



Energiesparbuch



Strom

Verbrauch prüfen Kochen

Restwärme nutzen

Wahl der richtigen Wärmequelle

Backofen nicht vorheizen

Backofentür geschlossen halten

Wasserkocher zum Vorwärmen

Kühlschrank / Gefrierschrank

Kühlschrank richtig einräumen

Kühlgeräte nicht neben Wärmequellen

Dichtungen pflegen / erneuern

keine warmen Speisen

Eis im Kühlschrank / in der Gefriertruhe

Einwecken statt einfrieren

Elektrische Geräte

Stecker ziehen anstatt Standby

Kleinerer Bildschirm = weniger Strom

Gerätefilter reinigen

Wasserkocher / Kaffeemaschine entkalken

Stromspargeräte kaufen

Energiesparen beim Smartphone

Smart-Home-Steuerung nutzen

Hausarbeit

Sparprogramme nutzen

Wäsche an der Luft trocknen

Wäsche vor dem Bügeln glätten

Fegen und putzen statt saugen

Haare trocken lassen

Elektrische Zahnbürste

Beleuchtung

Tageslicht nutzen

Außenbeleuchtung optimieren

Auf LED- oder Energiesparlampen wechseln

Licht aus



Verbrauch prüfen

Messen und kontrollieren Sie Ihren Stromverbrauch. So identifizieren Sie Stromfresser.

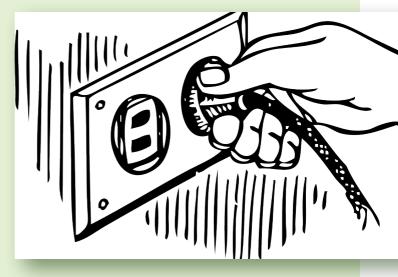
Einen der größten Dauerläufer im Haushalt wird man klassischerweise nicht mit einem Strommessgerät überprüfen können, nämlich die Heizungspumpe. Es ist zu empfehlen, die Energieeffizienz der Heizungspumpe anhand Alter und Modell zu prüfen und diese bei Bedarf zu erneuern. Bei Zweifel fragen Sie den Heizungsfachbetrieb Ihres Vertrauens. Ein Tausch der Heizungspumpe ist förderfähig.

Der Stromverbrauch einiger Elektrogeräte muss über einen längeren Zeitraum gemessen werden. Kühlgeräte

verbrauchen beispielsweise besonders viel Strom, wenn sie geöffnet oder gerade mit (ungekühlten) Lebensmitteln bestückt wurden. Im geschlossenen Zustand wird die Kälte hingegen gut gehalten und der Stromverbrauch ist merklich geringer.

Strommessgeräte können u.a. bei der Kreisverwaltung geliehen werden. Informationen hierzu finden Sie auf www. odenwaldkreis.de.

Um seinen Stromverbrauch im Haushalt zu reduzieren, ist eine unabhängige Energieberatung zu empfehlen. Der Odenwaldkreis arbeitet hierfür mit der Verbraucherzentrale Hessen zusammen.





Restwärme nutzen

Schalten Sie die Herdplatte oder den Ofen bereits vor Abschluss des Garvorgangs aus. 10 Minuten sind in der Regel problemlos möglich. Die Restwärme reicht aus, um den Garvorgang zu beenden.

Kombinieren Sie nach Möglichkeit mehrere Koch-/Backvorgänge miteinander, damit der noch warme Herd oder Ofen für weitere Gerichte genutzt werden kann.



Ofen/Herd/Mikrowelle – Wahl der richtigen Wärmequelle

Reduzieren Sie Ihren Stromverbrauch durch die richtige Wahl der Zubereitungsform.

Ein Backofen benötigt deutlich mehr Strom als die Herdplatte, da zum Aufheizen das Medium Luft gewählt wird und somit viel Wärme ungenutzt bleibt. Im Topf oder in der Pfanne kommt die Wärme viel direkter an die Lebensmittel. Mit Deckel bleibt die Wärme zusätzlich im Topf "gefangen".

Beim Aufwärmen kleinerer Mengen unter 500 g ist meist die Mikrowelle am effizientesten. Zum Aufbacken beispielsweise von Brötchen ist der Toaster eine gute Alternative zum Backofen.



Backofen nicht vorheizen

Auf den meisten Verpackungen von (Fertig-)Gerichten ist der Hinweis zu lesen, dass der Backofen vorgeheizt werden solle. Dies ist der Tatsache geschuldet, dass jeder Ofen unterschiedlich schnell aufheizt und die Hersteller nur somit verbindliche Garzeiten festlegen können.

