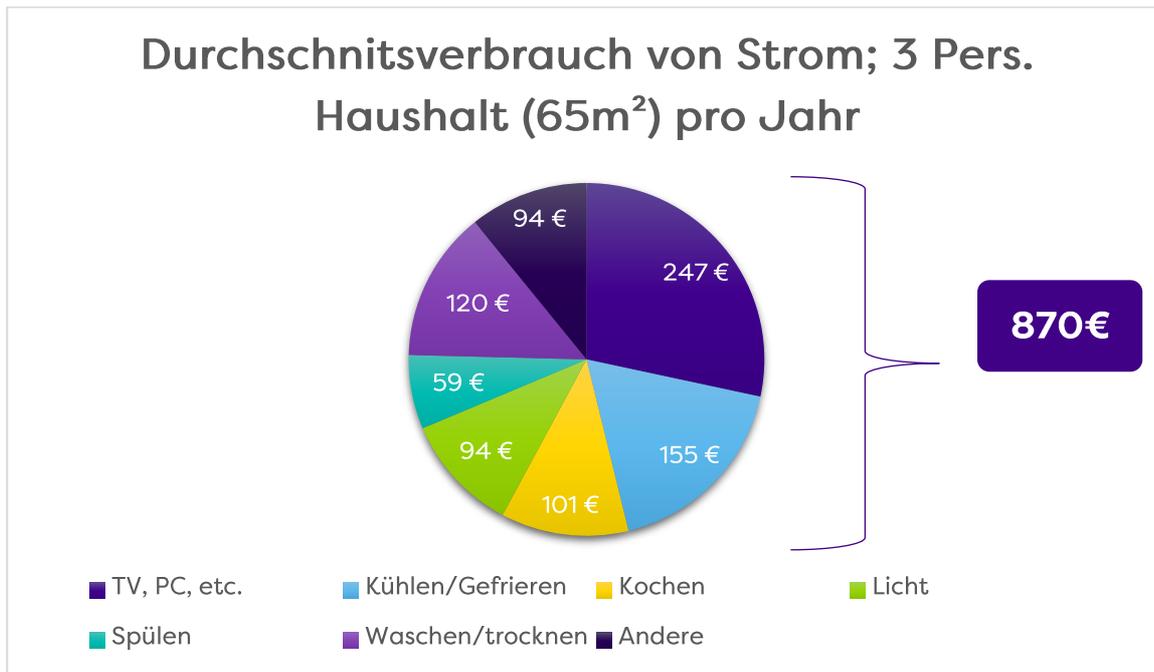




Heizung, warmes Wasser und Strom sind unsere ständigen Begleiter und oftmals sehr teuer. Um Ihnen deutlich zu machen, wie sich die Stromkosten durchschnittlich aufteilen lassen, haben wir diese in einem Diagramm für Sie zusammengefasst.



Durchschnittliche Kosten pro Jahr eines 3 Personen Haushaltes:

	Öl oder Gas	Strom
Heizung	715€	2.000€
Warmes Wasser	120€	580€

Wenn Sie wenig Energie benötigen, sparen Sie viel Geld und schützen das Klima. Aus diesem Grund möchten wir Ihnen gerne einige Tipps auf den Weg geben, mit denen Sie Energie sparen können, ohne großartige Einschränkungen zu haben.

Wann eignet es sich am besten zu heizen?

Die meisten Deutschen fühlen sich wohl, wenn die Wohnung zwischen 18 und 22 Grad (°C) warm ist. Wir müssen heizen, wenn es draußen kalt ist. Daher wird in Deutschland meistens zwischen Oktober und April geheizt.



So heizen Sie richtig

Sie sparen Geld, wenn Sie die Heizung richtig einstellen. Die Heizung sollte nicht immer wieder auf die Höchststufe gestellt werden, lieber konstant eine angenehme niedrigere Temperatur einstellen.

- Stufe 1 – ca. 12°C
- Stufe 2 – ca. 16°C
- Stufe 3 – ca. 20°C
- Stufe 4 – ca. 24°C
- Stufe 5 – ca. 28°C

Je wärmer der Heizkörper, desto teurer die Rechnung für die Heizung. Aber Achtung: Ist die Wohnung zu kalt, kommt Schimmel.

