

Strom effizient nutzen & das Klima schützen – so geht’s!

Ein Beratungsangebot für Berliner Haushalte

Wer sein Verhalten hinterfragt, Konsum, Mobilität und Genuss neu denkt und Chancen sieht, wo andere an Verzicht denken, der kann viel für den Schutz von Klima und Umwelt erreichen – 100 Pro!

Im Stadtverkehr, am Arbeitsplatz, zuhause, beim Einkaufen oder bei einem Wochenendausflug – im Alltag werden häufig vermeidbare CO₂-Emissionen verursacht, die den Klimawandel vorantreiben und schwer auf dem Portemonnaie liegen. Mit dieser Klima-Checkliste finden Sie ungeahnte Energie- und CO₂-Einsparpotenziale in Ihren vier Wänden und darüber hinaus.

Strom allgemein

Ökostromtarif wählen: CO₂ vermeiden!

1

Die Erzeugung von Strom verursacht in Deutschland die meisten Treibhausgasemissionen. Strom aus erneuerbaren Energieträgern senkt die CO₂-Emissionen.

- Der Wechsel zu einem echten Ökostromanbieter hat einen großen Klimaschutzeffekt. Anbieter mit Zertifikat finden Sie hier:

♥ www.gruenerstromlabel.de
♥ www.ok-power.de

Energieeffiziente Geräte und Beleuchtung im Haushalt.

2

Stromverbrauchende Geräte und Beleuchtungen im Haushalt sind oft nicht energieeffizient, also nicht sparsam im Stromverbrauch. Das können Sie ändern:

- Wenn Sie neue Produkte beschaffen, achten Sie auf die Energieeffizienz, denn Sie können je nach Ausgangslage bis zu 85 % des Stromverbrauchs vermeiden!
- Hinweise zum Energieverbrauch, die den Neukauf erleichtern und beim Stromsparen helfen:

♥ www.ecotopten.de

Strom & Wärme in der Küche

Wasserkocher, Herd, Backofen & Co. – Energie effizient nutzen!

3

In der Küche geht es oft "heiß her". Kochendes Wasser für Kaffee und Tee, der Kuchen im Backofen oder Nudelwasser auf dem Herd - für alles wird viel Energie benötigt. Mit einfachen Tricks lässt sich ein wenig Energie sparen.

- Der **Topfdeckel** spart bis zu 30 % Energie im Vgl. zum offenen Topf.
- Erhitzen Sie **nur das benötigte Wasser im Wasserkocher**.
- Obst, Gemüse, Eier – **Zutaten schon vor dem Kochen auf Raumtemperatur warm werden lassen**.
- Vielleicht können Sie die **Nachwärme der Herdfläche gleich für den nächsten Gang nutzen?**
- Während des Kochens Heizung abschalten** – die Koch- und Backwärme reicht ein Stückweit auch als Raumwärme.

Zu viel ist zu viel!

4

- 2 in 1: Bei elektrischen Durchlauferhitzern **Temperatur auf Stufe Eco oder 65 °C einstellen** – das hilft gegen Legionellen und spart Energie.
- Die **Temperatur im Kühlschrank auf + 7 bis + 8 °C und im Gefriergerät auf -18 °C einstellen**, denn jedes Grad kühler bedeutet etwa 10 % mehr Stromverbrauch!
- Dunstabzugshaube regelmäßig reinigen**, Funktionstüchtigkeit prüfen und nur einschalten, wenn es wirklich nötig ist.

Strom für Haushaltsgeräte

5

Kühlgeräte prüfen!
Denn sehr wenig Temperatur braucht sehr viel Strom ...

Die optimale Kühltemperatur eines Haushaltskühlschranks liegt bei 7 °C bis 8 °C. In diesem Temperaturbereich bewahren Sie Lebensmittel hygienisch auf. Dabei gilt: Thermometer in der Mitte des Geräts platzieren und Kühlgut clever lagern.

- Tipps für die richtige Auslastung** von Haushaltsgeräten finden sich hier:

♥ www.energiewechsel.de

Geschirr & Wäsche waschen – nicht nur sauber, sondern sparsam.

6

- Waschmittel für Wäsche und Geschirr beseitigen schon **bei geringer Wassertemperatur** alle Alltagsverschmutzungen.
- Verwenden Sie am Geschirrspüler das **Öko-/Eco-Programm und für die Waschmaschine ein Programm mit 40 °C**, um auf der "sauberen Seite" zu sein. Richtig effizient waschen Sie, wenn Sie die **Maschinen stets voll beladen** einschalten.

Übrigens: Der Abwasch mit dem Geschirrspüler ist 5 Mal effizienter als mit der Hand. Sie benötigen weniger Wasser, Waschmittel und Strom bei meistens besserem Ergebnis!

Strom für alles, was leuchtet

7

Die schöne bunte Medienwelt – ohne Strom geht nichts.

Moderne Computer & Co. arbeiten inzwischen sehr energieeffizient. Andererseits: Wir verwenden sie immer häufiger, z. B. für Kochrezepte, Filme oder eine Heimwerkeranleitung. So sorgen Sie fürs sparsame Gleichgewicht:

- Stellen Sie den „**Energiesparmodus**“ ein; z. B. mit "Ruhemodus nach 15 Minuten Inaktivität".
- Bildschirmschoner sind out!**
- Schließen Sie ungenutzte Programme** und löschen Sie unnötige Funktionen! Je weniger Software im Hintergrund läuft, desto weniger arbeitet der Prozessor.
- Trennen Sie PC, Monitor und Drucker zum "Feierabend" vom Strom**, z.B. mit einer schaltbaren Steckdosenleiste.

Übrigens: Laptops verbrauchen grundsätzlich viel weniger Strom als Desktop-Computer.

Gute Lampen heizen nicht!

8

Die künstliche Beleuchtung hat einen Anteil von etwa 8 % am Stromverbrauch eines Haushalts.

- Allein durch den Austausch alter Leuchtmittel gegen LED können bis zu 80 % des Stromverbrauchs eingespart werden. **Glühlampen bitte tauschen!**

Übrigens: LED steht für "Light Emitting Diode" bzw. "lichtemittierende Diode". LED bleiben – im Gegensatz zu Glühlampe & Co. – auch im Dauerbetrieb fast kalt.

- Prüfen Sie auch, ob die Fenster den maximalen Tageslichteintrag zulassen. Fensterbilder, Pflanzen oder dichte Vorhänge tragen zur Verdunklung bei.
- Gerade in Wohnräumen wird an verschiedenen Orten eine unterschiedliche Beleuchtungsstärke benötigt. Richten Sie die Beleuchtung so ein, dass Sie in jedem Raumbereich das "richtige Licht" einschalten können. Mehrere Lichtquellen sorgen dabei nicht nur für Behaglichkeit, sondern auch für Energieeffizienz im Alltag.

Orientierung im Kiez – wann, wo, was?

„Klimaschutz 100 Pro“ bietet u.a. Beratungsgespräche, Klimaspaziergänge und Checklisten für den Hausgebrauch. Gemeinsam mit lokalen Initiativen und Anbietern zeigt „Klimaschutz 100 Pro“ auf, wo und wie mehr Klimaschutz möglich ist.

- ♥ Austausch zwischen Klimaschützer*innen und denen, die es werden wollen.
- ♥ Selbst aktiv werden – von Fahrradreparatur über Abfalltrennung bis Umweltverein
- ♥ Klimaschutz ABC – persönliche Beratung zu Energiekosten und Energieeinsparung