In der Praxis können Gerichte problemlos auch im nicht vorgeheizten Ofen zubereitet werden. Die Garzeit verlängert sich nur geringfügig, dafür sparen Sie jede Menge Strom. Anstelle von Ober-/Unterhitze wählen Sie die Umlufteinstellung. Hiermit kann die Ofentemperatur um ca. 20°C herunterreguliert werden.



Backofentür geschlossen lassen

Was erstmal simpel klingt, wird in vielen Küchen gerne vernachlässigt.
Beim Öffnen der Ofentür geht viel Hitze verloren, die dann wieder neu erzeugt werden muss. Haben Sie die Garzeiten im Auge und prüfen Sie den Garzustand erst zum Ende des vorgegebenen Zeitraums.

Besser beobachten Sie den Back- oder Garvorgang durch die Frontscheibe des Ofens und sparen damit Energie.



Wasserkocher zum Vorwärmen

Ein Wasserkocher erwärmt Wasser wesentlich schneller und auch energieeffizienter als die Herdplatte. Sie sparen somit viel Zeit und Strom!

Zu erhitzendes Wasser sollte also am besten im Wasserkocher erhitzt – dann in den Topf umgefüllt – und schließlich dort weitergekocht werden. Achten Sie darauf, dass Sie beim Kochen im Topf den Deckel nicht vergessen, der die Wärme bestmöglich im Gefäß hält.





Kühlschrank richtig einräumen

Im Innenraum eines Kühlschranks herrschen in der Regel Temperaturunterschiede von rund 4 Grad, wobei es auf der Glasplatte über dem Gemüsefach am kältesten, in den obersten Ebenen am wärmsten ist.

Das richtige Einräumen des Kühlschranks hilft dabei, die Kühlleistung des Geräts um 1-2 Stufen reduzieren zu können.

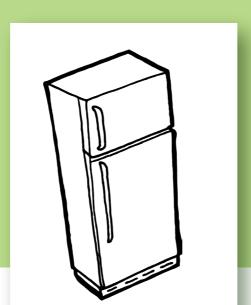
Salate, Gemüse oder Südfrüchte gehören ins Gemüsefach, schnell verderbliche Lebensmittel, wie Fisch, Fleisch und Wurst oder auch Obst auf die Glasplatte darüber.

Im mittleren Fach können Lebensmittel wie Milch gelagert werden. Auch Milchprodukte, wie etwa saure Sahne, Schlagsahne, Quark und Joghurt sind hier gut aufgehoben.

In der oberen Etage ist es am wärmsten. Hier finden Produkte wie Butter, Käse, Marmelade oder Senf ihren Platz. Auch wenn Sie etwas vorgekocht haben, wäre hier der richtige Ort.

Achten Sie darauf, dass die Temperaturen in den Ablagefächern der Türe etwas höher sind als im Innenraum.

Prüfen Sie, welche Kühlstufe Sie benötigen, um die empfohlene Kühltemperatur von 7 Grad einhalten zu können. Moderne Geräte schaffen dies in der Regel schon auf Stufe 1 oder 2. Im Winter ist der Kühlbedarf aufgrund niedriger Raumtemperaturen geringer. Prüfen Sie, ob Sie in der kalten Jahreszeit die Kühlstufe nochmals reduzieren können. Zur Überprüfung der Temperatur legen Sie ein einfaches Thermometer für mindestens 30 Minuten in den Kühlschrank.





Kühlgeräte nicht neben Wärmequellen

Kühlgeräte stehen am besten an einem Ort mit niedriger Umgebungstemperatur. Somit wird der Strombedarf so gering wie möglich gehalten.
Auf keinen Fall werden Kühlgeräte direkt neben einer Wärmequelle wie dem Herd oder dem Backofen aufgestellt. Ebenso sind Standorte mit direkter Sonneneinstrahlung ungeeignet.



Türdichtungen pflegen / erneuern

Damit die Kälte im Kühl- oder Gefrierschrank verbleibt, sollten die Geräte möglichst dicht abschließen. Alte oder defekte Dichtungen führen automatisch zu unnötigem Kälteverlust. Durch das Einreiben mit Talkum oder Vaseline werden Dichtungen gepflegt und bleiben weich und funktionsfähig. Defekte oder spröde Dichtungen werden ausgetauscht.





Keine warmen Speisen in den Kühlschrank

Kühlschränke und Gefriertruhen benötigen viel Energie, um warme Speisen herunterzukühlen. Achten Sie darauf, dass warme Speisen erst auf annährend Raumtemperatur abkühlt sind, bevor sie ins Kühlgerät eingeräumt werden.

