

Energie sparen

1. Einspartipps- Oder: Wie schone ich meinen Geldbeutel und die Umwelt
2. Energiefresser finden
3. Prepaidsysteme
Vorteile
Nachteile

1. Einspartipps- Oder: Wie schone ich meinen Geldbeutel und die Umwelt

Um zukünftig Strom-, Gas- und Heizkosten zu sparen, nehmen Sie sich doch einmal Zeit für die nachfolgenden Abschnitte. Vielleicht finden Sie doch einige Einsparungspotentiale.

Überprüfen Sie Ihre Zählerstände mindestens einmal im Quartal und notieren Sie sie z.B. in einer Tabelle.

Der Elektroherd

- Topf muss genau auf die Kochplatte passen
- Verwendung der richtigen Deckelgröße möglichst aus Glas, um ein ständiges Deckelanheben zu vermeiden. Beim Garvorgang sollte der Deckel immer auf dem Topf liegen
- Verwendung der richtigen Menge an Wasser.
- Vermeiden Sie häufiges Öffnen und Schließen der Backofentür, das entzieht dem Backofen Hitze, die nur mit erhöhtem Energieverbrauch wiederhergestellt werden kann.
- Backofen und Herd früher abschalten und die Restwärme nutzen.
- Liegt die Backzeit über 40 Minuten, so kann man den Ofen rund zehn Minuten vor dem Ende abstellen. Die Nachwärme reicht in der Regel aus, um das Essen oder Backwerk fertig zu garen. Auch das Vorheizen sollte man sich sparen, da es nur unnötig Energie verbraucht.
- Beim Backofen Umluft-Funktion nutzen. Umluft kommt mit 20 bis 30 Grad niedrigeren Temperaturen aus als Backen mit Ober- und Unterhitze.
- Wer kleine Mengen an Essen (250-500 Gramm) zubereiten oder erwärmen möchte, ist mit einer Mikrowelle besser beraten.
- Zum Erhitzen von Wasser ist ein Wasserkocher empfehlenswert. Aber nur, wenn die tatsächlich gebrauchte Wassermenge eingefüllt wird. Durch den integrierten Heizstab ist das Wasser wesentlich schneller heiß.

Das Gefriergerät

- Achten Sie bereits beim Kauf darauf, dass das Wunschgerät die Strom sparende Energieeffizienzklasse A++ oder besser A+++ hat.
- Je kühler der Ort, an dem der Kühlschrank steht, desto weniger Strom wird verbraucht
- Frieren Sie nur Speisen ein, die richtig abgekühlt sind.
- Öffnen Sie den Kühlschrank nur bei Bedarf und schließen ihn so schnell wie möglich wieder.
- Tauen Sie Ihren Gefrierschrank regelmäßig ab. Ab 1 cm Eis steigt der Stromverbrauch merklich.

[Kühlgerätetausch \(stromspar-check.de\)](http://stromspar-check.de)

Hier finden Sie weitergehende Informationen über finanzielle Unterstützung beim Kauf eines neuen Kühl- oder Gefriergerätes.

Glühbirnen und Beleuchtung

- Verwenden Sie Energiespar- und LED-Lampen
- regelmäßiges Reinigen der Leuchtmittel

[Stromspar-Check Aktiv \(caritas-berlin.de\)](http://caritas-berlin.de)

Hier finden Sie auch einen Gutschein für eine Beratung zum Downloaden

[Im Überblick \(stromspar-check.de\)](http://stromspar-check.de)

Hier finden Sie Hinweise über :

- Wer das kostenlose Angebot des Strom-Spar-Checks in Anspruch nehmen kann.
- Über den Ablauf und Inhalte des Checks

Der Wäschetrockner

- Wer sich ein neues Gerät zulegt sollte der Trockner Energieeffizienzklasse A++ und Feuchtigkeitssensoren haben.
- Wäsche vorm Trocknen intensiv schleudern.
- Trommel sollte komplett befüllt sein
- Bügelwäsche muss nicht mit dem Programm extratrocken getrocknet werden. Restfeuchte erleichtert das Bügeln.
- Achten Sie auf die regelmäßige Reinigung des Flusensiebs.
- Wäsche auf der Leine durch Wind oder Sonne trocknen zu lassen ist immer noch die kostensparendste Alternative.

