Praktische Tipps | Energie sparen!

Sie können mit einfachen Massnahmen Energie sparen. Erfahren Sie mehr:

Praktische Helfer von Steckerleiste bis Stromsparmaus

Mit Hilfe einer schaltbaren Steckerleiste, einer Stromsparmaus oder eines Fernbedienungsschalters lassen sich alle angeschlossenen Geräte vollständig vom Strom trennen. Ein Klick genügt. Schalten Sie Geräte, die nicht an einer schaltbaren Steckerleiste angeschlossen sind, mit dem Hauptschalter aus oder ziehen Sie den Stecker. Denn die Fernbedienung schaltet Fernseher oder Stereoanlage nicht vollständig aus. Auch Ladegeräte werden nach dem Laden besser ausgesteckt. Solange sie am Stromnetz angeschlossen bleiben, beziehen sie Energie.

Stromsparen mit LED-Lampen

- Stromsparlampen sind ein Auslaufmodell. Statt neue Stromsparlampen kaufen Sie besser LED-Lampen. Bereits vorhandene Sparlampen sollten jedoch so lange wie möglich in Gebrauch bleiben.
- Lebensdauer: LED-Lampen werden rund 20 Jahre alt, leben also deutlich länger als Sparlampen. Die Lebensdauer ist auf der Verpackung in Stunden angegeben. 1000 Betriebsstunden entsprechen etwa 1 Lebensjahr.
- Helligkeit: Ersetzen Sie eine 60-Watt-Glühbirne durch eine LED-Lampe mit 700 Lumen (= Einheit für den Lichtstrom), entsprechend 7-9 Watt. Dann sind die Lampen gleich hell.
- Farbtemperatur: Für den Wohnbereich angenehm ist warmweisses Licht mit 2700 Kelvin.

Energiesparend kühlen und gefrieren

Kühl- und Gefriergeräte verbrauchen nicht nur viel Energie, sie laufen auch rund um die Uhr. Dieser Marathon macht rund 10 bis 20 Prozent der Stromkosten im Haushalt aus. Wer will, kann gezielt und einfach sparen:

- Stellen Sie keine warmen Speisen in den Kühlschrank.
- Lassen Sie eingefrorene Lebensmittel im Kühlschrank auftauen.
- Stellen Sie die Temperatur im Kühlschrank auf 6°C.
- Halten Sie Türdichtungen sauber, damit diese optimal schliessen. Öffnen Sie die Tür möglichst selten und kurz.
- Kaufen Sie häufiger frische Lebensmittel ein, statt Esswaren einzufrieren.

Sollten Sie länger verreisen, dann geniessen oder verschenken Sie die Speisen in Ihrem Kühlschrank. Stellen Sie das leere Gerät ab und lassen Sie die Tür offen stehen.

Energiebewusster Kaffeegenuss

Kaffeemaschinen sind heimliche Stromfresser, wenn sie für unnötiges Warmhalten ständig vor sich herköcheln. Geräte mit Abschaltautomatik reduzieren den Stromverbrauch um mehr als 50 Prozent.

Die energieeffiziente Küche

Die richtige Pfanne machts aus. Doppelwandige Isolierpfannen sparen bis zu 50 Prozent Energie. Ebenfalls günstig ist ein Dampfkochtopf. Oder noch einfacher: Sie legen den Deckel auf die Pfanne und schon verbrauchen 30 Prozent weniger Energie.
Backen benötigt doppelt soviel Energie wie Kochen. Im Zweifelsfall entscheiden Sie sich also besser für die Pfanne. Vermeiden Sie es, den Backofen während des Backens zu öffnen. Bei jedem Öffnen gehen rund 20 Prozent der Wärme verloren. Backen Sie nach Möglichkeit im Umluftbackofen auf mehreren Ebenen und nutzen Sie die Restwärme, indem Sie den Ofen früher ausschalten.

Weitere Informationen | Quelle

www.energiestadt.ch