

# ...mit ENERGIE Sparen

**JEDER KANN ES ...  
WIR IM UNIONVIERTEL TUN ES!**

**TIPPS & TRICKS ZUM ENERGIESPAREN**



Projektteam „...mit Energie sparen“  
im Auftrag der Stadt Dortmund  
Huckarder Straße 8-12  
44147 Dortmund  
Tel. 0231-9732073

Aktionsbüro „...mit Energie sparen“  
Rheinische Straße 28  
44147 Dortmund



[www.energie-sparen-dortmund.de](http://www.energie-sparen-dortmund.de)

[www.energie-sparen-dortmund.de](http://www.energie-sparen-dortmund.de)



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Ministerium für Wirtschaft, Energie,  
Bauen, Wohnen und Verkehr  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Stadt Dortmund





# RAUSHOLEN, WAS DRIN IST: MIT ENERGIE SPAREN!

## IHR WEG ZU WENIGER VERBRAUCH – GENAUSO VIEL KOMFORT – MEHR IM PORTEMONNAIE

### ... SO GEHT ES LOS ...

Wenn Sie diese Broschüre lesen, haben Sie sich entschieden, etwas zu tun. Gemeinsam mit Ihren Nachbarn aus dem Unionviertel rund um die Rheinische Straße unternehmen Sie jetzt etwas gegen die ständig steigenden Energiekosten, die so genannte „zweite Miete“.

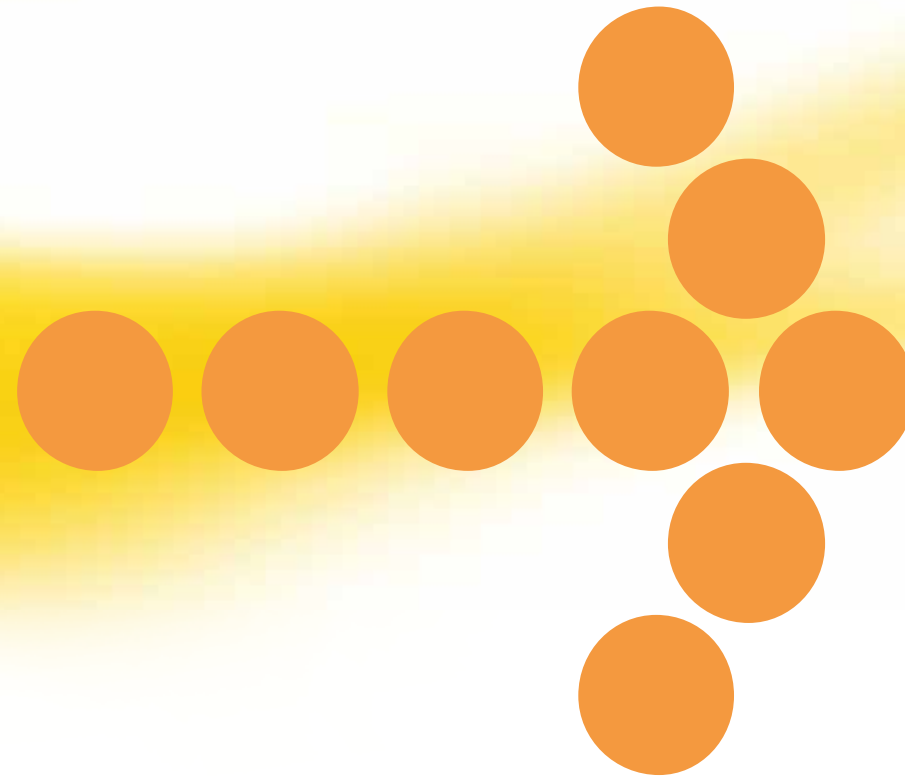
Wie Sie bis zu 20 % Ihrer Kosten einsparen, ohne auf Komfort zu verzichten oder viel Geld für neue Elektrogeräte auszugeben – einfach durch bewussten Umgang mit Energie und simple Änderungen im Verhalten – zeigen Ihnen die Tipps & Tricks in dieser Broschüre.

Dass es sich lohnt, zeigt eine Beispielrechnung: Ein vierköpfiger Haushalt benötigt im Jahr rund 4.500 kWh Strom, das sind bei 0,25 € je kWh jährlich etwa 1.125 €. Wenn Sie davon 20 % sparen, sind das schon 225 €. Und bei den Heizkosten sparen Sie ja noch zusätzlich!

Für Ihr Engagement möchten wir uns jetzt schon bedanken. Zum einen im Namen der Umwelt, denn was Ihnen im Portemonnaie gut tut, kommt auch der Umwelt zugute und ist Ihr persönlicher Beitrag zum Klimaschutz. Und zum anderen im Namen aller Bürger, denn für jeden Euro, den Sie sparen, legen unsere Sponsoren einen Euro drauf – für ein gemeinnütziges Projekt im Viertel für das Viertel.

