf die Energieklasse**. Modelle der Klasse A sparen über die lange Nutzungsdauer der Geräte Energie und somit Geld. Welche Geräte hinsichtlich des Energieverbrauchs zu den marktbesten gehören, erfahren Sie im Internet unter <http://spargeräte.vkw.at>
- Stellen Sie das Gerät an einem möglichst kühlen, trockenen und gut belüfteten Ort auf, niemals direkt neben der Heizung.
- Kühlschrank nur kurz öffnen.
- Mindestens einmal im Jahr reinigen, vorher abtauen (Gebrauchsanweisung).
- In Haushalten mit großem Platzbedarf fürs Kühlen und Gefrieren ist es überlegenswert, in der Küche den Kühlschrank (ohne Gefrierfach) aufzustellen und die Gefriertruhe im kühlen Keller zu platzieren.
- Machen Sie Ihren Stromcheck - wir stellen Ihnen kostenlos ein Stromverbrauchsmessgerät zur Verfügung. Besonders bei älteren Kühlgeräten ist dies empfehlenswert.

	Durchschnittshaushalt	Sparhaushalt
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 260	ca. 105
Kommentar	Durchschnittliches Neugerät	Besonders sparsamer Kühlschrank
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 16
Ersparnis in 15 Jahren in Euro		ca. 247

Gefrieren:

- Achten Sie beim Kauf neuer Haushaltsgeräte auf die Energieklasse. Wenn Sie gezielt Modelle der Klasse A wählen, sparen Sie über die lange Nutzungsdauer der Geräte Energie und Geld. Welche Geräte hinsichtlich des Energieverbrauchs zu den marktbesten gehören, erfahren Sie im Internet unter <http://spargeraete.vkw.at>
- Mindestens einmal im Jahr reinigen, vorher abtauen (Gebrauchsanweisung).
- Nur abgekühlte und gut verpackte Speisen einfrieren.
- Stellen Sie das Gerät an einem möglichst kühlen Ort auf, am besten im kühlen Keller. Ein um ca. 10 Grad Celsius kühlerer Standort reduziert den Strombedarf von Gefriergeräten um etwa 20 Prozent.
- Gefriertruhen verbrauchen mit Abstand am wenigsten Strom. Die sparsamste Gefriertruhe liegt im Stromverbrauch etwa 30 Prozent unter dem sparsamsten Gefrierschrank. Moderne Truhen sind auch recht komfortabel bedienbar.
- Machen Sie Ihren Stromcheck - wir stellen Ihnen kostenlos ein Stromverbrauchsmessgerät zur Verfügung. Besonders bei älteren Gefriergeräten ist eine Messung sehr empfehlenswert.

	Durchschnittshaushalt	Sparhaushalt
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 330	ca. 170
Kommentar	Durchschnittlicher neuer Gefrierschrank	Besonders sparsamer Gefrierschrank
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 16
Ersparnis in 15 Jahren in Euro		ca. 247

Waschen:

- Verzichten Sie auf Vorwäsche.
- Waschen Sie bei möglichst niedrigen Temperaturen. Der Kochwaschgang benötigt gegenüber einem 60 Grad Waschgang um die Hälfte mehr Energie.
- Nutzen Sie die in der Gebrauchsanweisung angegebene Füllmenge für das jeweilige Waschprogramm ganz aus.
- Waschanleitung lesen.
- Waschmittel richtig dosieren.
- Wenn für Wäsche zulässig, schleudern.
- Energiesparmodus verwenden.
- Machen Sie Ihren Stromcheck - wir stellen Ihnen kostenlos ein Stromverbrauchsmessgerät zur Verfügung.

