



## Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

### 1. Aus für Stand-by

#### Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

HiFi-Anlagen, Fernseher, aber auch Küchen- und Akkugeräte bleiben häufig in Warteposition, dem so genannten Stand-by-Modus, und stehen somit ständig unter Strom. Dieser Leerlaufverlust kann in einem durchschnittlichen Haushalt jährliche Stromkosten von bis zu 115 Euro verursachen - ein nutzloser Energieverbrauch, der nicht nur die Haushaltskasse, sondern auch das Klima belastet. Deshalb ist es ratsam, den Stecker zu ziehen oder eine abschaltbare Steckdosenleiste zu benutzen, sofern dadurch keine wichtigen und zeitaufwendigen Programmierungen verloren gehen.

### 2. Holen Sie das Optimum aus Ihrer Heizung!

#### Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Das A und O eines optimalen Heizeffekts ist, dass die Heizung ihre Wärme ungehindert in den Raum abstrahlen kann. Verkleidungen, Möbel oder Vorhänge verhindern dies und sollten möglichst nicht vor Heizungen angebracht werden.

Ist die Außenwand dünn, entweicht die Wärme schnell nach außen und nicht in den Raum. Dies lässt sich meist mit einer nachträglichen Wärmedämmung hinter dem Heizkörper verhindern. Mit von innen angebrachten Dämmstoffplatten lässt sich bis zu sechs Prozent Heizenergie einsparen.

### 3. Strom- und Gasrechnungen prüfen

#### Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Im Februar erhalten viele hessische Haushalte ihre Strom- und Gasrechnungen für das zurückliegende Jahr. Meist sind Nachzahlungen fällig, was nicht nur dem Anstieg der EEG-Umlage zuzuschreiben ist, sondern auch an zu niedrigen Abschlagszahlungen liegt.

Strom- und Gasabrechnungen sind kein Buch mit sieben Siegeln. Jeder sollte genau prüfen, ob die Rechnung dem tatsächlichen Verbrauch entspricht. Die Verbrauchsermittlung ist dabei besonders wichtig. Oft sind geschätzte und nicht abgelesene Zählerstände Grund für erhöhte Rechnungen. Wer auf Nummer sicher gehen möchte, sollte seinen Verbrauch monatlich ablesen und dokumentieren.



Auch ein Fehler der Messeinrichtung kann sich in der Rechnung bemerkbar machen. Die Verbraucherzentrale verleiht Strommessgeräte, mit denen sich der Verbrauch der elektrischen Geräte im Haushalt feststellen lässt.

#### 4. Kühlschrankschranktemperatur kontrollieren

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Beim Kühlschrank reicht in der Regel eine Innentemperatur von 7°C aus. Das spart gegenüber den oftmals am Gerät voreingestellten 5°C etwa 12 Prozent Stromkosten. Und noch ein Tipp für die Urlaubskasse: Das Abschalten des Kühlschranks bei längerer Abwesenheit lohnt sich: Ausräumen, abtauen und die Tür offenstehen lassen – das hilft, Schimmel zu vermeiden und spart Energie!

#### 5. Welcher Stromverbrauch ist „normal“?

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Der Stromverbrauch eines durchschnittlichen Zweipersonenhaushalts beträgt etwa 15% des gesamten Energieverbrauchs im Haus. Er hängt maßgeblich davon ab, wie viele Elektrogeräte und Lampen genutzt werden, wie das Warmwasser aufbereitet wird und welches Nutzerverhalten die Bewohner an den Tag legen. Verbraucht ein Zweipersonenhaushalt zwischen 1500 und 2300 kWh Strom pro Jahr, gilt dies als „gut“. Für die elektrische Warmwasseraufbereitung kann der Verbrauch um weitere 500 kWh pro Jahr ansteigen.

Die Verbraucherzentralen bieten Vergleichstabellen an. Diese helfen dabei, den Stromverbrauch einzuordnen und Einsparpotenziale aufzudecken.

#### 6. Solare Wärme

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Gleich welche Energieform genutzt wird: eine Solaranlage zur Heizungsunterstützung und Warmwasseraufbereitung lässt sich in vielen Haushalten sinnvoll einsetzen. Das gilt nicht nur für Neubauten, sondern auch für ältere Gebäude. Muss ohnehin die Heizung erneuert werden, kann es sich lohnen, gleichzeitig in eine Solaranlage zu investieren. Solaranlagen werden finanziell gefördert. Da die Fördergelder flexibel angepasst werden, lohnt sich eine Beratung im Vorfeld.



