

## Checkliste zum Energie sparen

### 1. Augen auf beim Elektrogerätekauf

Wussten Sie schon, dass ...

alte Kühlschränke, Waschmaschinen, Spülmaschinen oder Trockner stromfressende Haushaltsgeräte sind. Achten Sie deshalb bei der Neuanschaffung dieser Haushaltsgeräte auf dessen Stromverbrauch in kWh. Verzichten Sie auf Geräte der Klassen G bis A und kaufen Sie nur A+ bis A+++.

*Beispiel: Wenn Sie Ihren alten Kühlschrank der Energieeffizienzklasse B durch ein Gerät der Klasse A+++ austauschen, sparen Sie pro Jahr 160 Kilogramm CO<sub>2</sub> und 74 Euro ein. (Quelle: WWF)*

Informationen zu besonders sparsamen Haushaltsgeräten stehen hier zur Verfügung: → [https://www.verbraucherzentrale-energieberatung.de/downloads/VZE\\_Sparsame\\_Haushaltsgeraete.pdf](https://www.verbraucherzentrale-energieberatung.de/downloads/VZE_Sparsame_Haushaltsgeraete.pdf)

### 2. Regulierung Kühl- und Gefrierschranktemperatur

Wussten Sie schon, dass ...

es beim Energiesparen nicht nur auf die Energieeffizienzklasse eines Elektrogeräts, sondern auch auf die richtige Nutzung ankommt.

- Die optimale Kühlschranktemperatur liegt bei 6 bis 7 Grad Celsius. Für die Gefriertruhe sind – 18 Grad Celsius ausreichend
- Achten Sie darauf, dass die Geräte nicht neben Heizung, Spülmaschine oder Herd stehen
- Die Gefriertruhe am besten in den Keller stellen, wo es ohnehin ein paar Grad kälter ist
- Auch ist die Funktionsfähigkeit der Türen regelmäßig zu prüfen, ob diese noch vollständig schließen
- Das Gerät bei Reif- und Eisbildung abtauen lassen

*Beispiel: Wenn Sie Ihren Kühlschrank nur auf höchstens 7 Grad Celsius herunterkühlen lassen, sparen Sie gegenüber einer Kühlung auf 5 Grad Celsius rund 20 Kilogramm CO<sub>2</sub> und 10 Euro jährlich. (Quelle: WWF)*

### 3. „Ruhepause“ – abschalten, aber bitte richtig

Wussten Sie schon, dass ...

Fernseher, Radio, Computer die auf Stand-By stehen trotzdem Energie verbrauchen. Dieser Bereitschaftsstrom kostet Sie somit Geld. Je nach Gerät variiert der Stromverbrauch zwischen 1 Watt und bis zu 20 Watt. Energie, die mit abschaltbaren Steckerleisten ganz einfach eingespart werden kann.

*Beispiel: Dadurch können Sie rund 100 Euro und 220 Kilogramm CO<sub>2</sub> einsparen (Jahreswert bei 5 Geräten mit je 10 W Stand-By Leistung). (Quelle: WWF)*

#### **4. Ein „helles Köpfchen“ sein**

Wussten Sie schon, dass ...

je höher die Lumenzahl pro Watt ist, desto größer ist die Lichtausbeute. Soll ein Raum hell ausgeleuchtet sein, orientieren Sie sich deshalb nicht an der Wattangabe, sondern an der Lumen (lm). Gute Energiesparlampen lassen pro Watt bis zu fünfmal mehr Lumen strahlen als Glühlampen (Quelle: BUND). Zudem sind diese langlebiger und brauchen ca. 20 % weniger Energie als herkömmliche Glühlampen.

*Beispiel: Zwar sind die Anschaffungskosten von LEDs im Vergleich zu herkömmlichen Glühlampen höher, jedoch ersetzt eine 9 Watt LED eine normale 60 Watt Glühlampe bei gleicher Leuchtstärke. Aufgrund der eingesparten Energie amortisiert sich die Anschaffung von LED nach ca. 1- 2 Jahren.*

Die Stadt Ostfildern konnte durch den Austausch von ursprünglichen Leuchtmitteln auf energieeffiziente LED-Lampen in der Straßenbeleuchtung bereits ca. 333.500 kg CO<sub>2</sub> einsparen.