**Ganz hinten haben wir Ihnen eine Checkliste mit den erfolgreichsten Tipps zusammengestellt, die Sie ausklappen und für sich persönlich abhaken können.**

**Wir wünschen Ihnen – uns gemeinsam: viel Erfolg!**



Weiterführende Infos:  
[www.umweltbundesamt.de](http://www.umweltbundesamt.de)  
[www.initiative-energieeffizienz.de](http://www.initiative-energieeffizienz.de)  
[www.umweltamt.dortmund.de](http://www.umweltamt.dortmund.de)  
[www.licht.de](http://www.licht.de)

Bildnachweis: [www.fotolia.de](http://www.fotolia.de), [www.photocase.de](http://www.photocase.de), [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)

# GANZ EINFACH 5 EURO SPAREN: UNSERE TOP-TIPPS FÜR SIE

Wenn Sie diese Top-Tipps befolgen, haben Sie schon viel gespart. Sie zeigen Ihnen, wie schnell und einfach Sie 5 Euro sparen können – immer wieder und so oft Sie wollen.

### KÜCHE

- Achten Sie bei Kühl- und Gefrierschränken auf ausreichenden Wandabstand, saubere Lüftungsgitter und Dichtungen und stellen Sie ihn auf 5-7°C ein. Alleine damit sind 5 € Einsparung im Monat drin.
- Kochen Sie mit einem passenden, ebenen Topf auf der passenden Platte und setzen Sie immer einen Deckel auf. Erhitzen Sie für Nudeln, Kartoffeln, Reis usw. nur so viel Wasser, wie Sie tatsächlich brauchen und nehmen Sie, wo möglich, einen Schnellkochtopf. 5 € sparen Sie so etwa alle 3 Monate.
- Wer täglich 2,5 l Wasser erhitzt, spart mit einem modernen Wasserkocher gegenüber der Zubereitung auf dem Herd 5 € in 50 Tagen.
- Nutzen Sie das Sparprogramm Ihrer Spülmaschine! Es läuft zwar meist länger, Sie sparen aber so in einem halben Jahr 5 €.
- Nehmen Sie Gefrorenes schon am Vortag aus dem Gefrierfach und lassen es bei Zimmertemperatur oder noch besser im Kühlschrank auftauen. Wenn Sie so jeden Tag auf das Auftauen in der Mikrowelle verzichten können, summiert sich das auf 5 € in 3 Monaten.

### WOHNEN & BÜRO

- Wenn Sie alle StandBy-Verbraucher in Ihrem Haushalt konsequent über schaltbare Mehrfachsteckdosen abschalten oder den Netzstecker ziehen, kommen alle 20 Tage 5 € Ersparnis zusammen.
- Sie mögen es auch im Sommer kühl? Wer tagsüber die Rollläden oder Außenjalousien schließt und nachts lüftet, kann sich oft ein Klimagerät sparen – und damit je nach Nutzungsdauer alle paar Tage 5 €!
- Im Büro kann eine Espressomaschine, die abends ausgeschaltet wird, gegenüber einem ganzjährig betriebenen Heißgetränkautomaten 5 € schon in einem Monat sparen.

Unsere Sparbeispiele sind Durchschnittswerte für einen mehrköpfigen Haushalt. Die Einsparungen sind natürlich von Ihrem individuellen Verbrauch abhängig. Je mehr Sie jetzt verbrauchen und je weniger Gedanken Sie sich bisher über Energie gemacht haben, desto größer ist Ihr Sparpotenzial. Aber auch kleine Haushalte, die bisher schon viele Punkte berücksichtigt haben, können mit unseren Tipps sparen.

### BAD & WASCHEN

- Erzeugen Sie Ihr warmes Wasser elektrisch? Dann können Sie so einfach wirklich viel erreichen: Ein Wasserspar-Duschkopf und Perlator-Einsätze für die Wasserhähne kosten rund 40 € – Sie sparen damit aber 5 € schon in 14 Tagen. Die Investition hat sich nach 4 Monaten amortisiert. Ab dann wird nur noch gespart!
- Wenn Sie zusätzlich noch Ihren elektrischen Warmwasser-Bereiter mit einer Zeitschaltuhr versehen, so dass er nur dann warmes Wasser bereithält, wenn Sie es auch brauchen, sind weitere 5 € in 5 Monaten für Sie drin. Zusätzlich sollten Sie im Urlaub daran denken, den Boiler ganz abzustellen.

### LICHT

- Energiesparlampen kosten Geld – besonders, wenn Sie solche mit elektronischen Vorschaltgeräten (EVG) kaufen. Die sind aber kleiner, sparsamer und vertragen auch häufiges Ein- und Ausschalten. Tauschen Sie zunächst nur die 10 Lampen aus, die täglich am längsten brennen. Die Investition von ca. 80 € haben Sie schon nach etwa einem Jahr wieder herausgeholt. Danach sparen Sie 5 € – und zwar jeden Monat.