Der Geschirrspüler

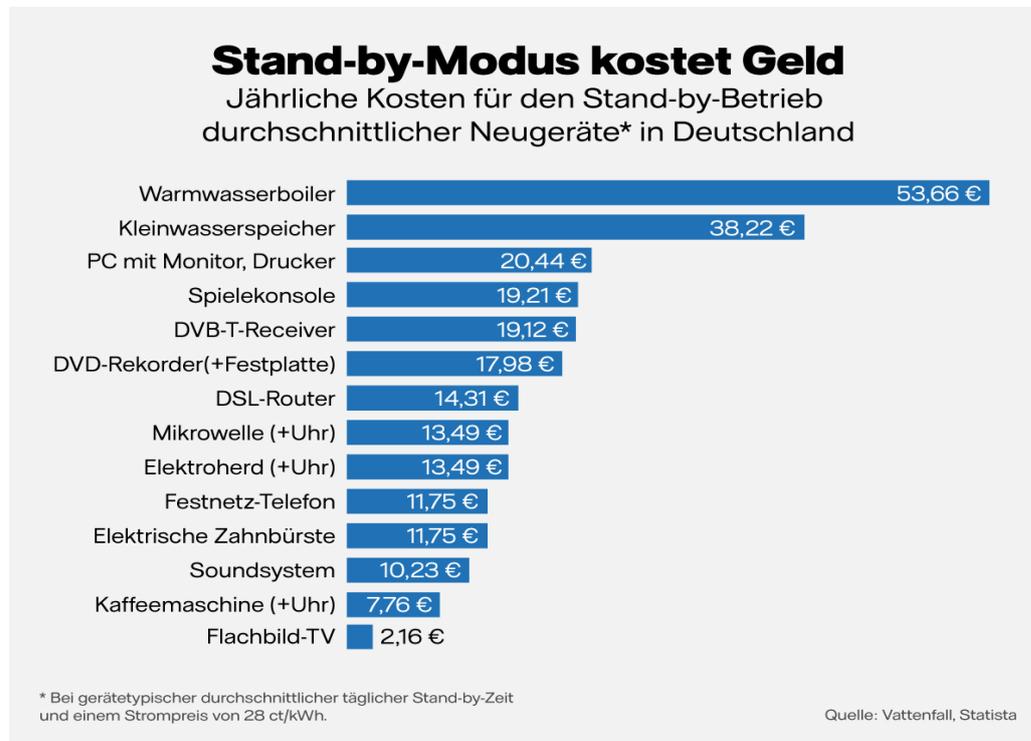
- Ziehen Sie Energiespar- oder Umweltprogrammen möglichst den Vollprogrammen vor.
- Sollte der Geschirrspüler einen eigenen Gang zum Trocknen haben, so sollte man diesen nicht nutzen. Es reicht völlig aus, die Tür des Gerätes zu öffnen, nachdem der Spülvorgang beendet ist.

Die Waschmaschine

- Auch bei starker Verschmutzung reicht in der Regel eine maximale Waschtemperatur von 60 Grad.
- Auch die Vorwäsche kann man getrost weglassen.
- Sparprogramme sollten bevorzugt genutzt werden, um energieeffizient zu waschen
- Schongänge sollte man vermeiden.
- Waschmaschine immer gut befüllen.
- „Fuzzy Logik“. Maschinen mit dieser Funktion wiegen die Wäsche und stimmen die benötigte Wasser- und Waschmittelmenge darauf ab.
- Beim Schleudern können Sie bares Geld sparen. Je höher die Umdrehungen pro Minute, desto größer die Ersparnis.