#### **5. Wasserkocher im Einsatz**

Wussten Sie schon, dass ...

auch beim Kochen Energie eingespart werden kann. Erhitzen Sie das Wasser mit dem Wasserkocher anstatt mit der Herdplatte.

*Beispiel: Wenn Sie an jedem Tag ein Liter Wasser kochen, sparen Sie jährlich 40 Euro beziehungsweise 90 Kilogramm CO<sub>2</sub>. (Quelle: WWF)*

#### **6. Lüften – gewusst wie**

Wussten Sie schon, dass ...

richtiges Lüften Energie spart. Hier ein paar Tipps für richtiges Lüftungsverhalten:

- Fenster sind vollständig zu öffnen. Die Lüftungsdauer ist von der Zimmertemperatur zur Außentemperatur abhängig. Je kälter die Außentemperatur, desto kürzer muss gelüftet werden. Meistens reichen 5-6 min aus, damit die verbrauchte Luft und Feuchtigkeit im Raum entweichen kann. Wichtig, unbedingt Kippstellung der Fenster vermeiden. Das ist wirkungslos und verbraucht viel Heizenergie.
- Morgens und Abends Stoßlüften und Türen weit öffnen, damit ein Durchzug möglich ist. Bei ganztägiger Anwesenheit von Personen im Raum ist mehrmaliges Lüften – vormittags und nachmittags – notwendig.
- Entsteht im Raum viel Wasserdampf z. B. durch kochen oder duschen, ist die feuchte Luft sofort durch Lüften nach Außen zu transportieren. Andere Zimmertüren sind geschlossen zu halten, damit die wassergesättigte Luft nicht in andere Räume eindringen und sich verteilen kann. Bei innenliegenden Räumen wie z. B. Bad ohne Fenster ist auf dem kürzesten Weg (durch ein anderes Zimmerfenster) zu Lüften.
- Wäschetrocknen soll in einem Zimmer erfolgen. Dieses ist öfter zu Lüften und die anderen Zimmertüren sind geschlossen zu halten.

*Beispiel: Mit der Stoßlüft-Methode sparen Sie 610 Kilogramm bzw. 180 Euro pro Jahr im Vergleich zu ständig gekippten Fenstern bei kalten Außentemperaturen. (Quelle: WWF)*

## **7. Heizen „mit Köpfchen“**

Wussten Sie schon, dass ...

mit der Wahl der Raumtemperatur sich enorme Kosten im Heizenergieverbrauch einsparen lassen. Bereits ein Grad Celsius weniger spart im Durchschnitt zwischen fünf bis zehn Prozent Heizenergie ein.

Hier ein paar Tipps, welche Raumtemperatur welche Räume haben sollten und was noch zu beachten ist (Quelle: BUND):

- Für Wohnzimmer, Kinderzimmer und in der Küche gelten 20 Grad Celsius als ausreichend (Stufe 3 bei den meisten Thermostatventilen). In der Küche sind 18 Grad Celsius, im Schlafzimmer 14 Grad Celsius und im Bad 22 Grad Celsius ausreichend.
- Auch wenn Sie tagsüber nicht zuhause sind, die Heizung nie ganz abschalten, da eine Abkühlung und Wiederaufheizen energieintensiver und somit teurer ist. Stattdessen eine abgesenkte Durchschnittstemperatur beibehalten.
- Auch Nachts kann eine abgesenkte Durchschnittstemperatur von 3 - 5 Grad Celsius beibehalten werden.
- In ungenutzten Räumen wie Keller und Dachräume müssen keine wohligen Temperaturen von 20 Grad Celsius vorherrschen. Diese müssen sogar entweder nur teilweise oder überhaupt nicht beheizt werden.
- Wichtig, Zimmertüren geschlossen halten. Unterschiedlich temperierte Räume müssen sowohl tagsüber als auch Nachts geschlossen gehalten werden.
- Durch schließen der Rollläden kann der Wärmeverlust um ca. 20 % reduziert werden.