### HEIZEN

- Alle Heizungspumpen in deutschen Haushalten (also die Pumpe, die das warme Wasser vom Kessel in die Heizkörper fördert) verbrauchen im Jahr zusammen genau so viel Strom wie der gesamte Bahnverkehr inklusive aller S- und U-Bahnen, nämlich 15.000.000.000 kWh! Je nach Baujahr der Heizung kann so eine Pumpe auf einer hohen Leistungsstufe 450 kWh und auf einer niedrigen nur 200 kWh jährlich verbrauchen. Sie sparen also jeden Monat 5 €, wenn Sie sich an einen Heizungsfachmann wenden oder sich zutrauen, nach einem Blick in die Bedienungsanleitung eine niedrigere Einstellung probeweise selbst vorzunehmen.



# HIER LOHNT SICH DAS SPAREN BESONDERS!

## RUND EIN DRITTEL IHRER STROMKOSTEN FALLEN HIER AN.

### HERD

Wer eine Neuanschaffung plant, sollte wissen, wie „energiehungrig“ welcher Herdtyp ist: Gasherde brauchen z.B. bis zu 30 % weniger Energie als Elektroherde. Bei den Elektroherden ist im Gegensatz zu einem Gussplattenherd ein Glaskeramik-Kochfeld etwa 10 % sparsamer, weil weniger Energie beim Vor- und Nachwärmen verloren geht. Mit dem richtigen Kochgeschirr spart ein Induktionsherd noch mehr: Die magnetische Induktion in den Topfböden ersetzt die konventionelle Erwärmung über die Wärmeleitung der Herdplatten. So lassen sich 20 % der üblichen Energiekosten einsparen.

Kleinere Mengen erwärmen Sie am kostengünstigsten in einer Mikrowelle, denn hier geht kaum Energie durch Wärmeübertragung verloren.

Für alle Herdtypen gilt:

- Die Topfgröße unbedingt auf die Platten abstimmen, damit keine Hitze vorbei geht oder nur ein Teil des Bodens heiß wird.
- Verbeulte Töpfe und Pfannen austauschen. Wenn der Boden nicht ganz eben auf der Platte aufliegt, geht viel Energie verloren.
- Bei Töpfen und Pfannen Deckel aufsetzen, damit die Hitze nicht entweichen kann. Ohne Deckel brauchen Sie doppelt so viel Energie!
- Für Gerichte mit langer Garzeit empfiehlt sich ein Schnellkochtopf, der spart fast ein Drittel.
- Bei Elektroherden können Sie die Platten ruhig einige Minuten vor Ende der Garzeit ausschalten und so die Restwärme nutzen.
- Beim Nudel- und Kartoffelkochen nur so viel Wasser wie nötig erhitzen.

# 1/2

... halber Energieverbrauch  
bei geschlossenem Topf.



## ❖ KÜHLEN

Kühl- und Gefrierschränke machen immerhin 20 % des Stromverbrauchs aus. Es lohnt sich also, hier genauer hinzusehen.

- Beim Kauf neuer Geräte auf die Energiekennziffer achten.
- Kühl- und Gefrierschränke immer nur kurz öffnen, damit möglichst wenig Kälte entweicht.
- Eingefrorene Produkte sollten Sie im Kühlschrank auftauen und nicht bei Raumtemperatur. Das ist gesünder und spart darüber hinaus noch Strom, da das Gefriergut die Kühlung unterstützt.
- Warme Speisen sollten nicht in den Kühlschrank gestellt werden, sondern zunächst ausreichend abgekühlt und abgedeckt werden, da sie diesem die Kälte entziehen.
- Die Gummidichtungen an Kühlgeräten sollten immer sauber sein. Brüchige und verschmutzte Dichtungen lassen die Kälte raus.
- Vereiste Gefrierschränke sollten Sie regelmäßig abtauen. Sie kühlen nur noch die Eisschicht und verbrauchen so unnötige Energie.
- Kühlgeräte sollten nicht neben anderen Geräten stehen, die viel Wärme abgeben. Sie sollten auch nicht den ganzen Tag in der Sonne stehen, wo sie gegen die Hitze anarbeiten müssen. Zusätzliche Gefriertruhen stehen am besten in ungeheizten Kellerräumen.
- Kälter als 5-7°C muss kein Kühlschrank sein. Jedes Grad mehr bringt eine Stromsenkung von bis zu 6 %.
- Achten Sie beim Aufstellen auf einen ausreichenden Wandabstand, damit der Wärmetauscher richtig arbeiten kann. Reinigen Sie die Lüftungsgitter regelmäßig, um eine ausreichende Luftzirkulation zu gewährleisten. Das spart bis zu 10 %.

... genussvoll Energie sparen  
macht einfach Spaß.

## ❖ BACKOFEN

Kochen und Backen machen durchschnittlich 8 % des Haushaltsverbrauchs aus. Hier sind die Tipps besonders einfach:

- Das Vorheizen des Backofens ist nur bei sehr empfindlichen Gerichten wie Soufflés sinnvoll. Es steht nur deshalb auf jeder Tiefkühlpizza-Packung, weil der Hersteller Ihren Ofen nicht kennt und sonst keine verbindliche Garzeit angeben kann.
- Wer zu oft guckt, guckt beim Verbrauch im wahren Wortsinn in die Röhre: Bei jedem Öffnen der Ofentür gehen ca. 20 % der Wärme verloren.
- Schalten Sie den Backofen ruhig schon einige Zeit vor dem Ende der Backzeit aus. Mit der Restwärme im Ofen garen die Speisen trotzdem weiter.
- Die Umluftfunktion spart deutlich Strom, da Sie mit 25°C weniger Temperatur backen können. Außerdem können sie damit unterschiedliche Speisen gleichzeitig zubereiten.





