

STROMSPAREN

Sparen bedeutet nicht verzichten

Lifestyle und ineffiziente Geräte verpuffen zu viel teure Energie. Dabei liesse sich schon mit einfachen Umstellungen und allenfalls einigen langfristigen Investitionen eine Menge Energie und Geld sparen – ohne Verzicht auf Komfort. Text: Reto Westermann

Der Radiowecker holt uns aus dem Schlaf, wir knipsen das Licht an, schalten die Kaffeemaschine ein und föhnen nach der Dusche die Haare. Schon in den ersten 30 Minuten des Tages wird klar: Ohne Strom wären wir ziemlich aufgeschmissen. Dumm nur, dass wir viel mehr Strom verbrauchen, als nötig wäre, um gleich komfortabel leben zu können.

Schätzungen zeigen, dass die Schweiz allein mit der effizienteren Nutzung der Energie aus der Steckdose die Leistung eines Atomkraftwerks einsparen könnte – ohne dass der gewohnte Komfort auf der Strecke bliebe. Strom sparen schont auch das Portemonnaie, denn jede Kilowattstunde, die nicht unnötig verpufft wird, muss auch nicht bezahlt werden. Doch wo soll der Sparhebel angesetzt werden?

Strom sparen lohnt sich dort am meisten, wo der Verbrauch hoch ist. Das betrifft insbesondere Geräte wie Kochherd, Backofen, Tiefkühler, Waschmaschine und Tumbler. So verbrauchen Kochherd und Backofen beispielsweise durchschnittlich rund 480 Kilowattstunden Strom pro Jahr. Bei Kleingeräten – Staubsauger, Mixer, Fernseher – ist das Sparpotential geringer. Prüfen Sie

also zuerst das Alter von Waschmaschine, Geschirrspüler, Kochherd, Kühlschrank und Tiefkühler. Je nach Alter, Stromverbrauch und Zustand lohnt sich der Ersatz durch ein stromsparendes Gerät der Klassen A, A+ oder A++.

Wohnen Sie zur Miete, können Sie Ihren Vermieter bitten, alte Geräte gegen solche

der niedrigsten Verbrauchsklassen auszutauschen. Ist er damit nicht einverstanden, lohnt es sich unter Umständen sogar anzubieten, einen Teil der Kosten zu übernehmen – das investierte Geld holen Sie über die tiefere Stromrechnung wieder herein. Das ist allerdings nur sinnvoll, wenn in nächster Zeit kein Umzug geplant ist. ■

Haushaltsgeräte: Wo sich wie viel Geld sparen lässt

Einige hundert Franken lassen sich im Lauf der Jahre sparen, wenn man auf effiziente Haushaltsgeräte setzt, wie die Zahlen unten belegen. Top-effiziente Geräte sind auf der Energieetikette mit A++, A+ oder A markiert, B bis G bedeutet mindere Effizienz bis «Vorsicht: Stromfresser!».

Haushaltsgerät	Stromkosten* ineffizientes Gerät während 15 Jahren	Stromkosten Topgerät während 15 Jahren	Ersparnis während 15 Jahren Betrieb
Kühlschrank 206 Liter	831	480	351
Gefrierschrank 235 Liter	1209	570	639
Waschmaschine 5,5 Kilo	1431	825	606
Geschirrspüler	1253	881	372
Backofen	538	347	191
Total			2159

*alle Angaben in Franken

QUELLE: WWW.TOPFEN.CH

Energieverschwendung im Haushalt: Tipps zum Sparen

Unterhaltung und Heimbüro

- Viele Geräte wie TV, Stereoanlage, Drucker oder PC brauchen auch in vermeintlich ausgeschaltetem Zustand Strom. Faustregel: Geräte mit eingebauter Zeitanzeige oder solche, die auch nach dem Abstellen Wärme erzeugen, sind nur im Stand-by-Zustand. Wie viel Energie verbraucht wird, können Sie mit einem Stromzähler messen, den Sie sich beim Elektrizitätswerk ausleihen können.
- Stecken Sie Geräte wie Computer, Drucker oder Scanner an einer

Steckerleiste mit Schalter ein. So können Sie mit einem Klick alle miteinander ausschalten.

- Schalten Sie alle Geräte mit Stand-by-Funktion ganz aus.
- Achten Sie bei der Anschaffung von Geräten und Lampen auf die Energieetikette. Kaufen Sie wenn möglich nur Modelle, die mindestens mit der Klasse A ausgezeichnet sind.
- Tauschen Sie alte, stromfressende Kleingeräte gegen neue, sparsame Modelle aus. Ein Fernsehgerät mit LCD-Bildschirm beispielsweise

braucht bei gleicher Bildschirmgröße rund 80 Prozent weniger Energie als ein Gerät mit Röhrentechnologie.

- Stecken Sie Ladegeräte für Handys oder MP3-Player nur ein, wenn sie gebraucht werden.
- Die meisten Kaffeemaschinen brauchen auch in ausgeschaltetem Zustand Strom. Falls Ihre Maschine keinen Hauptschalter hat, der den Strom ganz abstellt, rüsten Sie das Kabel mit einem Kippschalter für dreipolige Kabel aus.

