

Pressemeldung

Ihr/e Gesprächspartner/in
Karin Haisch
presseamt@aalen.de

Zimmer-Nr.
122

Telefon
07361 52 1122

Telefax
07361 52 1902

Presse-Nr.

Datum
19.07.2022

Einfache aber wirkungsvolle Tipps zum Energiesparen im Haushalt

Heizöl, Gas, Benzin und Diesel werden immer rarer, die Energiepreise steigen und der Klimawandel schreitet drastisch voran. Erster Bürgermeister Wolfgang Steidle macht deshalb deutlich: „Jeder kann durch einfache Änderungen der Verhaltensweisen im Alltag die Energiekosten senken und somit auch aktiv zum Klimaschutz beitragen.“

Energiesparen beim Waschen

Große Haushaltsgeräte verbrauchen viel Energie. Bei der Benutzung von Wasch- und Spülmaschine helfen einfache Tipps, um den Energiebedarf zu verringern:

- bei möglichst kalten Temperaturen waschen und kaltaktive Waschmittel verwenden
- auf Vorwäsche verzichten
- Maschinen möglichst voll beladen
- prinzipiell den Energiespar-/ECO-Modus verwenden
- möglichst auf Wäschetrockner verzichten: Wäsche aufhängen, warme Temperaturen und die

Sonnenenergie nutzen. Wenn auf den Trockner nicht verzichtet werden kann, die Wäsche in der Waschmaschine vorher gut schleudern

Energiesparen in der Küche

- mit Deckel kochen
- Topf an die Größe der Herdplatte anpassen
- Herd und Backofen frühzeitig ausschalten und Resthitze nutzen
- Schnellkochtöpfe nutzen
- Umluft statt Ober- und Unterhitze nutzen
- möglichst wenig den Backofen oder Herd nutzen, stattdessen kleine Geräte wie Mikrowelle, Toaster oder Wasserkocher
- einen Wasserkocher nutzen, um kleinere Mengen Wasser zu erhitzen
- 7 °C im Kühlschrank und -18 °C im Gefrierschrank sind ausreichend

Elektrogeräte und Licht

Die größten Stromfresser sind kleine Elektrogeräte zwar nicht, aber dennoch gibt es einige Möglichkeiten, den Stromverbrauch weiter zu verringern:

- alle herkömmlichen Glühbirnen durch LED-Lampen ersetzen
- Kippschalter nutzen oder Netzstecker ziehen, um Standby-Modi zu verhindern, z.B. bei TV, Spielkonsole oder Kaffeemaschine

- Licht ausschalten, wenn nicht unbedingt benötigt und unnötige Lichtquellen vermeiden
- Außenbeleuchtung abschalten. Das hilft auch den Insekten und wirkt der Lichtverschmutzung entgegen

Anschaffung von Geräten

Bei der Anschaffung neuer Haushaltsgeräte sollten robuste, energie- und wassersparende Geräte gewählt werden. Oft übersteigen die Betriebskosten die Anschaffungspreise. Bei Kühl- und Gefriergeräten, Wasch- und Spülmaschinen, Wäschetrocknern und Co. gibt es enorme Verbrauchsunterschiede, aber auch ein riesiges Angebot. Um den Überblick behalten zu können, veröffentlichte das Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft Baden-Württemberg in diesem Jahr eine Verbraucherinformation. Die Broschüre „Besonders sparsame Haushaltgeräte 2022“ ist im 3. OG des Rathauses, vor dem Zimmer 327 erhältlich oder steht unter um.baden-wuerttemberg.de/de/service/publikation/did/besonders-sparsame-haushaltsgeraete-2022/ zum Download bereit.

Warmwasser sparen

Ein unterschätztes Sparpotenzial bietet der Umgang mit Warmwasser:

- Duschzeit verkürzen
- Sparsamen Duschkopf verwenden

- Hände mit kaltem Wasser waschen
- beim Zähneputzen, Rasieren und beim Einseifen unter der Dusche das Wasser abstellen

Richtig heizen

Der meiste Energieverbrauch im Haushalt entsteht durch das Heizen. Moderne Heiztechnik, dichte Fenster und gute Dämmung bieten hier das größte Potenzial, um die Energieeffizienz zu erhöhen. Aber auch bestimmte Verhaltensweisen sparen Energie:

- Heizung nachts, oder wenn man nicht zuhause ist, runterdrehen
- richtig lüften: zwei bis drei Mal täglich für ca. fünf Minuten Querlüften, anstatt die Fenster lange gekippt zu halten
- Rollläden und Vorhänge in kalten Nächten geschlossen halten
- Heizkörper nicht zustellen
- Heizkörper entlüften
- Blick in den Heizungskeller: Heizungs- und Warmwasserrohre sollten isoliert sein
- Regelmäßige Wartung und hydraulischer Abgleich der Heizungsanlage
- Raumtemperaturen im Blick halten: empfohlen werden 20 °C in Wohn- und Arbeitsräumen, 18 °C in der Küche, 16 °C auf der Toilette und 17 °C im Schlafzimmer

- digitale Thermostate lassen sich auf bestimmte Temperaturen programmieren
- Nur genutzte Räume heizen

Vorausschauendes Autofahren

Wer spritsparend fahren möchte, sollte vorausschauend und langsam fahren, um möglichst wenig schalten und bremsen zu müssen.

Außerdem hilft es, auf den empfohlenen Reifendruck zu achten. Bestenfalls lässt man das Auto stehen und geht zu Fuß, nutzt das Fahrrad oder den öffentlichen Verkehr.