	Durchschnittshaushalt	Sparhaushalt I	Sparhaushalt II
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 240	ca. 180	ca. 110
Wasserverbrauch/Jahr in Liter	ca. 14.000	ca. 9.900	ca. 10.800
Kommentar	Durchschn. Neugerät; Fassungsvermögen wird nicht voll genutzt; Kaltwasseranschluss	Sparsames Neugerät; Fassungsvermögen wird voll genutzt; Kaltwasseranschluss	Sparsames Neugerät; Fassungsvermögen wird voll genutzt; Solar-Warmwasseranschluss; 50 kWh Brennstoff jährlich
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 12 bis 16	
Ersparnis in 15 Jahren in Euro		ca. 152 bis 222	

Wäsche trocknen:

- Der preiswerteste und umweltschonendste Trockner ist die Wäscheleine im Freien oder im Trockenraum.
- Schleudern Sie die Wäsche vor dem maschinellen Trocknen mit mindestens 1.000U/min.
- Das Programm "bügeltrocken" spart gegenüber dem Programm "schranktrocken" rund 15% Strom.
- Vorher möglichst gut schleudern.
- Machen Sie Ihren Stromcheck - wir stellen Ihnen kostenlos ein Stromverbrauchsmessgerät zur Verfügung.

	Durchschnittshaushalt	Sparhaushalt
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 460	ca. 290
Kommentar	Die Wäsche wird im Winter maschinell getrocknet, nachdem sie bei einer Drehzahl von 800 U/min geschleudert wurde.	Die Wäsche wird nach Möglichkeit auf der Wäscheleine getrocknet oder sie wird vor dem maschinellen Trocknen bei 1.200 U/min geschleudert
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 23
Ersparnis in 15 Jahren in Euro		ca. 363

Spülen:

- Achten Sie beim Kauf neuer Haushaltsgeräte auf die Energieklasse. Wenn Sie gezielt Modelle der Klasse A wählen, sparen Sie über die lange Nutzungsdauer der Geräte Energie und Geld. Welche Geräte hinsichtlich des Energieverbrauchs zu den marktbesten gehören, erfahren Sie im Internet unter <http://spageraete.vkw.at>
- Spülen Sie das Geschirr nicht unter fließendem Wasser vor.
- Spülen Sie erst, wenn die Maschine voll beladen ist.
- Für leicht verschmutztes Geschirr wählen Sie ein Sparprogramm mit niedriger Temperatur.
- Machen Sie Ihren Stromcheck - wir stellen Ihnen kostenlos ein Stromverbrauchsmessgerät zur Verfügung.

	Durchschnittshaushalt	Sparhaushalt
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 375	ca. 300
Wasserverbrauch/Jahr in Liter	ca. 5.000	ca. 4.400
Kommentar	Durchschnittliches Neugerät mit Kaltwasseranschluss, Fassungsvermögen nicht voll ausgenutzt	Sparsames Neugerät mit Kaltwasseranschluss, Fassungsvermögen gut ausgenutzt
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 10
Ersparnis in 12 Jahren in Euro		ca. 122

Kochen und Backen:

- Für elektrische Kochplatten geeignetes Kochgeschirr verwenden (ein ebener Boden - besser noch ein Sandwich-Boden - ist wichtig).
- Sparsam mit Wasser umgehen.
- Topfdeckel verwenden.
- Keinen großen Topf für kleine Speisemengen benutzen.
- Bei lang kochenden Gerichten können Dampfdrucktöpfe rund 50 Prozent Kochenergie und Zeit sparen.
- Einsatz einer Mikrowelle bei der Zubereitung von Tiefkühlkost und Fertiggerichten.
- Topf- und Pfannengröße müssen mit dem Kochplattendurchmesser weitgehend übereinstimmen.
- Die richtige Betriebstemperatur wählen und die Restwärme nutzen.
- Backofen nicht zu lange vorheizen.
- Backöfen mit Heißluft sind energiesparend. Die notwendigen Temperaturen liegen ca. 10 Prozent niedriger als bei Herden mit Ober- und Unterhitze.