Eis im Kühlschrank oder in der Gefriertruhe

Viel Eis im Kühlgerät kann ein Indiz dafür sein, dass der Betrieb nicht optimal läuft. Eis bildet sich vor allem dann, wenn die Kompressoren im Gerät besonders stark arbeiten müssen. Dies kann an einer zu niedrig eingestellten Kühltemperatur, an einem zu warmen Standort des Geräts oder an einer falschen Bedienung liegen. So kann beispielsweise durch ein zu häufiges Öffnen der Türe Wärme und Feuchtigkeit ins Innere gelangen, die sich dann als Eis an der Rück- oder Seitenwand anlagert. Defekte Dichtungen können zu einem stetigen Eindringen von Außenluft führen.

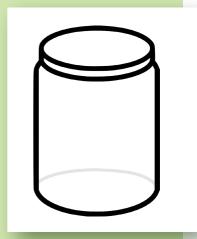
Sollten Sie Eis im Gerät bemerken, versuchen Sie dieses loszuwerden. Gefriertruhen verbrauchen wesentlich mehr Strom, wenn sie innerlich vereisen. Extreme Eisbildung kann sogar dazu führen, dass die Türe nicht mehr richtig schließt. Tauen Sie die Geräte regelmäßig ab, um übermäßiges Vereisen zu verhindern. Am besten eignet sich hierfür der Winter. Dann kann Gefriergut für kurze Zeit im Freien gelagert werden.





Einwecken statt einfrieren

Ganz ohne Kühlung kommt Eingekochtes aus. Im Glas im kühlen Keller sind die Vorräte oft viele Monate haltbar.





Stecker ziehen anstatt Standby

Gemäß Beschluss der Europäischen Kommission dürfen Elektrogeräte ohne Internetverbindung im Stand-By-Betrieb maximal 0,5 Watt verbrauchen. Dies ist zwar nicht viel, dennoch kommen übers Jahr durch diese versteckten Verbraucher mehrere Euro Zusatzkosten zusammen. Sparender ist es daher, das Gerät nach Gebrauch vom Netz zu nehmen. Dies funktioniert entweder durch Ziehen des Steckers oder durch Nutzung einer Steckdosenleiste mit Ein-/Ausschalter.

Ein nicht zu unterschätzender Nebeneffekt ist der bewusste Umgang mit Strom und Energie im Allgemeinen. Durch das aktive Trennen eines Geräts vom Stromnetz bleiben Sie sich des Stromverbrauchs stets bewusst und integrieren einen sparsamen Umgang mit Energie in Ihren Alltag.

Kleinerer Bildschirm = weniger Strom

Was logisch klingt, soll dennoch Erwähnung finden. Je kleiner die Bildfläche, desto weniger Strom wird für deren Betrieb benötigt - egal ob bei Fernseher, PC-Bildschirm oder Tablet. Besonders LED-Bildschirme sind stromsparend.

Einfluss auf den Stromverbrauch hat auch die Einstellung der Helligkeit oder das Ausschalten der Hintergrundbeleuchtung. Probieren Sie aus, ob es in Ihrem Alltag Möglichkeiten zur Anpassung gibt.



Gerätefilter reinigen

Manche Geräte wie die Dunstabzugshaube, der Wäschetrockner oder der Staubsauger arbeiten mit Luftfiltern. Starke Verunreinigungen erschweren den Betrieb, das Gerät ist dann in seiner Kapazität beschränkt und muss mit höherer Leistung betrieben werden.

Kontrollieren Sie die Filter in regelmäßigen Abständen, reinigen Sie sie oder tauschen Sie sie bei Bedarf aus.



Wasserkocher / Kaffeemaschine entkalken

Der Odenwald verfügt über sehr weiches und daher eher kalkarmes Wasser. Dennoch kann es passieren, dass sich in Wasserkochern oder Kaffeemaschinen mit der Zeit Kalkrückstände ablagern. Es wird mehr Energie benötigt, damit die Wärme die Kalkschicht durchdringt. Um dies zu verhindern, empfiehlt sich das regelmäßige Entkalken.



Stromspargeräte kaufen

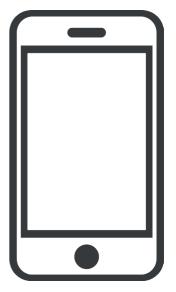
Um Konsument/innen einen einfachen Überblick zu ermöglichen, wurde eine Skala mit den Energieeffizienzklassen A (sehr niedriger Bedarf) bis G (sehr hoher Bedarf) eingeführt. Diese ersetzen die vorherigen "Plus-Klassen" (A+, A++, A+++), die fachfremden Personen ein Bewerten der tatsächlichen Effizienz deutlich erschwerten.

