



## Energiespartipps für Energiefresser



# Energiespartipps für Energiefresser

## Tipps zur Gerätenutzung



### Fernseher

Fernseher am Netzschalter ausschalten, wenn er nicht benötigt wird ggf. abschaltbare Steckerleiste einsetzen, damit mehrere Geräte komfortabel mit einem Schalter vom Netz getrennt werden können. Bei Fernsehgeräten mit hohem Stand-By-Werten Zusatzgeräte nutzen, die sowohl die Fernbedienbarkeit des Fernsehers erhalten als auch gleichzeitig den Verbrauch deutlich reduzieren

- Beim Neukauf auf geringe Stand-By-Leistungsaufnahme achten (kleiner/gleich 1 Watt).
- Große Fernseher haben tendenziell eine höhere elektrische Leistungsaufnahme und verbrauchen deshalb bei gleicher Betriebsdauer mehr Strom.



### Monitor und Modems

- Gerät mit Abschaltautomatik und Ausschalter wählen.
- Bedarfsgerecht anschaffen

Eine Einsparung im Leerlaufverbrauch von Monitoren wird dadurch erzielt, dass der Bildschirm in einen Energiesparmodus geschaltet wird. Die Leistungsaufnahme liegt dann bei neuen Monitoren unter 10 Watt. Man sollte es sich deshalb zur Regel machen, Bildschirme auszuschalten, wenn sie mindestens 10 Minuten lang nicht genutzt werden. Bildschirmschoner schonen kaum das Portemonnaie. Modems oder DSL-Modems können zwischen 4 und 10 Watt Strom im Stand-by-Modus verbrauchen.

### Radiowecker

Radiowecker haben einen durchschnittlichen Stromverbrauch zwischen 0,5 und 5 Watt. Auch wenn dieser Verbrauch zunächst gering erscheint – sie werden üblicherweise nie vom Netz getrennt. Sparsamer als strombetriebene Radiowecker sind deshalb Wecker mit Batteriebetrieb. Vor allem, wenn wieder aufladbare, langlebige Akkubatterien eingesetzt werden. Sollten sie dennoch nicht auf einen Radiowecker verzichten wollen, trennen sie ihn zum Beispiel während des Urlaubs vom Netz.



## Lichttrichtwerte in Lux gemessen

### Schulgebäude

*Turn- und Sporthallen  
im Trainingsbetrieb*

200 Lux

*Turn- und Sporthallen  
im Wettkampfbetrieb*

400 Lux

*Unterrichtsräume  
mit Abendnutzung*

500 Lux

*Unterrichtsräume*

300 Lux

*Chemie- und Physikräume*

500 Lux

*Werkräume*

500 Lux

*Mehrzweckräume*

300 Lux

### öffentliche Gebäude

*Großraumbüro  
mit hoher Reflexion*

750 Lux

*Großraumbüro  
mittlerer Reflexion*

1.000 Lux

*normales Büro*

500 Lux

*Büro mit Fensternähe*

300 Lux

*Räume mit Publikumsverkehr*

200 Lux

*Flure- und Treppenhäuser*

100 Lux

*Sitzungs- und  
Besprechungsräume*

300 Lux

### **Kaffeemaschinen mit Warmhalteplatte**

Einige vollautomatische Kaffee- und Espressomaschinen verursachen erhebliche Zusatzkosten durch Leerlaufverluste, da viele Maschinen ganztägig in Bereitschaft bleiben.

Die Lösung: Kaufen Sie nur energieeffiziente Geräte mit automatischer Abschaltfunktion (Auto-Off). Besitzen Sie eine Kaffeemaschine ohne diese Abschaltautomatik, können Sie dennoch Energie sparen. Schalten Sie die Maschine nach der Benutzung von Hand aus oder besser: Ziehen Sie den Stecker der Maschine oder nutzen Sie abschaltbare Steckerleisten.



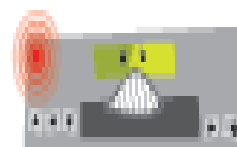
### **Kaffe- und Teezubereitung**

Nach dem Aufbrühen sollte Kaffee oder Tee nicht auf der Warmhalteplatte der eingeschalteten Kaffeemaschine stehenbleiben.

**Das Umfüllen in eine Thermoskanne** lohnt sich und bewahrt das Aroma. 20% des Stromverbrauchs werden für das Erhitzen benötigt, jedoch 80% des Stromverbrauchs für das Warmhalten

### **DVD- und Videogeräte**

Schalten Sie DVD- und Videogeräte nach der Nutzung immer aus, wenn Sie sie nicht benutzen. Nutzen Sie dafür abschaltbare Steckerleisten sofern dadurch gespeicherte Informationen, wie Uhrzeit und Timereinstellungen nicht verloren gehen. Informationen dazu stehen in der Bedienungsanleitung.