	Durchschnittshaushalt	Sparhaushalt
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 400	ca. 350
Kommentar	Die Kochgewohnheiten berücksichtigen den Energieverbrauch nur wenig. Gekocht wird auf Gusskochplatten, das Backrohr ist durchschnittlich gedämmt.	Es werden gute Töpfe mit Deckeln eingesetzt und die Nachwärme genutzt. Ausstattung: Glaskeramikkochfeld und gut gedämmtes Backrohr.
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 6
Ersparnis in 15 Jahren in Euro		ca. 98

Warmwasser:

- Wasserverschwende-Gewohnheiten ändern, z.B. Zähneputzen/Rasieren bei fließendem Warmwasser, Vorspülen von Geschirr usw.
- Moderne Armaturen kommen dem Wassersparen entgegen.
- Den Warmwasserspeicher in der Nähe der Entnahmestellen anordnen und die Warmwasserleitungen gut dämmen.
- Den Speicherinhalt des Warmwasserspeichers dem Bedarf entsprechend wählen.
- Das Wasser nicht stärker erwärmen als nötig.
- Sonnenenergie nutzen mit Sonnenkollektoren oder Wärmepumpe zur Warmwasserbereitung einsetzen.
- Da ein Vollbad viel mehr Energie und Wasser benötigt, sollte man ein Duschbad bevorzugen.
- Tropfende Warmwasserhähne verschwenden Energie und Wasser.
- Warmwassergeräte regelmäßig entkalken.

	Durchschnittshaushalt	Sparhaushalt I	Sparhaushalt II
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 1.100	ca. 900	ca. 200
Brennstoffverbrauch/Jahr in kWh	ca. 1.900	ca. 1.550	ca. 950
Kommentar	Speicher durchschn. gedämmt; längere Warmwasserleitungen, die mäßig gedämmt sind; Wärmeerzeugung über Kessel und E-Heizstab	Verbrauchsnahe Anordnung des gut gedämmten Warmwasserspeichers; sorgsamer Umgang mit Warmwasser Kombinierte Warmwasserbereitung: Kessel/E-Heizstab	Verbrauchsnahe Anordnung des gut gedämmten Warmwasserspeichers; sorgsamer Umgang mit Warmwasser Kombinierte Warmwasserbereitung: Solar/Kessel/E-Heizstab
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 23 bis 83	
Ersparnis in 15 Jahren in Euro		ca. 354 bis 1.253	

Umwälzpumpe:

- Entscheidend für einen stromsparenden Betrieb von Umwälzpumpen sind die bedarfsgerechte Auslegung und eine zeitlich gesteuerte Betriebsweise der Pumpe.
- Installieren Sie spätestens bei einer Heizungssanierung eine stromsparende Umwälzpumpe. Legen Sie größten Wert auf eine korrekte Auslegung der Pumpe und auf eine bedarfsgerechte Pumpensteuerungsfunktion.
- Prüfen Sie bei bestehenden Anlagen
 - auf welcher Leistungsstufe die Umwälzpumpe läuft
 - ob die Pumpe während der Nachtabenkung und im Sommer zuverlässig abgeschaltet wird
- Überlassen Sie die Auslegung und den Austausch von Umwälzpumpen dem Heizungsfachmann.

	Durchschnittshaushalt	Sparhaushalt
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 400	ca. 120
Kommentar	Zu hohe Pumpenleistung Durchgehender Betrieb	Richtig ausgelegte Pumpe Bedarfsgerechter Betrieb
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 31
Ersparnis in 15 Jahren in Euro		ca. 479

Fernsehgeräte:

- Beim Kauf von Geräten der Unterhaltungselektronik wählen Sie Modelle mit niedrigen Verbrauchswerten in der Betriebsbereitschaft. Zudem stellen Sie mit geeigneten Schaltern (z.B. Steckdosenleiste mit Schalter) sicher, dass diese Geräte außerhalb der Nutzungszeiten nach Möglichkeit vom Netz getrennt sind. Über energiesparende Geräte der Unterhaltungselektronik gibt Ihnen das Impulsprogramm Hessen aktuell Auskunft.
- Schalten Sie die Geräte bei längerer Pause, am Ende eines Fernsehabends und erst recht vor dem Urlaub ganz ab.
- Für jene, die beim Videorekorder von Timer-programmierter Aufnahme keinen Gebrauch machen, ist die Uhrzeit unwichtig. Das Gerät kann dann außerhalb der Betriebszeiten stromlos gemacht werden.
- Bei SAT-Empfängern ist eine komplette Abschaltung am Gerät vielfach gar nicht möglich. Hier hilft nur Netzstecker ziehen, eine schaltbare Steckdosenleiste einsetzen oder der Betrieb über eine schaltbare Steckdose.
- Machen Sie Ihren Stromcheck (Ermittlung des Stand-By-Verbrauches) - wir stellen Ihnen kostenlos ein Stromverbrauchsmessgerät zur Verfügung.