Achten Sie beim Kauf eines Gerätes auf eine möglichst hohe Energieeffizienz. Die Klassen A-G werden durch eine Ampelfunktion farblich ergänzt. So können neue Geräte schnell und unkompliziert verglichen werden.

Energiesparen beim Smartphone

Auch beim Smartphone kann gespart werden. Richten Sie für eine möglichst lange Akkulaufzeit zwingend den Energiesparmodus ein und wählen Sie ein möglichst dunkles Display. Sorgen Sie dafür, dass das Smartphone nicht dauerhaft mit dem Stromnetz verbunden ist. Dies sorgt für einen Mehrverbrauch und verringert gleichzeitig die Lebensdauer des Akkus.

Ausmisten hilft sparen. Schließen oder löschen Sie ungenutzte Apps und Einstellungen. Alles, was im Hintergrund offen ist, zieht Strom.





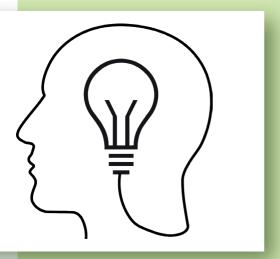
Smart-Home-Steuerung nutzen

Unter dem Begriff "Smart Home" versteht man die intelligente Vernetzung einzelner Komponenten innerhalb eines Gebäudes. Durch eine intelligente Steuerung können Sie viele Geräte und Anlagen sinnvoll miteinander kombinieren.

Energiemanagementsysteme helfen dabei, Energiekosten im Blick und damit auch niedrig zu halten. Gebäude mit Energiemanagementsystemen haben nachweislich einen signifikant geringeren Strom- und Wärmebedarf.

Geräte wie Heizung, Beleuchtung, Kühlschrank oder Waschmaschine lassen sich überwachen und entsprechend der individuellen Wünsche oder auch äußerer Einflüsse betreiben. So kann beispielsweise die Waschmaschine automatisch angeschaltet werden, sobald die Photovoltaik-Anlage auf dem Dach ausreichend Strom dafür produziert. An anderer Stelle wird der Raum im Winter rechtzeitig vorgeheizt, bevor Sie von der Arbeit zurückkommen.

Smart Home kann jedoch noch viel mehr. Wer mehr erfahren möchte, informiert sich beispielsweise über die Verbraucherzentrale oder lädt sich einen spezialisierten Fachbetrieb zu einem Vor-Ort-Termin ein.

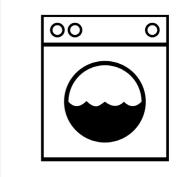




Sparprogramme nutzen

Auch wenn es sparsam klingt, die Spüloder Waschmaschine nur kurz einzuschalten - das Gegenteil ist der Fall. Bei diesen Programmen muss das Wasser innerhalb kürzester Zeit erhitzt werden, was sehr viel Energie verbraucht. Eco- oder andere Sparprogramme laufen zwar meist länger, benötigen in der Gesamtbilanz jedoch deutlich weniger Wasser und Strom.

Waschmaschinen mit Warmwasseranschluss sind eine sinnvolle Ergänzung. Waschwasser kann viel effizienter über die Zentralheizung als in der Wäschetrommel erhitzt werden.



Wäsche an der Luft trocknen

Im Gegensatz zum Trocknen auf der Wäscheleine verbraucht der Einsatz eines Wäschetrockners viel Energie. Ein herkömmlicher Wäschetrockner ist in der Regel der größte Stromfresser im Haushalt. Mit jeder Nutzung steigt der Energieverbrauch und somit die Stromrechnung. Wenn Sie bereits einen Wäschetrockner besitzen, sollten Sie Ihre

Wäsche dennoch so häufig wie möglich auf der Leine trocknen lassen.



Wäsche vor dem Bügeln glätten

Energiesparendes Bügeln gehört vorbereitet. Ein Ausschütteln oder Ausstreichen der Kleidung nach dem Waschvorgang reduziert die Faltenbildung und das Bügeln dauert nicht mehr so lange.

Sortieren Sie die Wäsche nach ihrer Bügeltemperatur und beginnen Sie mit den niedrigeren Temperaturen. Der Aufheizprozess ist somit deutlich verkürzt. Schalten Sie das Bügeleisen vorzeitig aus und nutzen Sie die Restwärme für die letzten Kleidungsstücke. Ein wärmereflektierendes Bügelbrett erhöht die Effizienz und reduziert den Energiebedarf.