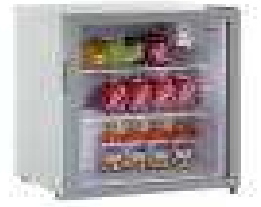
- Achten Sie beim Kauf von DVD- und Videogeräten auf einen geringen Stand-by-Verbrauch (kleiner/gleich 1 Watt).
- Programmieren Sie die Aufnahme von TV-Programmen zeitlich so nah wie möglich an der eigentlichen Aufnahme und vermeiden Sie dadurch lange Stand-by-Laufzeiten.

### **Beispielrechnung für Videogeräte**

Gerät	Leistungsaufnahme	Stand-by Stromkosten	
		in 1 Jahr	in 10 Jahren
ungünstiges Gerät	10 Watt	15,80 Euro	158,00 Euro
günstiges Gerät	1 Watt	1,58 Euro	15,80 Euro
<b>Einsparungen durch Stromsparendes Gerät</b>		<b>14,22 Euro</b>	<b>142,20 Euro</b>

## **Kühl- und Gefriergeräte**

- Achten Sie beim Gerätekauf darauf, mindestens Geräte der **Energieeffizienzklasse A**, besser noch **A+** oder **A++** zu erwerben. Auch wenn bei Geräten der Energieeffizienzklasse A+ oder A++ höhere Anschaffungskosten entstehen: die gesteigerten Betriebskosten bei weniger energieeffizienten Geräten „fressen“ den eventuellen Preisvorteil schnell auf.
- Schalten Sie Kühl- und Gefriergeräte bei längeren Urlauben (ab einer Woche) immer aus und tauen sie ab. Vergessen Sie dabei nicht, die Kühlschränktüren offen zu halten, damit sich im Inneren kein Schimmel bildet.



## **Waschmaschinen**

- Schalten Sie die Waschmaschine nach Nutzung immer aus.
- Vermeiden Sie zu hohe Waschttemperaturen und waschen Sie die Wäsche immer nur mit der Mindesttemperatur
- Nutzen Sie die Stromsparprogramme, die Ihre Waschmaschine bietet
- Beladen Sie Ihre Waschmaschine möglichst optimal. Halbe Beladung bedeutet erhöhten Energieverbrauch.



## **Tipps für effektives Stromsparen**

Hohe Stromkosten können unterschiedliche Ursachen haben:

- Veraltetes Leuchtmittel
- Veraltete Leuchten (ohne EVG), Glühlampen
- Herkömmliches/unbewusstes Benutzerverhalten



**statt**

- **Energiesparleuchten**
- **Bewusstes Benutzerverhalten**

## **Sparen macht Spaß und beim Strom bringt's was,**

**Wenn Sie aus dem Raum gehen, schalten sie das Licht aus.**

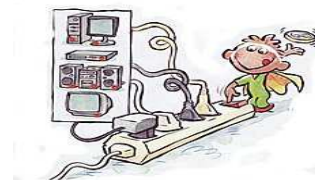
In Räumen brennt manchmal Licht, obwohl der Raum gerade nicht genutzt wird. Die landläufige Ansicht, dass Leuchtmittel durch häufiges An- und Ausschalten schneller kaputt gehen, stimmt nicht mehr. Glühbirnen und Energiesparlampen sind robuster als früher.

Selbst Leuchtstoffröhren sollten ausgeschaltet werden, wenn Sie länger als eine Viertelstunde den Raum verlassen.



### **Bei ausreichendem Tageslicht –schalten Sie die Beleuchtung aus-**

Die Sonne scheint und trotzdem brennt in den Räumen das Licht. Morgens ist es oft noch zu dunkel, um ohne Licht auszukommen. Im Laufe des Tages wird es dann heller im Raum und Sie vergessen, das Licht zumindest teilweise auszuschalten.



### **Ziehen Sie doch einfach mal den Stecker**

Viele Geräte brauchen auch Strom, obwohl sie überhaupt nicht genutzt werden. Wie z. B. Computer, Fernseher, Kaffeemaschine, etc. verbrauchen Strom, auch wenn sie gerade nicht benutzt werden und scheinbar abgeschaltet sind. Ziehen sie den Stecker oder nutzen sie die Abschaltmöglichkeit am Gerät, damit der heimliche, aber unheimliche Stromverbrauch aufhört.