Energieverschwendung im Haushalt: Tipps zum Sparen

Kühlen und einfrieren

- Stellen Sie Kühl- und Tiefkühlgeräte an einem möglichst kühlen Ort auf, also beispielsweise nicht auf dem Balkon, sondern im Keller.
- Stellen Sie die richtige Temperatur ein (fünf bis sieben Grad beim Kühlschrank, minus 18 Grad beim Tiefkühler). Ist der Kühlschrank etwa auf drei Grad eingestellt, braucht er 15 Prozent mehr Strom als bei der richtigen Temperaturwahl.
- Kontrollieren Sie, ob die Türen gut schliessen. Tauschen Sie wenn nötig den Dichtungsgummi aus.
- Tauen Sie den Tiefkühler und das Gefrierfach des Kühlschranks regelmässig ab.
- Stellen Sie keine warmen Speisen in den Kühlschrank.
- Tauen Sie Gefrierprodukte im Kühlschrank auf, profitieren sie von der abgesonderten Kälte.
- Öffnen Sie die Türen möglichst kurz. Hilfreich ist ein Ordnungssystem, damit die gewünschte Ware möglichst schnell gefunden werden kann.

Beleuchtung

- Ersetzen Sie Glühbirnen wo möglich durch Sparlampen. Ausserdem gut zu wissen: Manche Halogenlampen brauchen genauso viel Strom wie gewöhnliche Glühbirnen.

Kochen und backen

- Achten Sie darauf, dass der Durchmesser von Pfanne und Kochplatte übereinstimmt.
- Prüfen Sie, ob Ihre Pfannen einen ebenen Boden haben.
- Kochen Sie mit Deckel.
- Nutzen Sie bei langer Gardauer einen Dampfkoctopf.
- Kochen Sie mit möglichst wenig Wasser und brauchen Sie heisses Wasser

vom Hahnen, um die Kochzeit zu verkürzen.

- Nutzen Sie zum Erhitzen von Wasser einen Wasserkocher statt des Herds.
- Vorheizen – wie in vielen Rezepten vorgeschlagen – ist bei modernen Backöfen meist nicht nötig, da diese innert weniger Minuten die gewünschte Temperatur erreichen.
- Bei Backzeiten über 40 Minuten können Sie den Ofen zehn Minuten vor Ende der Backzeit ausschalten.
- Falls Sie einen Heissluftofen besitzen, überlegen Sie jeweils, ob Sie nicht zwei Gerichte gleichzeitig backen können. Durch die Luftumwälzung ist dies bei Heissluftöfen möglich. Beispiel: auf der oberen Ebene die Wähe für den Znacht, darunter das Brot für den nächsten Tag.
- Öffnen Sie den Ofen während des Backens nicht unnötig. Jedes Öffnen verbraucht 20 Prozent Wärme.

Geschirr spülen

- Von Hand abwaschen braucht mehr Energie als ein Waschgang mit dem Geschirrspüler.
- Füllen Sie den Geschirrspüler möglichst vollständig.
- Reinigen Sie das Geschirr nicht vorgängig und falls nötig nur mit kaltem Wasser.
- Nutzen Sie Sparprogramme.
- Falls Sie warmes Wasser mit einem Kollektor erzeugen, sollten Sie den Geschirrspüler anschliessen. So wird kein Strom fürs Aufheizen benötigt.

Wäsche waschen, trocknen und bügeln

- Waschen Sie mit möglichst tiefen Temperaturen. Der grösste Teil der Wäsche wird auch bei 30 Grad rein.
- Nutzen Sie Sparprogramme.
- Verzichteten Sie aufs Vorwaschen.
- Nutzen Sie die Füllmenge aus.

- Schleudern Sie die Wäsche bei mindestens 1000 Umdrehungen/Minute, das spart Energie beim Trocknen.
- Wenn Sie das Wasser mit einem Kollektor aufheizen, schliessen Sie die Waschmaschine an diese Leitung an.
- Trocknen Sie die Wäsche im Freien.
- Verwenden Sie wenn nötig statt des Tumblers einen Luftentfeuchter im Trocknungsraum.
- Reinigen Sie den Filter des Tumblers nach jeder Benutzung.
- Bügeln Sie die Wäsche in leicht feuchtem Zustand, das benötigt am wenigsten Strom.
- Bügeln Sie nur jene Wäschestücke, bei denen es unbedingt nötig ist, denn pro fünf Kilo Wäsche brauchen Sie rund 1,3 Kilowattstunden Strom.

Warmwasser und Heizung

- Stellen Sie den Boiler auf maximal 60 Grad ein und entkalken Sie ihn in den geforderten Zeitabständen.
- Schalten Sie den Boiler bei längerer Abwesenheit aus.
- Prüfen Sie, ob die Umwälzpumpe Ihrer Heizung im Sommerbetrieb nicht arbeitet. Vor allem bei älteren Anlagen sind die Pumpen auch im Sommer unnötigerweise in Betrieb.

Weitere Infos

Literatur

- «Ratgeber klimafreundliche Geräte», «Ratgeber Licht»: gratis beim WWF erhältlich, Telefon 044 297 21 21
- «Ratgeber Energybox», 10 Franken (www.energybox.ch)

Internet

- www.topten.ch
- www.energybox.ch
- www.energieeffizienz.ch
- www.energieetikette.ch



Adelboden, Schweiz

Gobi, Mongolei