Der Fernseher u.a. elektronische Unterhaltungstechnik

- Stand-By vermeiden – Steckerleisten nutzen, indem man das Gerät möglichst völlig vom Stromnetz nimmt, wenn es nicht im Betrieb ist.
- Bei Anschaffung darauf achten, dass sie im Stand-By-Modus möglichst wenig Strom benötigen.



Wasser-Spar-Tipps

- Duschen Sie, statt sich ein Bad einzulassen, Beim Einseifen Wasser abstellen.
- Verwenden Sie einen wassersparenden Duschkopf.
- Benutzen Sie beim Zähneputzen einen Zahnputzbecher, d.h. Zähne nicht unter laufendem Wasser putzen.
- Drehen Sie Warmwasser am Hahn nur dann auf, wenn Sie es auch wirklich benötigen.
- Drehen Sie den Wasserhahn während des Einseifens der Hände zu.
- Sie möchten nur eine Tasse Tee kochen? Wasser für den Wasserkocher abmessen und Energie und Wasser sparen.
- Abwaschen ohne Geschirrspüler: immer große Mengen abwaschen und nicht unter laufendem Wasser. Dazu Spülbecken füllen.
- Auch Ihre Zutaten wie Obst, Gemüse und Salat sollten Sie, wenn möglich, nicht unter fließendem Wasser waschen. Sehr viel besser und effizienter ist es, das Obst oder Gemüse in einer mit Wasser gefüllten Schüssel kurz einweichen zu lassen und danach abzureiben. Dafür gibt es auch spezielle Gemüsebürsten.
- Das in der Schüssel verbleibende Wasser eignet sich danach auch sehr gut zum Gießen von Pflanzen.
- Dauert es beim Duschen etwas bis das warme Wasser kommt, kann man das Wasser in einer Gießkanne auffangen, um damit Balkon- oder Zimmerpflanzen zu gießen.
- Tropfende Wasserhähne ersetzen

Heizkosten sparen

- Entweicht zum Beispiel unter den Fenstern sehr viel Wärme, so können Sie Ihren Vermieter entweder bitten, die Fenster wieder instand zu setzen und/oder eine Isolierung anzubringen.
- Vorübergehend sollten Sie ein Handtuch einrollen und vor den zugigen Stellen platzieren.
- Sofern es unter der Tür hindurch zieht, so können Sie entweder ein Zugluft-Stopper davor legen oder aber auf eine Decke zurückgreifen.

Lüften

- Drehen Sie die Heizung vollkommen runter.
- Nicht mit gekippten Fenstern lüften, sondern Stoßlüften (Durchzug) ca. 5 Minuten.
- Nach dem Fenster schließen noch etwas warten, bis sich die Raumtemperatur wieder etwas akklimatisiert hat. Dann Heizung wieder hochregeln.
- Im Wohnzimmer sollte tagsüber die Heizung auf 18 Grad abgesenkt werden, abends auf 20 Grad einstellen. Zur Steuerung kann dafür ein Temperaturregler zum Einsatz kommen.
- Wenig genutzte Räume sollten eine Raumtemperatur von 17-18 Grad haben.

2. Stromfresser finden

Im Vattenfall-Kundenzentrum können Sie kostenlos Strommessgeräte für einen Verbrauchs-Check zu Hause ausleihen.

Einen ähnlichen, ebenfalls meist kostenlosen Service bieten die Verbraucherzentrale und auch viele Baumärkte an. Darüber hinaus werten die meisten Verleiher die Messergebnisse für Sie aus. So lassen sich elektrische Geräte mit hohem Energieverbrauch einfach entlarven und sehr gute Ansätze zum Sparen im Haushalt finden.

3. Prepaid-Systeme

Prepaid-Strom ist eine alternative Form des Strombezugs durch Verbraucher. Ein möglicher Anbieter wäre z.B. die www.energierevolte.de. Im Gegensatz zum gewöhnlichen Stromvertrag, bei dem der Kunde seinen Strompreis über monatliche Abschläge und eine jährliche Abrechnung bezahlt, wird die Energie bei einem Prepaid-Stromvertrag vom Kunden in variablen Mengen erworben und vorab, flexibel bezahlt.