Fegen und putzen statt saugen

Sie sparen Strom, indem Sie den Staubsauger nur dann nutzen, wenn es nötig ist. Mancher Saugvorgang kann durch ein Zusammenfegen ersetzt werden.

Putzen geht auch mit kaltem Wasser. Die meisten Reinigungsmittel wirken "kalt" ebenso – oder aufgrund ihrer inhaltlichen Zusammensetzung sogar etwas besser.



Haare trocken lassen

Heiße Föhnluft schädigt das Haar und verbraucht darüber hinaus viel Strom. Stellen Sie den Föhn lieber etwas kälter oder lassen Sie Ihre Haare an der Luft trocknen. Kurzes Haar kann auch trockengerubbelt werden.

Elektrische Zahnbürste nur bei Bedarf laden

Die meisten Geräte zeigen an, wenn der Akku niedrig ist und geladen werden muss. Dauerladen kostet nur unnötig Strom und verkürzt darüber hinaus die Lebensdauer des Akkus.





Tageslicht nutzen

Wer seinen Schreibtisch ans Fenster stellt, nutzt das Tageslicht und benötigt keine künstliche Beleuchtung. Wenn beleuchtet werden muss, nutzen Sie (kleine) Schreibtischlampen mit sparsamen Leuchtmitteln.

Achten Sie jedoch auf eine ausreichend gute Ausleuchtung des Arbeitsplatzes, damit Sie Ihre Augen nicht schädigen.

Außenbeleuchtung optimieren

Nutzen Sie im Außenbereich Solarleuchten, die ohne Stromanschluss funktionieren. Sie sind oft mit Bewegungssensor oder Zeitschaltuhren kombinierbar und reichen somit über den gesamten Abend.

Achten Sie jedoch besonders im Außenbereich auf eine bewusste und zielgerichtete Beleuchtung. Die Tier- und Pflanzenwelt wird Ihnen danken, wenn sie nicht die ganze Nacht mit Kunstlicht zu kämpfen hat.





Auf LED- oder Energiesparlampen wechseln

LED-Leuchtmittel sparen Strom und sind deutlich langlebiger als konventionelle Glühbirnen. Achten Sie auf die richtige Farbtemperatur, die auf den Packungen in Kelvin [K] angegeben sind.

2700 K entspricht warmweißem Licht, das beispielsweise in Wohnzimmern zur Gemütlichkeit beiträgt. Nutzen Sie helle Lampenschirme und weiße Wände, die das Licht reflektieren und eine Reduzierung der Beleuchtungsstärke ermöglichen.

Licht aus

Schalten Sie die Lichter in ungenutzten Räumen konsequent aus und sparen Sie Strom und Geld.





Wasser

Hygiene

Wassersparaufsatz verwenden

Duschen statt baden

Hände kalt waschen

Wassertemperatur runter drehen

Haushalt

Dampfgaren statt kochen

Passende Menge Wasser erhitzen

Vorheizen vermeiden

Spülmaschine statt Handabwasch

Spülmaschine an Warmwasser anschließen

Auf Vorwaschprogramm verzichten





Wassersparaufsatz nutzen

Wassersparaufsätze für Waschbeckenarmaturen oder Duschköpfe verringern die Durchflussmenge. So können bis zu 50% (warmes) Wasser eingespart werden.



Duschen statt baden

In der Regel verbraucht ein Duschvorgang erheblich weniger Wasser als ein Vollbad. Wasser und damit auch Energie wird eingespart, in dem darüber hinaus zum Einseifen das Wasser abgedreht wird.



Hände kalt waschen

Schmutz und Erreger werden in gleichem Maße auch mit kaltem Wasser reduziert. Hierbei steht die Waschtechnik im Vordergrund.

Stellen Sie den Regler nach Gebrauch von warmem Wasser gleich wieder auf kalt - als Erinnerung für die nächste Benutzung.

Wassertemperatur runter drehen

Eine Wassertemperatur von 55°C reicht aus, um Erreger (z.B. Legionellen) unschädlich zu machen. Reduzieren Sie die Temperatur an Heizung oder Boiler. Einmal pro Woche empfiehlt es sich, die Leitungen heiß durchzuspülen. Auf Wasserzirkulation kann während Abwesenheiten verzichtet werden. Sie kann zeitlich auf Ihren Tagesablauf abgestimmt oder komplett abgeschaltet werden.