## 7. Schlaue Stromsparer: Master-Slave-Steckdosenleiste

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

HiFi-Anlagen, Fernseher, Computer aber auch Küchen- und Akkugeräte bleiben häufig in Warteposition (Stand-by-Modus) und stehen somit ständig unter Strom. Dieser Leerlaufverlust verursacht pro Jahr häufig Stromkosten von mehr als 100 Euro. Deshalb ist es ratsam, den Stecker zu ziehen oder eine abschaltbare Steckdosenleiste zu benutzen.

Steckdosenleisten mit Master-Slave-Funktion sind besonders für Computer und die dazu gehörenden Peripheriegeräte geeignet. Wird der Computer ausgeschaltet, schaltet die Steckdose automatisch auch alle weiteren eingesteckten Geräte, zum Beispiel Monitor, Drucker, Boxen etc., aus. Im Unterschied zur schaltbaren Steckdosenleiste muss die Master-Slave-Steckdosenleiste nicht extra betätigt werden, sondern sie reguliert die Stromversorgung der angeschlossenen Geräte selbstständig.

## 8. Optimaler Standort für Kühlgeräte

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Kühlschränke und Gefriergeräte sollten nicht neben dem Herd, Backofen oder Heizungsrohren, sondern möglichst an einem kühlen Platz stehen. Jedes Grad plus oder minus in der Umgebungstemperatur steigert bzw. senkt den Stromverbrauch um sechs Prozent. Auch dicker Reif im Kühlgerät verbraucht unnötig Energie und Geld. Rechtzeitiges Abtauen schont das Portemonnaie.



## 9. EnergieSPARLampe

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Energiesparlampen kosten zwar mehr als Glühbirnen, brauchen aber bei gleicher Lichtausbeute bis zu 80 Prozent weniger Strom und halten zehnmal so lange. Unterm Strich sorgt die normale Lebensdauer einer Energiesparlampe für ein Plus von rund 80 Euro in der Haushaltskasse. Die Einsparung entspricht etwa dem Acht- bis Zehnfachen des Anschaffungspreises. Die moderne Energiesparlampe gibt es in verschiedenen Formen und Lichtfarben – und auch für jede Leuchte. Die Lichtfarbe steht in der Regel auf der Verpackung. Dabei stehen Angaben wie „warmweiß“ oder „extra warmweiß“ für eher warmes Licht, wogegen „tageslichtweiß“ eher kühl wirkt und sich damit gut für Arbeitsräume eignet.

## 10. Muss eine Wand atmen können?

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Es gibt immer wieder Hausbesitzer, die vor einer Außenwanddämmung zurückscheuen, weil sie der Meinung sind, dass die Wände dann nicht mehr atmen könnten. Sie verzichten damit auf eine effektive Maßnahme zur Reduzierung ihres Energieverbrauchs aufgrund eines immer noch verbreiteten Vorurteils. Die Behauptung, dass Wände atmen können, also zum Luftaustausch im Haus beitragen, ist schlichtweg falsch.

Eine notwendige Lüftung findet nach wie vor durch regelmäßiges Öffnen von Fenstern und Türen oder über eine Lüftungsanlage statt. Das einzige, was sich im Winter durch die Außenwände nach draußen bewegt, sind etwa ein bis zwei Prozent des Wasserdampfes, der sich in der Innenraumluft befindet. Damit dieser Wasserdampf keinen Schaden in der Wand anrichtet, kommt es darauf an, dass Dämmmaßnahmen richtig ausgeführt werden. Was das heißt und wie viel Energie mit einer Wärmedämmung einspart werden können, erläutern die Energieberater der Verbraucherzentrale Hessen e.V. gerne in einem persönlichen Beratungsgespräch nach telefonischer Voranmeldung.



