

Energiespartipps

Wie viel Energie verbraucht wird – darüber entscheidet vor allem das eigene Verhalten. Jeder kann für sich zum Beispiel prüfen, wie er lüftet oder heizt.

- Beim TV galt lange - je größer desto besser. Leider steigt mit jedem Zoll der Stromverbrauch. Also gut abwägen. Ein Neukauf kann sich lohnen, Altgeräte sind Stromfresser.
- Erhitzen Sie im Wasserkocher nur die Menge, die Sie auch benötigen. In jedem Fall ist es stromsparender, Wasser im Wasserkocher zu erhitzen und nicht auf dem Elektroherd.
- Beim Kochen: Ein Deckel auf dem Topf senkt den Energieverbrauch um bis zu zwei Drittel. Den Backofen können wir schon ein paar Minuten vor Ende der Backzeit ausstellen, die Restwärme erledigt den Rest. Aufs Vorheizen kann man verzichten.
- Geschirrspüler: Abwaschen von Hand ist nicht ökologischer. Tatsächlich ist der Geschirrspüler nachhaltiger - spart bis zu 50 Prozent Energie und 30 Prozent Wasser, besser Öko- statt Kurzprogramm
- Wäschewaschen: Nutzen Sie das Fassungsvermögen der Trommel voll aus. Leicht verschmutzte Wäsche wird auch bei 30 Grad sauber und verbraucht 70 Prozent weniger Energie als der 60-Grad-Waschgang. Auch Eco-Programme sparen Strom und Wasser.
- Schaltbare Mehrfachsteckdose trennen PC, Drucker und Co komplett vom Stromnetz. Im Stand-by-Modus ziehen sie weiter Energie. Auch Zeitschaltuhren trennen alle technischen Geräte zuverlässig vom Stromkreis.
- Klimafreundlich digital: Streamen und surfen verbraucht viel Energie. So senken Sie den digitalen Fußabdruck - mit geringerer Auflösung Filme streamen, Lieblingsmusik runterladen, übers Heimnetz surfen und nicht über Mobilfunk. Schon bei der Herstellung der Geräte wird erschreckend viel Energie aufgewendet, darum: Reparieren statt Neukauf, wenn es geht. Und tut es nicht auch ein gebrauchtes Smartphone?
- WLAN-Router bei Abwesenheit ausschalten. Sonst zieht er weiter Strom.
- 7 Grad im Kühlschrank sind optimal, im Tiefkühlfach minus 18 Grad. Jedes Grad weniger verbraucht viel Strom.
- Alte Glühlampen durch LEDs auszutauschen, spart bis zu 80 Prozent der Energie. Beim Kauf aufs EU-Energielabel und die Effizienzklasse achten.
- Duschen ist sparsamer als Baden. Und kürzer Duschen senkt den Energie- und Wasserverbrauch.
- Stromsparhelfer vom AFW helfen einkommensschwachen Haushalten bei der Suche nach Energiefressern. Sie kommen zum Stromspar-Check nach Hause, messen und analysieren die Verbräuche und erarbeiten einen persönlichen Energiesparplan. Terminvereinbarungen für das kostenlose Angebot unter Telefon: 0381 6370313 oder E-Mail: stromspar-check@afw-rostock.de
- Noch mehr Tipps auf: www.energiewechsel.de, www.co2online.de, www.bund.net und Beratungsangebote auch bei der Verbraucherzentrale MV www.verbraucherzentrale-mv.eu, Terminvergabe: 0381 208705