## MIKROWELLE

Speisen bis ca. 500 g können stromsparend in der Mikrowelle erhitzt werden. Erst größere Portionen gehören auf den Herd.

- Lassen Sie Gefrorenes nach Möglichkeit über Nacht im Kühlschrank auftauen anstatt in der Mikrowelle.
- Auch in der Mikrowelle sollten die Speisen immer abgedeckt werden, damit die Hitze nicht entweichen kann. Und rühren Sie zwischendurch um – das verkürzt die Garzeit.
- Am besten erhitzen Sie die Speisen in der Mikrowelle direkt auf dem Essgeschirr. So geht beim Umfüllen keine Wärme verloren.

## SPÜLMASCHINE

Besonders bei neuen Spülmaschinen lohnt es sich, auf das Energielabel zu achten. Die schon 1994 eingeführten Klassen A bis G sind aber überholt – achten Sie möglichst auf A+ oder A++.

- Ihre Spülmaschine verbraucht eine bestimmte Menge Wasser und Strom – unabhängig davon, wie voll sie ist. Schalten Sie sie also am besten erst ein, wenn sie vollständig gefüllt ist.
- Für die meisten Spülgänge reicht das Kurz- oder Energiesparprogramm.
- Wenn Sie keine Spülmaschine besitzen oder große Töpfe per Hand spülen, füllen Sie das Spülbecken nur mit der benötigten Wassermenge, anstatt unter laufendem Wasser zu spülen.
- Halten Sie die Tür geschlossen, damit die Speisereste nicht antrocknen. So kann auf das Vorspülen verzichtet werden.



## ❖ DUNSTABZUGSHAUBE

Die Dunstabzugshaube sollten Sie nur dann anstellen, wenn es nötig ist. Beim Erwärmen von Speisen entsteht meist nur wenig Dampf und Geruch.

- Sie kann direkt nach dem Kochen wieder ausgeschaltet werden und muss nicht „nachlaufen“.
- Die Haube ist am wirksamsten, wenn die Filter regelmäßig gereinigt oder gewechselt werden.

## ❖ KLEINGERÄTE

Kleingeräte können Energie sparen, aber oft können Sie mit „guter, alter Handarbeit“ noch viel mehr sparen, z.B. beim Käse reiben, Gurken hobeln, Teig kneten...

- Das Erhitzen von Wasser geht in der Regel in einem Wasserkocher wesentlich schneller als auf dem Herd und spart auch noch Energie. Am besten füllen Sie immer nur so viel Wasser in den Wasserkocher, wie Sie tatsächlich benötigen.
- Viele moderne Wasserkocher bieten Ihnen verschiedene Temperaturstufen an. Manche Teesorten z.B. dürfen nicht zu heiß überbrüht werden – da reicht es, wenn Sie das Wasser auf 70 oder 80°C statt bis zum Kochen erhitzen.
- Beim Aufbacken von Brötchen auf dem Toaster sparen Sie im Gegensatz zum Backofen bis zu 70 %.
- Wasserkocher, Kaffee- und Teemaschinen sollten regelmäßig entkalkt werden. Der Kalk wirkt isolierend, erhöht den Stromverbrauch der Geräte und setzt die Lebensdauer herab.
- Das Warmhalten von Kaffee erfolgt am energiesparendsten in der Thermoskanne und nicht auf der Heizplatte.

## 5 EURO SPAREN? GEHT GANZ EINFACH!



Ich schalte einfach alle unbenutzten Geräte komplett aus. Ohne StandBy-Verbrauch habe ich meine 5 Euro in 23 Tagen zusammen.  
Dafür kriege ich ein 1A-Passfoto direkt hier in unserem Viertel!

# DER GROSSE HUNGER KLEINER STROMFRESSER.

## HIER LOHNT SICH BESONDERS EIN BLICK AUF DEN STAND-BY-VERBRAUCH.

### STAND-BY

Neben der Energieeffizienzklasse, auf die Sie bei Neuanschaffungen achten sollten, haben Sie hier den größten Hebel in der Hand. Viele Geräte haben gar keinen Netzschalter mehr, über den sie „richtig“ abgeschaltet werden, sondern lassen sich nur noch (oft per Fernbedienung) in den StandBy-Modus schalten. Alleine dieser „Halbschlaf“ kostet manche Haushalte jährlich bis zu 500 Euro.

- Achten Sie bei Neuanschaffungen auf einen niedrigen StandBy-Verbrauch oder noch besser auf einen Netzschalter.
- Schließen Sie Ihre Geräte über abschaltbare Mehrfachsteckdosen an. So können Sie sie ganz einfach so ausschalten, dass wirklich nichts verbraucht wird.
- Für schwer erreichbare Stellen bieten sich Funksteckdosen an, die Sie mithilfe einer Fernbedienung abschalten können.