Sparsam heizen

- Drehen Sie die Heizung auf Stufe 2 herunter, wenn keiner zu Hause ist.
- Stellen Sie die Heizung im Winter nicht auf Stufe 0.
- Stellen Sie keine Möbelstücke unmittelbar vor die Heizung und achten Sie darauf, dass auch keine Gardinen die Heizkörper abdecken.
- Legen Sie keine Kleider auf die Heizung.
- Machen Sie die Heizung aus, wenn Sie das Fenster öffnen.

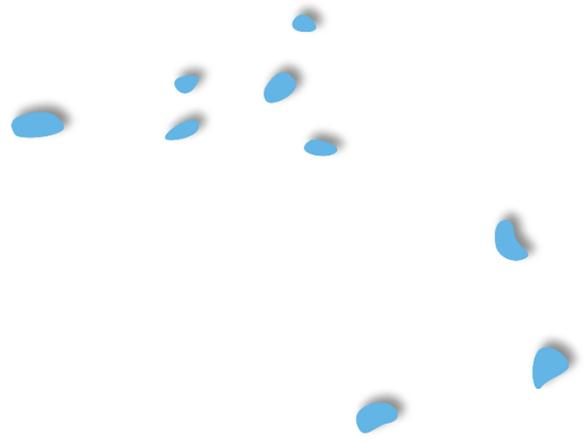
Wir empfehlen:

Schlafzimmer:	Stufe 2 – 3, 16 – 18°C
Küche:	Stufe 2 – 3, 18°C
Bad (wenn Sie im Raum sind):	Stufe 3 – 4, 21 – 24°C
Wohn-/ Kinder-/ Arbeitszimmer:	Stufe 3 – 4, 21 – 24°C

Richtig lüften

Durch Duschen, Kochen, Trocknen von Wäsche und Wohnen kommt Wasser in die Luft. Dieses Wasser muss aus der Wohnung, da dies Schimmelbildung fördert. Lüften Sie daher regelmäßig, vor Allem im Winter.

Querlüften	Stoßlüften	Fenster kippen
2 bis 4 Minuten	5 bis 10 Minuten	30 bis 40 Minuten
drei- bis viermal täglich	drei- bis viermal täglich	drei- bis viermal täglich
Wenn Sie die Zimmertür anlehnen ODER das Fenster kippen, dauert der Luftaustausch schon erheblich länger	Drehen Sie während des Stoßlüftens die Heizkörperthermostate herunter. Schließen Sie die Türen zwischen unbeheizten und beheizten Räumen.	Bis dahin ist Ihr Raum komplett ausgekühlt und Sie haben viel teure Heizenergie zum sprichwörtlichen Fenster rausgeworfen.



Waschen und Trocknen

- Machen Sie die Waschmaschine voll.
- Je heißer Sie waschen, desto teurer wird es. 30°C sind völlig ausreichend.
- Bevor Sie die Wäsche in den Trockner geben, sollte diese noch geschleudert werden. Stellen Sie 1.200 Umdrehungen ein.
- Am besten trocknen Sie Ihre Wäsche im Keller, auf dem Dachboden, auf dem Balkon oder im Garten.

Kühlen und Gefrieren

- Der Kühlschrank sollte 7°C haben (Stufe 2 oder 3).
- Der Gefrierschrank sollte -18°C haben.

Warmes Wasser

Kaltes Wasser ist billiger – warmes Wasser ist teurer.

- **Geschirr spülen:** Spülen Sie im Becken. Lassen Sie dabei nicht das Wasser laufen.
- **Duschen:** Duschen, statt baden
 - Halten Sie sich kurz. Duschen Sie nur 5 Minuten.
 - Lassen Sie das Wasser nicht laufen, wenn dies nicht notwendig ist.

Licht, Computer und TV

- Machen Sie das Licht aus, wenn Sie aus dem Raum gehen.
- Verwenden Sie sparsame LED-Lampen.
- Machen Sie Geräte ganz aus. Wenn ein Licht leuchtet, braucht das Gerät Strom („Stand-by“). Ziehen Sie den Stecker oder kaufen Sie eine Steckerleiste mit Schalter.

Sparsame Geräte kaufen

Achten Sie auf den Energieverbrauch, wenn Sie ein neues Elektrogerät kaufen.

Dieses farbige Zeichen hilft Ihnen:
Dunkelgrün ist sehr sparsam.

