

Stromspartipps für Zuhause

Heizen

Geheimtipp

Bei kalten Füßen hilft ein einfacher Trick – Socken anziehen! Banal aber wahr: Wer es lieber wärmer mag, muss nicht unbedingt mehr heizen, sondern kann sich einfach wärmer einpacken.



Ein Grad weniger heizen

Die Raumwärme macht rund drei Viertel des gesamten Energieverbrauchs in Haushalten aus. Schon mit einem Grad weniger sparen Sie rund 6 % Heizkosten.



Stosslüften statt dauerlüften

Lüften Sie mehrmals täglich während ein paar Minuten kurz und intensiv. Mit dauerhaft gekippten Fenstern strömt ständig kalte Luft in die Räume, die erwärmt werden muss und die Heizkosten steigen lässt.



Vorhänge und Rollos über Nacht schliessen

Vorhänge, Rollos oder Jalousien schaffen ein Luftpolster. Das hilft, den Wärmeverlust an den Fenstern zu reduzieren. So können Sie bis zu 15 % Heizenergie sparen.



Heizkörper freihalten

Um die Strahlungswärme der Heizkörper zu erhalten, achten Sie darauf, diese nicht mit Möbeln oder Vorhängen zu verdecken. So verteilt sich die Wärme viel besser in den Räumen.

Warmwasser



Geheimtipp

Keine tropfenden Wasserhähne mehr. Vergewissern Sie sich, dass alle Wasserhähne richtig zugedreht sind. Durch das ständige Dahintröpfeln gehen pro Tag etliche Liter Warmwasser sinnlos verloren.



Wassertemperatur

Bei grossen Warmwasserspeichern genügt eine Warmwassertemperatur von 60°. So sparen Sie Energie und verringern zusätzlich die Verkalkungsgefahr.



Spar-Duschköpfe verwenden

Spar-Duschköpfe sorgen für eine Luftzumischung und sparen dank ihrem Durchflussbegrenzer bis zu 30 % Warmwasser ein.



Volle Waschmaschine benutzen

Achten Sie darauf, dass die Waschmaschine voll beladen ist. Dadurch sparen Sie beim Energieverbrauch, um das Wasser zum Waschen zu erhitzen.



Kein unnötiges Warmwasser

Wenn Sie nur kaltes Wasser benötigen, drehen sie das Mischventil bis zum Anschlag auf kalt. So sparen Sie teures Warmwasser ein.

Kühlen und Gefrieren

Geheimtipp

Stellen Sie nichts Heisses in den Kühlschrank. Sonst braucht das Gerät zusätzliche Energie, um die Kühltemperatur wieder zu erreichen.



Schwächste Kühlstufe nutzen

Mit einer Innentemperatur von 7° sparen Sie bereits 15 % Energie gegenüber einer Kühltemperatur von 5°. Beim Gefrierschrank reicht bereits eine Temperatur von -18° aus.



Lebensmittel gut zudecken

Lagern Sie Lebensmittel immer gut zugedeckt oder verpackt im Kühlschrank. Offene Lebensmittel geben viel Feuchtigkeit an den Kühlschrank ab, was den Energieverbrauch anhebt.



Auf dichte Türen achten

Undichte Türen treiben den Stromverbrauch massiv in die Höhe. Deshalb sollten Sie immer auf gereinigte Türdichtungen achten und beschädigte Dichtungen sofort auswechseln.



Gefrierschrank regelmässig abtauen

Tauen Sie Gefrierschränke oder -fächer regelmässig zwei Mal im Jahr ab. Denn mit jedem Zentimeter Eisschicht steigt der Energieverbrauch um 6 % an.

Beleuchtung

Geheimtipp

Je heller die Wandfarben sind, desto weniger Licht wird geschluckt und desto weniger müssen Sie beleuchten. Denn helle Farben reflektieren das Licht und sorgen für einen hellen Wohnraum.



LED-Technik verwenden

Konventionelle Halogenlampen verbrauchen viel mehr Strom als moderne LED-Technik. Rüsten Sie Ihr Zuhause mit LED-Lichtquellen aus und sparen Sie auf Knopfdruck Strom.



Zeitschaltuhren verwenden

Aussenbeleuchtung sowie Lampen im Flur, Treppenhaus oder Keller stehen mit Zeitschaltuhren oder Bewegungsmeldern bedarfsgerecht im Einsatz und sind so nicht dauernd im Betrieb.



Licht ausschalten

Schalten Sie beim Verlassen des Raumes das Licht aus. Das klingt logisch, erfordert dennoch einiges an Disziplin.



Leuchten regelmässig reinigen

Stauben Sie regelmässig die Lampen und Leuchten ab, damit nichts vom Licht verloren geht.