... das Energieeffizienz-Label der EU hilft Sparfüchsen bei der Orientierung.  
(Beispiel Spülmaschine)





## UNTERHALTUNGS-ELEKTRONIK

Auch hier sollten Sie beim Kauf eines neuen Gerätes auf die Energieeffizienzklasse achten. Für Ihre bestehenden Geräte haben wir folgende Tipps:

- Schalten Sie DVD-Player, Spielkonsolen, PC & Co. nur dann ein, wenn Sie sie tatsächlich nutzen.
- Computer verfügen heute fast immer über einen Energiesparmodus, den Sie immer aktivieren sollten, damit sich der Rechner bei Nichtgebrauch selbstständig in den Ruhezustand versetzt.
- Während der Arbeitspausen sollte der Monitor in den Energiesparmodus gehen oder ganz ausgeschaltet werden. Bildschirmschoner verbrauchen durch die meist bewegten Bilder extra viel Strom.
- Bevorzugen Sie LCD-Monitore. Im Gegensatz zu älteren Röhrenmonitoren verbrauchen sie nur ein Viertel an Strom.
- Gerade bei den Zusatzgeräten für den PC können Sie sparen, indem Sie sie nur bei Bedarf einschalten. Das gilt besonders für Drucker und Scanner.
- Notebooks haben in der Regel einen deutlich geringeren Stromverbrauch als Desktop-PCs.
- Bei der Ausstattung eines PCs sollte darauf geachtet werden, dass dieser nur über die Ausstattungsmerkmale verfügt, die Sie wirklich brauchen. So ist der Stromverbrauch einer schnellen Grafikkarte z.B. deutlich höher als bei Standardmodulen.
- Elektronische Geräte mit Akku wie z.B. schnurlose Telefone verbrauchen immer Strom, sobald sie in der Ladestation stehen. Schließen Sie Ladestationen daher nur an das Stromnetz an, wenn der Akku fast leer ist. Das bekommt auch den Akkus besser.
- Kleine Fernseher verbrauchen deutlich weniger Strom als große. Überlegen Sie daher schon beim Kauf, welche Größe für Ihr Wohnzimmer angemessen ist.
- Versuchen Sie die Anzahl der Geräte mit Strombedarf zu minimieren. Virtuelle Anrufbeantworter ähnlich einer Handymailbox benötigen keinen zusätzlichen Strom. Manuelle Anrufbeantworter sind dauerhaft an den Stromkreis angeschlossen.
- Ein WLAN-Router ist in der Regel rund um die Uhr ans Stromnetz angeschlossen und verbraucht Strom. Schalten Sie ihn doch aus, wenn Sie die Wohnung verlassen.

### STAND-BY-RELEVANTE AUSSTATTUNG EINES 2-PERSONEN-HAUSHALTES

Geräte	Leistungsaufnahme Watt (W)	tägliche StandBy-Dauer Stunden	jährlicher Stromverbrauch (kWh/a)
Fernseher 32" LCD	14,3	19	93
DVB-T Receiver	10	19	65
DVD Recorder mit Festplatte	8	22	60
Stereoanlage	10	20	72
Radio	2	23	16
Computer/LCD Bildschirm/Drucker	10	19,5	67
DSL Modem inkl. WLAN Router	7	19,5	47
Espressomaschine Stand-By	2	24	18
Espressomaschine Warmhalten	35	6	71

SUMME

510



# WARMES WASSER, WARMES BAD, TROTZDEM SPAREN.

HIER WIRD VIEL VERBRAUCHT  
– HIER KÖNNEN SIE AUCH VIEL AUSRICHTEN.

## ❖ BADEN, DUSCHEN UND WARMWASSER

Warmes Wasser „aus der Wand“ ist heute eine Selbstverständlichkeit. Aber wussten Sie, dass die Warmwasserbereitung nach der Heizung der zweitgrößte Energieverbraucher im Haushalt ist? Besonders teuer wird es, wenn das warme Wasser mit elektrischem Strom erzeugt wird. Da lohnen sich unsere Spartipps erst recht!

- Wenn Sie längere Zeit nicht zu Hause sind, schalten Sie den Warmwasserboiler/-speicher aus, damit das Wasser nicht ständig warmgehalten werden muss.
- Wassersparduschköpfe lassen nur die Hälfte an heißem Wasser fließen und sparen so auch Energie.
- Stellen Sie den Durchlauferhitzer oder Warmwasserboiler so ein, dass Sie nur mit aufgedrehtem Heißwasserhahn duschen oder baden können. Eine zu hohe Temperatur führt nur dazu, dass Sie kaltes Wasser zumischen müssen.
- Entscheiden Sie sich beim Neuerwerb von Armaturen für eine Mischbatterie. So können Sie Wasser und Energie sparen.
- Die Warmwasseraufbereitung mit Strom ist deutlich teurer als mit Gas. Eine Badewannenfüllung mit einer Gaswarmwasseraufbereitung ist etwa ein Drittel billiger als mit einer strombetriebenen Anlage.