	Durchschnittshaushalt	Sparhaushalt
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 360	ca. 140
Kommentar	Fernseher, SAT-Empfänger und Videorekorder mit hohem Stand-By-Strombezug	Geräte werden bei längeren Pausen vom Netz getrennt
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 18
Ersparnis in 12 Jahren in Euro		ca. 218

Stromspartipps im Büro

Beleuchtung:

- Eine gute Planung der Beleuchtung ist entscheidend für eine gute Beleuchtungsqualität und effizienten Stromeinsatz.
- Moderne Spiegelrasterleuchten lenken das Licht dorthin, wo es gebraucht wird.
- Elektronische Vorschaltgeräte weisen gegenüber konventionellen Vorschaltgeräten sehr niedrige Verluste auf. Weiters erhöhen sie die Lichtausbeute der Leuchtstofflampe und verlängern deren Lebensdauer.
- Tageslichtabhängige Steuerungen steuern die Beleuchtung in Abhängigkeit des zur Verfügung stehenden Tageslichtes. Fensternahe Lichtbänder werden tagsüber abgeschaltet, die anderen bedarfsgerecht zurück gedimmt. Zusätzliche Energieeinsparungen lassen sich durch Bewegungsmelder und Zeitschaltuhren erzielen. Sie können während der Betriebsruhezeiten die Beleuchtung abschalten.

	Durchschnittsbüro	Stromsparbüro I	Stromsparbüro II
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 42.000	ca. 30.000	ca. 12.000
Kommentar	Neue durchschnittliche Bürobeleuchtung; 150 Spiegelrasterleuchten; Konventionelle Vorschaltgeräte; Durchschn. Nutzerverhalten	Stromsparende Beleuchtung; 150 Spiegelrasterleuchten; Elektronische Vorschaltgeräte; Sparsames Nutzerverhalten	Stromsparende Beleuchtung; 150 Spiegelrasterleuchten; Tageslichtabhängige Steuerung; Strombezug weitgehend unabhängig
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 1.308	ca. 3.270
Ersparnis in 10 Jahren in Euro		ca. 13.081	ca. 32.702

PCs:

- Beim Kauf von Bürogeräten wählen Sie Modelle mit niedrigen Verbrauchswerten in der Betriebsbereitschaft. Zudem stellen Sie mit geeigneten Schaltern (z.B. Steckdosenleiste mit Schalter) sicher, dass diese Geräte außerhalb der Nutzungszeiten nach Möglichkeit vom Netz getrennt sind. Aktuelle Auskunft über energiesparende Bürogeräte erhalten Sie im Internet unter www.energielabel.de
- Für den sparsamen Energieeinsatz ist weiters das Nutzerverhalten maßgebend. Trennen Sie die Geräte vom Netz, wenn sie nicht gebraucht werden.
- Ausführliche Informationen, wie Sie einen niedrigen Stand-By-Verbrauch sicherstellen, erhalten Sie im Internet unter www.wirklichaus.de

		Durchschnittsbüro	Stromsparbüro
Stromverbrauch/Jahr in kWh	PC	ca. 70	ca. 60
	Bildschirm	ca. 180	ca. 104
	Drucker	ca. 60	ca. 16
	PC-System	ca. 310	ca. 180
Kommentar		Durchschnittliche Neuausstattung PC neun Stunden täglich eingeschaltet	Stromsparende Neuausstattung, Bildschirm mit Power-Management Drucker mit geringem Stand-by-Leistungsbezug keine Stromaufnahme im ausgeschaltetem Zustand PC acht Stunden täglich eingeschaltet
jährliche Ersparnis in Euro			ca. 14
Ersparnis in 5 Jahren in Euro			ca. 70

