

Für die Gemeindezeitung: Dezember 2022 bis März 2023

Wie Sie ohne große Investitionen Strom sparen können

Gerade in Zeiten massiv steigender Energiepreise lohnt es sich, die Energiefresser des eigenen Haushalts ausfindig zu machen und das Einsparpotenzial zu nutzen. Darüber hinaus unterstützt ein verringerter Energieverbrauch die Erreichung unserer Klimaziele.

Folgende Tipps können Sie unmittelbar umsetzen:

- Tiefkühlschrank abtauen: Sobald eine Eisschicht im Innenraum sichtbar ist, sollten Sie die Gefriertruhe abtauen. Eine 5 mm Eisschicht erhöht den Stromverbrauch um 30 Prozent. Überprüfen Sie auch die Temperatur: zum Tiefkühlen reichen -18°C .
- Standby vermeiden: Haushalte haben durchschnittlich zwischen 10 und 20 Geräte, die dauerhaft auf Standby laufen. Mit einer schaltbaren Steckerleiste oder einem Netzschalter können IT- und Unterhaltungselektronik komplett vom Stromnetz getrennt werden. Das spart bis zu 10 Prozent Strom.
- Energiesparprogramme nutzen: Wasser zu erhitzen benötigt sehr viel Energie. Geschirrspüler oder Waschmaschine daher immer voll beladen und bei möglichst geringen Temperaturen bzw. im Ecoprogramm laufen lassen. Trotz der längeren Waschzeit braucht das weniger Strom.
- LED-Lampen nutzen: LED-Lampen haben eine 15- bis 20-fach höhere Lebensdauer als klassische Glüh- und Halogenbirnen und sparen über die Lebensdauer gerechnet bis zu 90 Prozent Strom ein.
- Auch beim Kochen, Backen und Abwaschen kann Energie eingespart werden: Kochen Sie immer mit Deckel auf Topf und Pfanne und verwenden Sie die für den Topf passende Herdplatte. Kochen Sie nur mit Mindestwassermenge. Beim Backen empfiehlt es sich, die Umluft-Funktion zu nutzen und das Backrohr nicht vorzuheizen. Verwenden Sie beim Geschirrspülen nach Möglichkeit das Eco- oder Sparprogramm und spülen Sie möglichst nur bei voller Beladung. Verzichten Sie wenn immer möglich auf das Abwaschen mit der Hand, weil es mehr Energie und Wasser verbraucht.

Schon gewusst? Mit 1 kWh Strom können Sie ungefähr:

- 30 Liter Warmwasser bereiten
- ein Mittagessen für vier Personen kochen
- 130 Scheiben Brot toasten
- 100 Stunden unter einer effizienten Lichtquelle lesen
- sieben Stunden lang fernsehen
- einmal Wäsche waschen mit 40°C
- 15 Hemden bügeln

Mehr Informationen auf mission11.at oder unter topprodukte.at/services/energiespartipps