Um Prepaid-Strom zu erhalten, muss der Kunde über einen

- Prepaymentzähler verfügen. Der Zähler wird durch den dem Stromversorger zugehörigen Messstellenbetreiber zur Verfügung gestellt und kostenlos eingebaut.
- Bei einem Umzug werden die Kosten auf den Mieter/Verbraucher umgelegt (ca.40€). Bei einem Auszug aus der Wohnung liegen die Kosten für einen Rückbau beim neuen Energieversorger
- Der Verbrauch kann mit Hilfe einer App Tag genau beobachtet werden.
- Es gibt keine Grundgebühr
- Der Strompreis richtet sich je nach erworbener Menge. Zahlung ist per App möglich.
- Es bedarf keiner Zustimmung vom Vermieter (wegen dem Zählertausch) Ob ein Zähler montiert werden kann, muss vorher mit dem Anbieter geklärt werden.
- Vertragslaufzeit 24 Monate, Kündigungsfrist 1 Monat. Der Vertrag verlängert sich automatisch um 12 Monate, wenn nicht gekündigt wird.

- Das Guthaben kann bis zu 15KW/h überzogen werden (ca. 2-4 Tage). Wenn dann nicht aufgeladen wird, wird der Strom von Dienstag bis Donnerstag nicht mehr geliefert. Übergangsweise wird von Freitag bis Montag wieder beliefert, wenn allerdings weiter nicht gezahlt wird, wird die Stromlieferung komplett ausgesetzt.

Vorteile von Prepaid-Strom

- **Transparenz**

Durch das Aufladen und Vorausbezahlen eines Stromguthabens hat der Kunde Überblick über seine Energiekosten. Das verfügbare Restguthaben kann auf dem Prepaymentzähler überprüft werden.

- **Flexibilität**

Mit Prepaid-Strom kann der Kunde seine Stromkosten flexibler steuern als bei einem normalen Stromvertrag. Im Gegensatz zu dem üblichen Abschlagsmodell ist der Kunde nicht an fixe Zahltermine und -beträge gebunden. Er bezahlt seinen direkten Verbrauch

- **Einsparpotential**

Durch die Transparenz des Prepaid-Strommodells in Verbindung mit einem Medium zur Visualisierung von Energieverbräuchen (z. B. Website oder App) kann der Kunde seinen Energieverbrauch besser verstehen und somit leichter Einsparpotentiale ermitteln.

- **Schutz vor Überschuldung**

Durch das Prinzip der Vorauszahlung können keine Nachzahlungen entstehen.

Nachteile von Prepaid-Strom

- **Kosten**

Technische Lösungen bei denen der Kunde direkten Zugriff auf den Zähler haben muss (etwa um eine Karte einzustecken) sind problematisch, wenn der Zähler nicht frei zugänglich ist weil er sich beispielsweise in einem normalerweise verschlossenen Hausanschlussraum befindet, der nur durch den Hausmeister geöffnet werden kann, was z. B. nach Feierabend oder am Wochenende nicht ohne weiteres möglich ist.

Bei der Variante mit Onlineauflademöglichkeit entstehen dem Anbieter zusätzlich auch Kosten für den Datentransfer.

Prepaid-Stromangebote bewegen sich deshalb in der Regel im mittleren bis oberen Preissegment. Dieser Nachteil kann durch die verbesserten Möglichkeiten zur Energieeinsparung und durch die Vermeidung von Zusatzkosten kompensiert werden.

- **Verfügbarkeit**

In Deutschland gibt es aufgrund der hohen Technologiekosten zurzeit nur wenige Anbieter von Prepaid-Strom. Einige lokale Energieversorger bieten in Einzelfällen Prepaid-Strom zur Absicherung offener Forderungen an. In diesen Sonderfällen wird nur die manuelle Aufladung des Stromguthabens angeboten. Darüber hinaus wird der Prepaid-Strom in der Regel nur bis zur Tilgung der bestehenden Stromschulden eingesetzt.