## ❖ KLEIN-ELEKTRO- GERÄTE

- Akkugeräte wie Rasierapparate und elektrische Zahnbürsten verbrauchen in der Ladestation ständig Strom. Trennen Sie die Station vom Strom, solange der Akku aufgeladen ist. So halten auch die Akkus länger.
- Trocknen Sie Ihre Haare gründlich mit dem Handtuch oder an der Luft vor, bevor Sie einen Fön verwenden. Sie brauchen weniger Zeit, weniger Strom und schonen außerdem Ihr Haar.

## ❖ WASCHMASCHINE

Eine Waschmaschine leistet viel: Pumpen, Heizen, Schleudern – kein Wunder, dass sie auch viel verbraucht. Achten Sie daher beim Kauf einer neuen besonders auf die Energieeffizienzklasse.

- Mit modernen Waschmitteln sind nur bei starker Verschmutzung hohe Temperaturen nötig. 30 statt 60°C sparen rund ein Drittel Energie.
- Die Waschmaschine sollte erst dann in Betrieb genommen werden, wenn die Trommel voll ist. Auch wenn Ihre Waschmaschine über ein „Halb-voll-Programm“ verfügt: Zwei Sparprogramme verbrauchen meist 50 % mehr Strom als eine volle Normalwäsche.
- Eine Vorwäsche ist meist nicht notwendig. Wer darauf verzichtet, spart bis zu 30 % Energie.
- Energiesparprogramme verlängern den Waschgang erheblich, weil die Wäsche länger in der Lauge einweicht. Wer die Zeit hat, kann eine Temperaturstufe herunterschalten und spart so fast 45 % Strom.
- Schonwaschprogramme dagegen brauchen 5 x soviel Wasser und 4 x soviel Strom – die sollten Sie also nur nutzen, wenn es wirklich nötig ist.
- Wenn Sie hartnäckige Flecken im Vorfeld einweichen, reicht auch hier eine niedrigere Waschtemperatur.
- Schließen Sie die Waschmaschine nicht an den Warmwasseranschluss an, da das Wasser für niedrig temperierte Waschgänge dann zu warm ist. Ausnahmen bilden Geräte, die über einen separaten Warmwasserzulauf verfügen.

## WÄSCHETROCKNER

Wäschetrockner verbrauchen bekanntlich sehr viel Strom und bekommen deshalb immer mehr Konkurrenz: Die gute alte Wäscheleine (scherzhaft auch „Solar-Evaporator“ genannt) kommt wieder in Mode. Hier kommen unsere Tipps für alle, die nicht auf ihren Wäschetrockner verzichten wollen oder können.

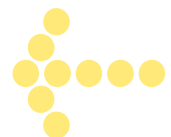
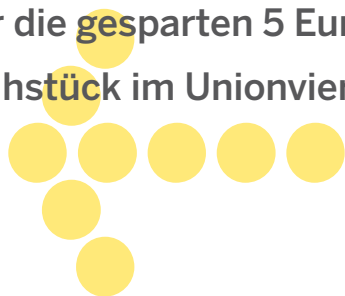
- Der Wäschetrockner sollte nur dann eingesetzt werden, wenn das Trocknen auf der Leine nicht möglich ist. Ein einziger Durchgang kostet rund 0,70 €!
- Die Wäsche, die Sie im Trockner trocknen, sollte vorher in der Waschmaschine gut geschleudert werden – möglichst mit 1.200 Umdrehungen oder mehr. Je trockener die Wäsche, desto weniger Zeit und Energie braucht der Trockner – logisch.
- Auch durch regelmäßiges Reinigen des Flusensiebs können Sie den Stromverbrauch reduzieren.
- Nicht jede Wäsche muss schranktrocken sein. „Bügeltrocken“ reicht, wenn Sie die Wäsche nach dem Trocknen sowieso bügeln.
- Der Trockner sollte nur im vollen Zustand ange stellt werden, da er halbvoll praktisch das selbe verbraucht.

... ganz natürlich und kostensparend:  
einfach die Wäsche auf die Leine hängen.



## ICH SPARE MEINE 5 EURO GANZ EINFACH!

Indem ich nur 7 mal meine Wäsche auf die Leine hänge, anstatt den Wäschetrockner anzuwerfen. Für die gesparten 5 Euro gönne ich mir ein leckeres Frühstück im Unionviertel!





# ES WERDE LICHT – ABER MÖGLICHST GÜNSTIG.

## BEI KAUM EINEM THEMA SCHEIDEN SICH DIE GEISTER SO WIE BEI DER BELEUCHTUNG.

Die einen schwören auf die „gute alte“ Glühbirne und werden von den anderen als ewig Gestrige belächelt. Fakt ist, dass moderne Energiesparlampen das Spektrum des Tageslichtes noch nicht perfekt nachbilden können – aber es kann sich längst niemand mehr mit dem Argument „kalten“ Lichts aus der Energiespar-Affäre ziehen. Mit Lichtfarben von extra-warmweiß über warmweiß und neutral-weiß bis zu tageslicht-weiß lassen sich Lichtstimmungen von gemütlich bis sachlich realisieren. Und Energiesparlampen haben einen weiteren Vorteil: Sie leuchten über 10.000 Stunden lang. Am Ende ihrer Lebensdauer gehören sie nicht in den Hausmüll, sondern zur sachgerechten Entsorgung in die kommunalen Sammelstellen oder zurück zum Einzelhandel.