Kopiergeräte:

- Beim Kauf von Bürogeräten wählen Sie Modelle mit niedrigen Verbrauchswerten in der Betriebsbereitschaft. Zudem stellen Sie mit geeigneten Schaltern (z.B. Steckdosenleiste mit Schalter) sicher, dass diese Geräte außerhalb der Nutzungszeiten nach Möglichkeit vom Netz getrennt sind. Aktuelle Auskunft über energiesparende Bürogeräte erhalten Sie im Internet unter www.energielabel.de
- Fotokopierer sollten während längeren Arbeitspausen, über Nacht, am Wochenende und in den Urlaubszeiten ausgeschaltet werden.
- Einige Modelle nehmen auch im ausgeschalteten Zustand Strom auf. In diesem Fall muss das Gerät über eine schaltbare Steckdose, über eine Schaltuhr oder durch Steckerziehen vom Netz getrennt werden.

	Durchschnittsbüro	Stromsparbüro
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 190	ca. 55
Kommentar	Neues, durchschnittliches Fotokopiergerät - Kopierleistung 20 Seiten/min, 100 Kopien täglich; Durchschnittliches Nutzerverhalten	Fotokopiergerät - Kopierleistung 20 Seiten/min, 100 Kopien täglich; Sehr geringe Stromaufnahme im Bereitschaftszustand; Strombezug des Kopiergerätes vom Nutzerverhalten weitgehend unabhängig
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 14
Ersparnis in 5 Jahren in Euro		ca. 74

Faxgeräte:

- Beim Kauf von Bürogeräten wählen Sie Modelle mit niedrigen Verbrauchswerten in der Betriebsbereitschaft. Zudem stellen Sie mit geeigneten Schaltern (z.B. Steckdosenleiste mit Schalter) sicher, dass diese Geräte außerhalb der Nutzungszeiten nach Möglichkeit vom Netz getrennt sind. Aktuelle Auskunft über energiesparende Bürogeräte erhalten Sie im Internet unter www.energielabel.de
- Die Bestwerte in der Bereitschaftstromaufnahme bei Laser-Faxgeräten liegen bei 5 bis 7 Watt.

	Durchschnittsbüro	Stromsparbüro
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 140	ca. 65
Kommentar	Normalpapier Laser-Faxgerät; Durchschnittliche Leistungsaufnahme im Bereitschaftszustand	Normalpapier Laser-Faxgerät; Besonders geringe Stromaufnahme in der Betriebsbereitschaft
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 7
Ersparnis in 5 Jahren in Euro		ca. 38

Kaffeezubereitung:

- Die Kaffeezubereitung in einer Kaffee(filter)maschine oder in einer Espressomaschine ist weit energiesparender als jene in einem Heißgetränkeautomat.
- Schalten Sie Kaffee- und Espressomaschinen außerhalb der Bürobetriebszeiten aus.

	Durchschnittsbüro	Stromsparbüro
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 1.300	ca. 200
Kommentar	Kaffeezubereitung über einen Heißgetränkeautomat - ganzjährig betrieben	Kaffeezubereitung über einen Espressoautomaten, der nachts und am Wochenende ausgeschaltet wird
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 119
Ersparnis in 5 Jahren in Euro		ca. 599

Kaltgetränkeautomat:

- Schalten Sie den Kaltgetränkeautomat außerhalb der Bürozeiten mit einer Schaltuhr mit Wochenprogramm ab.

	Durchschnittsbüro	Stromsparbüro
Stromverbrauch/Jahr in kWh	ca. 1.300	ca. 600
Kommentar	Kaltgetränkeautomat ganzjährig betrieben	Kaltgetränkeautomat über Zeitschaltuhr nachts und am Wochenende abgeschaltet
jährliche Ersparnis in Euro		ca. 79
Ersparnis in 12 Jahren in Euro		ca. 959