### **Faxgeräte**




Faxmitteilungen lassen sich mittlerweile vom Computer aus versenden und auch empfangen. Das spart nicht nur Strom, sondern auch Papier.



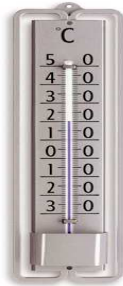
## **Tipps für das richtige Heizen und Lüften**

Richtiges Heizen und Lüften hat nicht nur Vorteile für die Natur, sondern wirkt sich auch vorteilhaft auf Ihr Heizkostenbudget aus.

Ursachen für hohe Heizkosten:

-  Schlechte Bausubstanz (nicht zu verwechseln mit objektiven Bauschäden)
-  Falsches Verhalten kann überdurchschnittlichen Energieverbrauch bewirken
-  Falsch verstandenes Sparen, das Schimmelprobleme verursachen kann mit schlimmen Folgen für Gesundheit und Bausubstanz.

## Was bedeutet „richtiges“ Heizen und Lüften?



### Mäßig, aber gleichmäßig heizen

In Räumen die Temperatur bei möglichst 20 °C konstant halten. Dies entspricht oftmals der Einstellung „3“ an den Thermostatventilen. Bedenken Sie: **1 Grad mehr** bedeutet rund **6 % mehr** Heizenergieaufwand!

Die Wände sollen ausreichend warm sein und keine Kälte abstrahlen; darum nachts die Heizung nur reduzieren, nicht voll abdrehen.

Ist eine automatische Nachtabsenkung vorhanden, ist nichts an den Thermostatventilen zu ändern.



### Heizkörper nicht zuhängen

Vorhänge, Verblendungen und Möbel vor den Heizkörpern vermindern die Wärmeabstrahlung in den Raum und erhöhen die Heizkostenrechnung. Verdeckte Thermostatventile können nicht richtig regulieren.

### Räume nicht mitheizen

Halten Sie Türen, insbesondere zu Fluren und Treppenhäusern geschlossen, damit die kalte Luft nicht in den geheizten Raum gelangt und dort an den Außenwänden kondensiert.



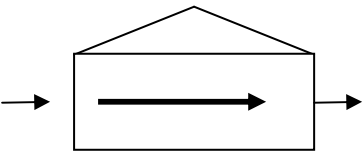
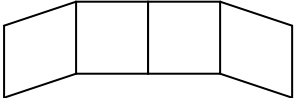
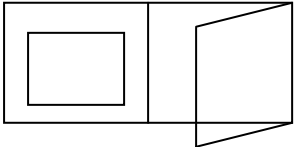
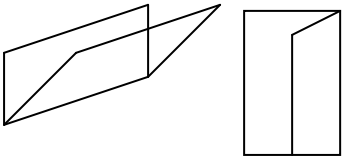
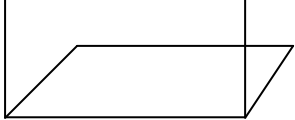
### Lüftungsdauer

Ideal ist, wenn Sie mehrmals täglich für 1 bis 5 Minuten die Fenster weit auf Durchzug öffnen und gleichzeitig während der Heizperiode die Heizung herunterdrehen.

Sobald die Raumluft kalt ist: Fenster wieder zu!

Auf diese Weise wird die warme, feuchte Raumluft durch trockene, kalte Außenluft ersetzt, ohne dass Möbel und Wände auskühlen.



Wirkung der natürlichen Lüftung	Lüftungsart Fensterstellung	Ungefähre Dauer der Lüftung, um einen Luftwechsel zu erzielen
	Fenster und gegenüberliegende Tür/Fenster ganz offen <b>- Querlüftung -</b>	1 – 5 Minuten
	Fenster ganz offen <b>- Stoßlüftung -</b>	5 – 10 Minuten
	Fenster halb offen	10 – 15 Minuten
	Fenster gekippt und gegenüberliegende Tür ganz offen <b>- Querlüftung -</b>	15 – 30 Minuten
	Fenster gekippt	30 – 60 Minuten

### **Haben Sie noch Fragen?**

Hier erhalten Sie weitere Informationen zu Energiespartipps für Energiefresser

Telefon: 02173-951656 Herr Schneider

(Elektrotechnik)

Telefon: 02173-951653 Herr Hinken

(Heizung- und Sanitär)

Telefon: 02173-951655 Herr Lobe

(Gebäudetechnik)

Telefon: 02173-951652 Herr Brummel

(Gebäudetechnik)

Telefon: 02173-951650 Herr Hundenborn

(Allgemein)

Stadt Monheim am Rhein -Der Bürgermeister-  
Rathausplatz 2, 40789 Monheim am Rhein