Dampfgaren statt kochen

Beim Dampfgaren wird weniger Wasser benötigt als beim herkömmlichen Kochen. Beim Kochen mit Topfdeckel bleibt die Hitze länger erhalten.

Passende Menge Wasser erhitzen

Erhitzen Sie nur so viel Wasser, wie Sie benötigen. Wer beispielsweise eine einzelne Tasse Tee zubereiten möchte, füllt diese mit kaltem Wasser, gibt die abgemessene Wassermenge in den Wasserkocher und schüttet sie anschließend "heiß" wieder zurück.





Vorheizen vermeiden

Kartoffeln, Nudeln und Co. benötigen kein vorgeheiztes Wasser. So können Sie neben Energie auch noch Zeit sparen. Idealerweise wird das Wasser im Wasserkocher erhitzt und dann in den Kochtopf umgefüllt.

Spülmaschine statt Handabwasch

Unter laufendem Wasser abspülen kostet viel warmes Wasser. Besser ist der Abwasch mit wenig Wasser im Becken oder dem Eco-Modus der Spülmaschine. Ein Vorspülen des Geschirrs ist – wenn überhaupt – nur bei sehr starken Verunreinigungen erforderlich.



Spülmaschine an Warmwasser anschließen

Es ist unkompliziert und kann sich lohnen, die Spülmaschine an die Warmwasserleitung anzuschließen. Technisch ist das bei den meisten Modellen möglich. Sinnvoll ist es vor allem dann, wenn der Leitungsweg zwischen Wasserreservoir und Maschine kurz ist.

Auf Vorwaschprogramm verzichten

Abhängig vom Verschmutzungsgrad können Sie auf Vorwaschprogramme bei Wasch- und Spülmaschine verzichten. Machen Sie die Maschine ausreichend voll, um noch effektiver säubern zu lassen.





Wärme

Wärme erzeugen

Heizungseinstellung überprüfen (lassen) Heizkörperthermostat runter regeln Heizkörper entlüften Möbel auf Abstand bringen Nicht alle Räume voll heizen

Im Urlaub Heizung aus Kamin / Ofen nutzen

Wärme erhalten

Dämmung

Dämmung von Heizleitungen/-rohren

Fenster- und Türdichtungen kontrollieren / erneuern

Reflexionsfolie hinter Heizkörper

Rollläden schließen

Lüften



Heizungseinstellung überprüfen (lassen)

Zum Sparen von Energieträgern lohnt es sich, die Heizungseinstellung zu überprüfen und mit dem individuellen Tagesablauf abzustimmen. Eine Fachfirma kann mit einem hydraulischen Abgleich zu mehr Effizienz beitragen. Beim hydraulischen Abgleich wird die Wassermenge im Heizsystem optimiert und der Wärmebedarf des Gebäudes nachweislich reduziert. Achtung: Nicht jeder Fachbetrieb kann einen qualitativ hochwertigen Abgleich durchführen.

Schließen Sie einen Wartungsvertrag für Ihre Heizung ab. Somit wird Ihr Heizsystem zu Beginn der kalten Jahreszeit überprüft und neu eingestellt. Damit sparen Sie gleichermaßen Geld und Brennstoff.

Heizkörperthermostat runter regeln

Das Heizkörperthermostat regelt die Raumtemperatur. Dabei entspricht Stufe 2 ca. 16°C, Stufe 3 ca. 20°C und Stufe 4 ca. 24°C. Auf höherer Stufe wird der Raum nicht schneller, sondern ausschließlich endgradig wärmer.

Auf digitalen Heizkörperthermostaten können Sie die gewünschte Zieltemperatur stufenlos einstellen.

Jedes zusätzliche Grad Raumtemperatur erhöht die Heizkosten um 6 %.





Heizkörper entlüften

Wenn Luft im Heizsystem ist, kann die Wärme nicht ausreichend verteilt werden. Die Heizkörper müssen entlüftet werden, damit das warme Wasser wieder ungehindert fließen kann.

Zum Entlüften stellen Sie die Heizungspumpe ab, womit die Zirkulation unterbrochen wird und sich die Luft in den Heizkörpern sammeln kann. Öffnen Sie das Ventil an den Heizkörpern und lassen die Luft entweichen. Drehen das Ventil wieder zu, sobald Wasser kommt. Anschließend können Sie die Heizungspumpe wieder anstellen.

Füllen Sie bei Bedarf Heizwasser nach, sollte der Druck im Heizsystem nicht abgefallen sein.