*Beispiel: Senken Sie die Temperatur um nur ein Grad Celsius und sparen Sie im Jahr 450 Kilogramm CO<sub>2</sub> und 135 Euro ein. (Quelle: WWF)*

## **8. Energie sparen beim Waschen**

Wussten Sie schon, dass ...

heutige Waschmittel Koch- und Vorwäsche überflüssig machen. Nutzen Sie die Sparprogramme Ihrer Waschmaschine und den Schonwaschgang. Waschen Sie bei 40 statt bei 60 Grad und nur, wenn die Maschine voll ist. Verzicht auf den Trockner und hängen Ihre Wäsche an die frische Luft.

*Beispiel: Bei 160 Waschgängen pro Jahr mit 40 statt 60 Grad sowie Verzicht auf Vorwäsche und Trockner können Sie 250 Kilogramm CO<sub>2</sub> vermeiden. Gespartes Geld: 110 Euro. (Quelle: WWF)*

## **9. Spülmaschine voll beladen**

Wussten Sie schon, dass ...

sparsame Spülmaschinen weniger Wasser als das Spülen mit der Hand benötigen. Einfach die Maschine möglichst voll machen und das Sparprogramm wählen. Geschirr dabei nicht vorspülen.

*Beispiel: Sie sparen bei 160 Spülmaschinengängen im Sparprogramm statt Handwäschen pro Jahr 80 Kilogramm CO<sub>2</sub> und 35 Euro. (Quelle: WWF)*

## 10. klimafreundlich unterwegs sein

Wussten Sie schon, dass ...

deutsche PKWs fast hundert Millionen Tonnen CO<sub>2</sub> pro Jahr ausstoßen (Quelle BUND). Das Auto ist damit ein regelrechter „Klimaverschmutzer“ und belastet bei den derzeitigen Spritpreisen nicht nur das Klima, sondern auch Ihren Geldbeutel. Also gleich zwei gute Gründe das Auto einfach mal stehen zu lassen und sich auf andere Weise fortzubewegen.

*Beispiel: Wer den CO<sub>2</sub>-Ausstoß seines Autos pro Fahrkilometer errechnen will, multipliziert den durchschnittlichen Spritverbrauch für 100 Kilometer mit dem Faktor 24 (bei Benzinmotoren) bzw. mit 27 (bei Dieselmotoren). (Quelle: BUND)*

Der Baubetriebshof hat mittlerweile vier Elektro-Fahrzeuge. Außerdem können seit 2013 städtische Mitarbeiter Ihre Dienstfahrten mit Pedelecs statt mit dem Auto zurücklegen. Damit wird jede Dienstfahrt zum Erlebnis und nebenbei wird Energie und Geld gespart und für die Gesundheit Gutes getan.

Weitere Informationen zum Thema Radverkehr finden Sie hier: <http://www.ostfildern.de/Radfahren.html>

Öffentlicher Personennahverkehr – Bus und Bahn

Können oder wollen Sie sich nicht auf's Rad schwingen, weil z. B. die Entfernung zwischen Start- und Zielpunkt zu weit entfernt liegt. Dann ist der öffentliche Personennahverkehr auch eine Alternative zum Rad bzw. zum Auto.

Informationen zur Personenbeförderung in Ostfildern finden Sie hier:

<http://www.ostfildern.de/oeffentlicherpersonennahverkehr.html>

Teilen und zu Car Sharing eilen

Car Sharing, das Auto also teilen ist eine klimafreundliche Alternative zum eigenen Auto. Dafür stehen insgesamt acht Fahrzeuge an sechs verschiedenen Standorten in Ostfildern zur Verfügung.

Informationen zum Car Sharing Angebot in Ostfildern finden Sie hier:

<http://stuttgart.stadtmobil.de/privatkunden/stationen/region-stuttgart/ostfildern/>

Um den motorisierten Individualverkehr zu verringern plant die Stadt Ostfildern in den kommenden Monaten ein KitaMobil einzurichten, einen Mobilitäts-CO<sub>2</sub>MPASS zu erarbeiten und den Radverkehr weiterhin zu fördern.