

Hier gibt es noch mehr Energiespartipps

- * www.energiewechsel.de (vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz)
- * www.ganz-einfach-energiesparen.de (vom Bundesverband der Energie- und Wasserwirtschaft e. V.)
- * Broschüre „Energiespartipps in einfacher Sprache“ als Download auf www.verbraucherzentrale.de in Dari, Arabisch, Kurdisch und Englisch auf www.verbraucherzentrale.nrw/fluechtlingshilfe
- * Duschkostenrechner auf www.verbraucherzentrale.nrw/duschrechner
<https://shk-info.de/energieverbrauch-beim-duschen/>

Ausblick Klimaschutz

Energiesparen im Haushalt ist ein Anfang

Aktuell ist zu beobachten, dass viele Menschen bereit sind, ihr Verhalten im Alltag zu ändern. Wenn sich mehr und mehr Menschen mit dem Thema „Ressourcen schonen“ auseinandersetzen und ihren Lebensstil anpassen, profitiert davon auch der Klimaschutz.

Energiesparen im Haushalt reicht nicht

Es bedarf umfangreicher Veränderungen auf politischen und wirtschaftlichen Ebenen, um das Risiko zukünftiger Krisen und Konflikte um Ressourcen zu minimieren. Effektivere Regelungen zur Reduktion des Verbrauchs fossiler Energien und zum raschen Ausbau erneuerbarer Energien sind erforderlich, um den menschengemachten Klimawandel abzubremesen.

Du willst mehr für Klimaschutz tun?

Weitere Möglichkeiten

- * Beschaffe dir mehr Information, z. B. www.umweltbundesamt.de
de.scientists4future.org
- * Nimm an Kundgebungen teil, z. B. fridaysforfuture.de
- * Werde in einer Gruppe aktiv. Eine Übersicht findest Du z. B. bei www.bo-alternativ.de
- * Sprich Politiker*innen auf Klimaschutz an, z. B. schwarmforfuture.net
- * Unterzeichne oder starte Petitionen, z. B. www.klimawende-bochum.de
www.change.org, Stichwort „Klimaschutz“
www.campact.de

Weitere Informationen

Bei den Scientists for Future Bochum erhältst du Hintergrundwissen (Link im QR-Code), z. B. zu

- * klimaverträglicher Energieversorgung,
- * Kohlefakten,
- * Irrweg Kernenergie,
- * u. v. m.



Kontakt

Scientists for Future Bochum

s4f-bo.de

bochum@scientists4future.org

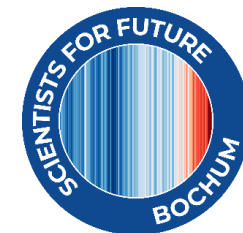
Schnell und einfach Energie sparen im Haushalt

Einfache Tipps für jeden Tag.

Neue Gewohnheiten einüben.

Ausgaben begrenzen.

Klima schützen.



Tipps zum Energiesparen im Haushalt

Raumtemperatur

Hier geht es vor allem um deinen Gasverbrauch.

- Nicht jeder Raum in der Wohnung muss gleich stark beheizt werden. Das Umweltbundesamt empfiehlt: Für Wohnbereiche 20 °C, für die Küche 18 °C und für das Schlafzimmer 17 °C. In der Nacht oder bei längerer Abwesenheit sollte die Temperatur weiter abgesenkt werden. Reduzierst du die Temperatur um 1 °C, so sparst du ca. 6% Heizenergie.
- Das Schließen der Rollläden kann Wärmeverluste bis zu 20% reduzieren. Ein Vorhang vor dem Fenster kann ebenfalls helfen.
- Heizkörper heizen den Raum besser, wenn sie staubfrei sind und nicht durch Möbel oder Vorhänge blockiert sind. Regelmäßiges Entlüften der Heizkörper hilft ebenfalls.
- Häufig geht Wärme durch Fugen und Lücken zwischen Fenstern und Türen verloren. Ein einfacher Trick, um solche Lecks zu finden, ist mit einem Blatt Papier entlang der Fugen zu fahren, um einen Luftzug zu finden. Häufig lohnt es sich, diese dann abzudichten, beispielsweise mit einem Fugenband aus dem Baumarkt.

Warmwasser

Neben reiner Effizienz kann auch die Änderung des Nutzungsverhaltens ein erhebliches Einsparpotenzial bedeuten, ohne dass es einen großen Komfortverlust gibt.

- Duschen spart im Allgemeinen Warmwasser gegenüber Baden. Weiterhin gibt es für Duschen Wassersparduschköpfe, welche den Verbrauch zwischen 30-50% reduzieren.
- Bei einem Durchlauferhitzer die Temperatur so reduzieren, dass für eine angenehme Temperatur nicht noch kaltes Wasser benötigt wird.
- Wasser abstellen, wenn du es gerade nicht nutzt, z. B. beim Einseifen.
- Um einen Eindruck für die Energieverbräuche zu gewinnen, lohnt sich ein Blick auf die Duschrechner (siehe Rückseite).
- Kochwasser, z. B. für Nudeln, Reis und Kartoffeln, lässt sich vorab im Wasserkocher oftmals effektiver erhitzen als auf dem E-Herd. Dabei nur die nötige Menge an Wasser zum Kochen bringen.

Stromeinsparung

Nicht wenige Geräte sind in ihrer Werkseinstellung überdimensioniert. Schon eine kluge Anpassung hilft beim Energie sparen.

- Einfach: Energiesparprogramme (Ecomodus) der Geräte nutzen und auf Energieeffizienz neuer Geräte achten.
- Waschmaschinen kommen bei 30 °C mit weniger als der Hälfte der Energie aus als bei 60 °C und reinigen trotzdem genauso gut. Ausnahme: Befinden sich im Haushalt erkrankte oder geschwächte Personen, Säuglinge oder Schwangere, dann mit 60 °C waschen. Mindestens einmal im Monat sollte die Maschine mit 60 °C waschen.
- Wasch- und Spülmaschine nur gut befüllt einschalten.
- Regelmäßiges Abtauen von Kühl- und Gefrierschrank kann den Stromverbrauch zwischen 15% bis 45% reduzieren. Vereiste Geräte verbrauchen deutlich mehr Strom. Zudem reicht im Kühlschrank meistens eine Temperatur von ca. 7 °C aus.
- Beim Kochen von Speisen auf dem Herd einen lichtdichten Deckel verwenden. Im Ofen ist die Umlufteinstellung 20% sparsamer als Ober- und Unterhitze. Das Vorheizen weglassen, dafür die Gerichte etwas länger im Ofen belassen. Herd und Ofen vor dem Ende der Kochzeit ausschalten, um Restwärme zu nutzen.
- Der Klassiker: Licht aus beim Verlassen des Zimmers. Wo noch nicht geschehen, auf sparsame LED-Leuchtmittel umstellen.