Möbel auf Abstand bringen

Luft steigt am Heizkörper auf, zieht in Deckennähe zur gegenüberliegenden Seite des Raums, sinkt dort ab und strömt bodennah wieder zurück zum Heizkörper. Vergewissern Sie sich, dass auf diesem Weg keine Hindernisse verortet sind. Hindernisse können vor allem Möbelstücke oder Vorhänge sein.





Nicht alle Räume voll heizen

In ungenutzten Räumen reicht im Winter eine Temperatur von 16°C völlig aus. Schließen Sie die Türen zwischen beheizten und unbeheizten Bereichen. Durch regelmäßiges Stoßlüften umgehen Sie die Gefahr von Schimmelbildung.

Im Urlaub Heizung aus

Schalten Sie bei längerer Abwesenheit die Heizung aus oder stellen Sie sie auf Frostschutz. Wer nicht zuhause ist, braucht dort auch keine warmen Räume.

Sorgen Sie in der kalten Jahreszeit dafür, dass vor dem Verlassen der Wohnung / des Hauses nochmals gründlich gelüftet wird. Somit vermeiden Sie Schäden durch eine zu hohe Raumfeuchte, die sich bei niedrigen Raumtemperaturen an Fenstern oder Außenwänden sammeln und zur Schimmelbildung beitragen kann.







Kamin / Ofen nutzen

Wer einen Ofen oder Kamin besitzt, kann diesen zusätzlich zur Heizung einsetzen. Ist die Zieltemperatur im Raum erreicht, regeln Sie die Heizung herunter und sparen Energie.

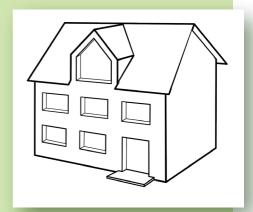
Dämmung

Je älter das Gebäude, desto mehr lohnt sich der Gedanke an Dämm-Maßnahmen. Ob Fassadendämmung, Dachdämmung oder Energiesparfenster – je weniger Wärme verloren geht, desto mehr Geld und Energie wird gespart.

Bereits für kleines Geld kann die Kellerdecke oder die oberste Geschossfläche gedämmt werden. Auch diese Sanierungsmaßnahme bringt bereits einen signifikanten Nutzen.

Das beste Ergebnis wird jedoch mit einer ganzheitlichen Betrachtung der Gebäudehülle erreicht, für die auch Fördergelder in Anspruch genommen werden kann.

Sprechen Sie Dämm-Maßnahmen immer mit einem Fachbetrieb ab und handeln Sie nicht eigenmächtig. Einzelmaßnahmen sollten aufeinander abgestimmt werden, um den Einspareffekt zu optimieren und um keine Schäden am Gebäude zu riskieren.

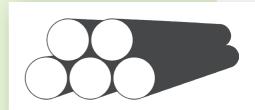




Dämmung von Heizleitungen/-rohren

Auch auf dem Weg vom Wärmeerzeuger zum Heizkörper geht Wärme verloren. Freiliegende Rohrleitungen lassen sich unkompliziert mit Dämmung ummanteln.

Die Isolierung von Heiz- und Warmwasserleitungen sollte obligatorisch sein und lässt sich problemlos selbst durchführen.



Fenster- und Türdichtungen kontrollieren / erneuern

Dichtungen werden mit den Jahren spröde und verlieren an Elastizität. Halten Sie zum Testen eine Kerze an Fensterflügel und Türen. Der Effekt ist am größten, wenn der Temperaturunterschied (innen/außen) hoch ist. Bewegt sich die Flamme im Luftzug (auch nur leicht!), verlieren Sie Wärme. Eine neue Dichtung kann dann Abhilfe schaffen.

Fenster- und Türdichtungen kann man problemlos selbst anbringen. Montageanleitungen erhalten Sie im Baumarkt oder im Internet. Prüfen Sie in diesem Zuge auch, ob Ihre Fenster richtig eingestellt sind, also noch exakt in den Rahmen passen.

Eine professionelle Überprüfung der Dichtheit Ihres Gebäudes kann durch einen sogenannten "Blower-Door-Test" erfolgen. Der Test wird durch Fachbetriebe durchgeführt und ist förderfähig.



Reflexionsfolie hinter Heizkörper

Reflexionsfolie hinter den Heizkörpern wirft die warme Luft zurück in den Raum. Zudem wird bei schlecht gedämmten Heizkörpernischen der Wärmeverlust nach außen gemindert. Ist hinter dem Heizkörper ausreichend Platz, führt die Anbringung von Dämm-Material zu noch besseren Ergebnissen.