## 11. Dämmen lohnt sich

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Etwa zwei Drittel der Wärme entweichen bei einem nicht gedämmten Einfamilienhaus ungenutzt über den Keller, durch die Außenwände und durch das Dach. Durch eine fachgerechte Dämmung können diese Energieverluste um bis zu 80 Prozent reduziert werden. Zugleich wird durch die wärmeren Wände die Behaglichkeit im Gebäudeinnern erhöht. Wenn am Haus ohnehin Arbeiten wie Neuanstrich, Putzerneuerung oder Sanierung von Rissen anstehen, können diese Arbeiten optimal mit der Dämmung von Fassaden verbunden werden. Auch die Dämmung von Dach und Keller bietet enorme Einsparpotentiale. Wenn das äußere Erscheinungsbild des Gebäudes nicht verändert werden soll, beispielsweise bei denkmalgeschützten Fassaden, empfiehlt sich eine Innendämmung

## 12. Kauf neuer Haushaltsgeräte: Vorfahrt für hohe Stromeffizienz

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Wer Energie und Geld sparen will, sollte beim Kauf von Haushaltsgeräten nicht nur auf den Anschaffungspreis, sondern auch auf die Stromeffizienz achten. Mit energieeffizienten Geräten können bis zu einem Viertel des Stromverbrauchs gespart werden. Bei elektrischen Haushaltswaren und Geräten der Unterhaltungselektronik ist das Einsparpotential besonders groß. Am besten informiert man sich schon vor dem Kauf eines Elektrogeräts über den Stromverbrauch. Ein effizientes Neugerät wird sich in den meisten Fällen sehr schnell lohnen, denn der Anschaffungspreis relativiert sich deutlich, wenn für die Gesamtrechnung die laufenden Stromkosten mit berücksichtigt werden. Diese liegen bei Altgeräten meist um ein Vielfaches höher als bei einem neuen Gerät mit moderner Technik



### 13. Coole Typen für heiße Tage

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

In vielen Haushalten kommen in den heißen Sommermonaten Raumklimageräte zum Einsatz, die Abkühlung versprechen. Doch der hohe Stromverbrauch und Dauerbetrieb der Geräte kann die Stromrechnung stark belasten: Im Verlauf eines Sommers können weit über 200 Euro zusammenkommen. Um diese Stromkosten einzusparen und zugleich einen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten, empfiehlt es sich, Fensterläden oder außen liegende Jalousien tagsüber geschlossen zu halten. So heizt sich die Wohnung weniger stark auf und entsprechend weniger muss ein Klimagerät kühlen. Zudem sollte die kühlere Nachtluft zur Vorkühlung der Räume genutzt werden. Denn je niedriger die Raumtemperatur, desto weniger muss das Klimagerät kühlen.



## 14. Energiefressern auf der Spur

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

**Wer seinen Energieverbrauch senken und damit unnötige Ausgaben einsparen will, muss erst einmal Detektivarbeit leisten. Die beginnt mit dem informierten Lesen und Verstehen der eigenen Strom- und Gasrechnungen.**

Jedes Jahr im Herbst der gleiche bange Griff in den Briefkasten: Wie werden die Jahresabrechnungen für Strom und Gas dieses Mal aussehen? Nachzahlungen sind schmerzhaft – besonders, wenn man sich die hohen Verbrauchskosten nicht erklären kann. Viele Verbraucher stellen sich dann die Frage, ob ihr Energieverbrauch eigentlich noch „normal“ ist.

Als Vorbild gilt ein Haushalt, der als Grundmenge (ohne Warmwasser) jährlich höchstens 500 Kilowattstunden (kWh) zuzüglich je 500 Kilowattstunden pro Person verbraucht. Für einen 3-Personen-Haushalt ergibt diese Rechnung also maximal 2000 Kilowattstunden im Jahr.

Einen Vergleichswert für Gas kann man ermitteln, indem der Jahresverbrauch (angegeben in kWh auf der Gasrechnung) durch die Quadratmeterzahl der Wohnfläche geteilt wird. Als akzeptabler Orientierungswert gilt dort 100-150 Kilowattstunden pro Quadratmeter. Für eine Wohnfläche von 75 m<sup>2</sup> käme so maximal ein Durchschnittsverbrauch von 11.250 Kilowattstunden im Jahr zustande.

Weicht der eigene Verbrauch erheblich von diesem Durchschnitt ab, sollten Verbraucher individuelle und anbieterunabhängige Beratung in Anspruch nehmen. Peter Kafke, Energieexperte der Verbraucherzentrale Energieberatung, weiß aus Erfahrung, dass mittels effizienter und sparsamer Geräte und durch überlegtes Nutzerverhalten noch viele Sparpotenziale auszuschöpfen sind.