Sie sehen: Bei einem Komplettaustausch aller Lampen im Haushalt brauchen Sie zwei Jahre, bis Sie die Kosten für Energiesparlampen wieder heraus haben. Deshalb empfehlen wir, zunächst nur die Glühlampen auszutauschen, die täglich am längsten brennen. Das ist meist in Küche, Esszimmer und Wohnzimmer der Fall – z.B. bei Stehleuchten, die abends beim Fernsehen dauernd brennen.

### ••• INNENBELEUCHTUNG

Für jeden Lebensbereich, den Sie beleuchten möchten, gibt es heute die richtige Lösung. Hier sind unsere Tipps.

- Bei Lampen, die mehr als 30 Minuten am Tag brennen, sollten Sie Energiesparlampen verwenden.
- Beleuchten Sie nur die Räume, in denen Sie sich aufhalten.
- In größeren Räumen stellen Sie am besten unterschiedliche Lichtquellen auf, so dass einzelne Teile des Raums unabhängig voneinander beleuchtet werden können.
- Achten Sie bei der Auswahl von Energiesparlampen auf die Schaltfestigkeit – besonders in Räumen, in denen das Licht häufig ein- und ausgeschaltet wird.
- Anstelle von Energiesparlampen eignen sich auch LEDs mit einer geringen Wattzahl, die ebenfalls nur ein Bruchteil des Stroms von Glühlampen verbrauchen.
- Viele Stehlampen, Tischleuchten und Deckenfluter verbrauchen durch ihren Transformator auch im ausgeschalteten Zustand Strom. Um den Stromverbrauch zu minimieren ziehen Sie den Netzstecker oder verwenden Sie abschaltbare Mehrfachsteckdosen.

## BEISPIELRECHNUNG KOMPLETTER LAMPENTAUSCH

Investitionskosten Energiesparlampen heute	170,- €	
Ersatzbeschaffung herkömmliche Glühlampen über 10 Jahre	130,- €	
Investitionskosten über die gesamte Lebensdauer	40,- €	
<b>EINSPARPOTENZIAL IN EINEM JAHR</b>	<b>70,- €</b>	

## **AUSSEN- BELEUCHTUNG**

Draußen kommt es meist weniger auf die Lichtstimmung und mehr auf Funktionalität an. Außerdem können Sie das Sonnenlicht energiesparend nutzen.

- Beleuchtung im Außenbereich sollte bedarfsgesteuert funktionieren. Bewegungsmelder eignen sich dafür bestens.
- Auch im Außenbereich können Sie genügsame LED-Lampen einsetzen.
- Für draußen gibt es so genannte Dämmerungsschalter, die Ihre Lampen erst einschalten, wenn es dunkel ist.
- Solarlampen können Sie gut als Orientierungslichter einsetzen. Das Tageslicht lädt die Akkus auf und sorgt so abends für eine zusätzliche Beleuchtung.

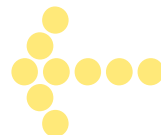
... das kleine Solarkraftwerk liefert Licht zum Nulltarif.



## **SO SCHNELL HABE ICH 5 EURO ZUSAMMEN!**



In 30 Tagen, wenn ich die starke Halogenlampe, die auf meinem Schreibtisch 8 Stunden täglich brennt, gegen eine Sparlampe austausche. Für die 5 Euro gehe ich mit meinem Sohn schwimmen!





# SENKEN SIE DIE ZWEITE MIETE.

## DIE WÄRME HAT DEN GRÖSSTEN ANTEIL AN IHREN BETRIEBSKOSTEN.

Über einen Euro pro Quadratmeter bezahlen wir im Durchschnitt jeden Monat für Heizung und Warmwasser. Wenn das kein Grund ist, das Thema Energiesparen ganz oben auf Ihre Tagesordnung zu setzen ...

### HEIZUNG

Gegen steigende Kosten für Erdgas, Heizöl und andere Energieträger kann man wenig tun. Aber weniger verbrauchen kann man – ohne zu frieren!