Rollläden schließen

Dieser Trick ist im Sommer wie Winter anwendbar. Im Sommer reduziert der Rollladen die Wärmeeinstrahlung in den Raum. Im Winter wird durch die zusätzlich entstandene Luftschicht zwischen Fensterscheibe und Rollladen der Wärmeverlust reduziert. Jede weitere Schicht zwischen "innen" und "außen" verstärkt den Effekt. So kann ein Rollladen beispielsweise mit Fensterklappen an der Außenfassade und mit Vorhängen im Innenbereich kombiniert werden.





Lüften

Vermeiden Sie Wärmeverlust durch offene Türen und Fenster. Schließen Sie die Türen zu ungenutzten Räumen und reduzieren Sie dort die Raumtemperatur.

Beim Lüften kommt es auf die Technik an. Kurzes Querlüften (über mehrere Zimmer und Fenster) ist am effektivsten. Stoßlüften (über ein Fenster) ist wärmesparender als Lüften über gekippte Fenster, das generell vermieden werden sollte und hauptsächlich zum Auskühlen der Wände führt.





Mobilität

Kurztipps

Fahrgemeinschaften bilden Rad / Roller für kurze Strecken Zu Fuß für noch kürzere Strecken ÖPNV nutzen

Spritschonende Fahrweise Energieintensive Funktionen vermeiden Fahrten zusammenlegen Ladung reduzieren Reifen prüfen Regelmäßige Wartung



Fahrgemeinschaften bilden

Wer zusammen fährt, spart nicht nur Energie und Geld, es macht auch mehr Spaß.



Rad / Roller für kurze Strecken

Gerade im Sommer fällt es leichter, auf das Auto zu verzichten. Mit alternativen Fortbewegungsmitteln tanken Sie beim Fahren auch noch Sonne.



Zu Fuß für noch kürzere Strecken

Laufen Sie doch mal wieder. Es ist klimaschonend und gesund.



ÖPNV nutzen

Nutzen Sie die Angebote des öffentlichen Nahverkehrs. Sie bringen Sie bequem ans Ziel.

Ihre zentrale Anlaufstelle im Odenwaldkreis ist www.odenwaldmobil.de

Spritschonende Fahrweise

Durch Ihre Fahrweise können Sie Einfluss auf den Kraftstoffverbrauch nehmen. Vorrausschauendes Fahren im niedrigen Drehzahlbereich lohnt sich. Auch mit verringerter Geschwindigkeit und unter Vermeidung von unnötigem Bremsen, kann Kraftstoff gespart werden.



Energieintensive Funktionen vermeiden

Klimaanlage, Standheizung und Motor warm laufen lassen, kostet Energie und kann vermieden oder reduziert werden.



Fahrten zusammenlegen

Fahrten lohnen sich eher, wenn Sie gleich mehrere Dinge am Zielort zu erledigen haben. Priorisieren Sie und vermeiden Sie unnötige Fahrten.



Ladung reduzieren

Je mehr Gewicht, desto höher der Kraftstoffverbrauch. Überprüfen Sie Ihr Auto auf unnötige Ladung und misten nach einem Urlaub gründlich aus.

Denken Sie beispielsweise auch an Dachboxen, die nicht selten das ganze Jahr montiert bleiben und den Kraftstoffverbrauch erheblich erhöhen.



Reifen prüfen

Mit Energiespar- oder Eco-Reifen wird der Rollwiderstand und dadurch auch den Kraftstoffverbrauch reduziert. Kontrollieren Sie regelmäßig den Luftdruck Ihrer Reifen. Ein leicht erhöhter Druck hilft beim Sparen.

Den empfohlenen Reifendruck entnehmen Sie dem Handbuch Ihres Fahrzeugs. Alternativ fragen Sie die Autowerkstatt Ihres Vertrauens.



Regelmäßige Wartung

Durch die regelmäßige Überprüfung Ihres Fahrzeugs kommen Mängel und Schwachstellen schneller ans Licht. Diese können sich unter Umständen teuer auf Ihre Fahrten und den Kraftstoffverbrauch auswirken. Lassen Sie sich ruhig beraten. Mit kleinen Tricks wie Leichtlauföl oder Luftfilterreinigung können Sie Energie sparen.





Herausgeber:

Kreisausschuss des Odenwaldkreises Klimaschutzmanagement Michelstädter Str. 12 64711 Erbach

Redaktion:

Markus Linkenheil, Catharina Bickel

E-Mail: m.linkenheil@odenwaldkreis.de

Urheber gem. §13 UrhG:

Johannes Kessel / Lehensform GmhH

