

Mitmachen und sparen:

# Energiespartipps für Mieter



## 1 Lüften im Winter – keine halben Sachen

Gekippte Fenster fressen Energie: In der dauerhaften Kippstellung heizt man das Geld buchstäblich zum Fenster hinaus. Besser ist es, öfter kurz – höchstens 10 Minuten – und kräftig zu lüften – am besten mit Durchzug. Dabei die Heizung runterdrehen. Richtiges Lüften beugt zudem Schimmelbildung vor.

## 2 Raumtemperatur senken – jedes Grad zählt

Die Raumtemperatur sollte im Wohnbereich möglichst nicht mehr als 20°C betragen. Jedes Grad weniger spart etwa 6% Heizenergie. Empfehlung: In der Küche, wo Kühlschrank, Herd und Spülmaschine mitheizen: 18°C, im Schlafzimmer 17°C

## 3 Räume nur nach Bedarf heizen

Bei Abwesenheit bis zu zwei Tagen die Temperatur auf 15°C, bei längerer Abwesenheit auf 12°C oder die Frostschutzposition des Thermostatventils einstellen; auch während der Nachtstunden die Raumtemperatur möglichst um 5°C senken.

## 4 Rolläden und Fensterläden nachts schließen

Ist es draußen sehr kalt, geht viel Wärme über Glas und Rahmen der Fenster verloren. Wer die Rollläden schließt, kann die Wärmeverluste um mehr als 20% verringern, Vorhänge bringen weitere 10%.

## 5 Wärmestau an Heizkörpern vermeiden

Heizkörperverkleidungen und Möbel vor Heizkörpern verhindern, dass die Heizungswärme in den Raum geht. Das bedeutet bis zu 5% mehr Heizkosten. Vorhänge über den Heizkörpern, erhöhen den Wärmeverlust nochmals erheblich.

## 6 Wärmebrücke Heizkörpernischen

Eine nachträgliche Wärmedämmung hinter dem Heizkörper schafft Abhilfe und spart bis zu 6% Heizenergie. Bei Platzmangel hilft eine fünf Millimeter dicke, aluminium-kaschierte Styroporplatte.

## 7 Sparduschkopf benutzen

Mit einem Sparduschkopf kann ein 3-Personen-Haushalt jährlich etwa 37800 Liter warmes Wasser und damit rund 290 Euro sparen – wenn Sie Ihr warmes Wasser mit Strom erwärmen, ist die Ersparnis sogar noch wesentlich größer.

## 8 Gefrierfach abtauen

Ein leichter Reifansatz an den Innenwänden der Kühl- und Gefriergeräte ist ganz normal. Wird der Reif dicker oder bildet sich eine Eisschicht, erhöht sich der Stromverbrauch. In diesem Fall sollte man das Gerät abtauen.

## 9 Beim Kochen einen Deckel benutzen

Mit Topf- und Pfannendeckel brauchen Sie zwei Drittel weniger Energie. Tägliches Erhitzen von 1,5 Liter Flüssigkeit mit Topfdeckel spart bei einem Elektroherd pro Jahr 200 kWh und 40 Euro.

## 10 Im Schnellkochtopf kochen

Sie kochen mit einem Schnellkochtopf nicht nur schneller, sondern auch günstiger: Ihr Essen wird dadurch jährlich um 15 Euro billiger.

## 11 Energiesparlampen einsetzen

Der Austausch von zehn 60W Lampen spart im Jahr durchschnittlich 490 kWh und 110 Euro. Zwar kosten Energiesparlampen mehr als herkömmliche Glühlampen, doch sie haben auch eine sehr viel längere Lebensdauer.

## 12 Elektronische Geräte ganz ausschalten

Im Haushalt können Sie durch fast vollständigen Verzicht auf Standby ein Zehntel der Stromrechnung sparen. Im Jahr sind das ca. 400 kWh und 90 Euro.