- Lüften Sie! Und zwar bei komplett geöffnetem Fenster fünf bis zehn Minuten dreimal am Tag – nicht bei dauerhafter Kippstellung. Das spart Energie und hilft, Schimmelbildung zu vermeiden.
- Um die gewünschte Raumtemperatur möglichst sparsam zu erreichen, sollten Ihre Heizkörper nicht von schweren Vorhängen oder der Couch verdeckt sein.
- Kontrollieren Sie zu Beginn der Heizperiode Ihre Heizungsanlage und entlüften Sie die einzelnen Heizkörper in Ihrer Wohnung.
- Feuchte Luft ist viel schlechter erwärmbar als trockene. Wenn Sie mit einem Hygrometer Ihre Luftfeuchtigkeit kontrollieren und bei Bedarf durch Lüften herabsetzen, wird Ihre Wohnung viel schneller warm und die Heizung muss nicht so lange laufen. Empfehlenswert ist eine Luftfeuchtigkeit zwischen 35 und 60 %.
- Programmierbare Thermostate unterstützen Sie in der Optimierung Ihrer Raumtemperatur. Sie tauschen sie einfach gegen die vorhandenen Thermostatventile aus und haben in jedem Raum zur richtigen Zeit die gewünschte Temperatur – ohne sich jeden Tag darum kümmern zu müssen.
- Die empfohlene Tagestemperatur liegt im Wohnzimmer bei ca. 19-21°C. Durch die Nachtabenkung auf 16-18°C sparen Sie ca. 20 % Energie.
- Schalten Sie die Heizung nachts und wenn Sie nicht zu Hause sind nicht völlig aus, da die Räume dann auskühlen. Und für das erneute Aufheizen brauchen Sie umso mehr Energie.

- Regulieren Sie die Heizung nach der Benutzung. Räume, in denen Sie sich nicht aufhalten (z.B. Flur) dürfen kühler, Bäder hingegen sollten etwas wärmer sein.
- Besonders viel Wärme verlieren Sie häufig an den Fenstern. Für eine bessere Dämmung können Isolationsfolien, aber auch Rollläden und Vorhänge sorgen.
- Bürstendichtungen oder Zugluftkissen verhindern den Wärmeverlust durch Zugluft an Ihren Türen.
- Schließen Sie die Türen zu kälteren Räumen, damit kein ungewollter Luftaustausch geschieht.
- Ein wichtiger Verbraucher, den man nicht sieht und deshalb fast immer vergisst, ist die Umwälzpumpe in der Heizung. Sie sorgt dafür, dass das erzeugte heiße Wasser auch zu den Heizkörpern in der ganzen Wohnung gelangt. So eine Pumpe hat meistens mehrere Leistungsstufen und kann im schlechtesten Fall jedes Jahr weit über 100 € Strom verbrauchen. Hier können Ihnen Fachleute wie Energieberater oder Heizungsbauer helfen, echtes Geld zu sparen.



... gerade beim Heizen lässt  
sich richtig Geld sparen.

## ❖ BESTANDSAUFNAHME

Ein Energie-Messgerät (auch Strom-Messgerät genannt) liefert Ihnen mindestens zwei wichtige Werte: Leistung und Verbrauch. Die Leistung in Watt (W) oder Kilowatt (kW) ist ein Momentanwert. Er gibt an, wie viel Energie ein Gerät pro Sekunde bezieht. Der Verbrauch in Kilowattstunden (kWh) gibt an, wie lange Leistung bezogen wurde. Das ist der Wert, den Sie auch bezahlen müssen. Mit den meisten Messgeräten können Sie den Verbrauch von Elektrogeräten bis ca. 3.000 W Leistung messen, die an eine 230 V-Steckdose angeschlossen sind. So können Sie für jedes Gerät genau ermitteln, wie viel es tatsächlich im Gebrauch „frisst“.

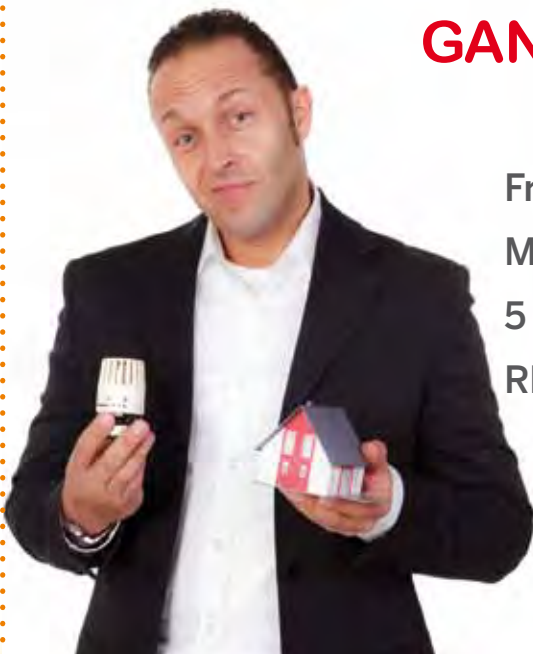
**Energiemessgeräte können Sie gegen Vorlage Ihres Personalausweises und 20 € Kautions ausleihen bei:**

**Verbraucherzentrale NRW, Gnadentort 3-5, 44135 Dortmund oder im Kundenzentrum der DEW21, Ostwall 51, 44135 Dortmund.**



Mit einem Energie-Messgerät haben Sie Ihren Stromverbrauch exakt unter Kontrolle.

## MEINE 5 EURO SIND GANZ FIX GESPART!



Früher waren meine Fenster dauernd gekippt. Mit Stoßlüften bei abgedrehter Heizung spare ich 5 Euro in nur einer Woche. Und dafür gibt's an der Rheinischen Straße einen sagenhaften Döner-Teller!