

Energiesparen mit dem Umweltbeirat Eichenau – Machen Sie mit!

Was heißt Energiesparen? Am besten, keinen Strom verbrauchen! Wie Sie Ihren Stromverbrauch reduzieren und nachhaltiger gestalten können, zeigen Ihnen die folgenden Tipps:

Steigern Sie die Effizienz Ihrer Heizung *(Marion Behr)*

Mit einer kleinen Investition können Sie die Effizienz Ihrer Heizung deutlich steigern und damit Ihre Heizkosten senken. Der hydraulische Abgleich sorgt für mehr Komfort und schont die Umwelt. Sollten Ihre Heizkörper unterschiedlich warm werden und/oder Ihre Umwälzpumpe schon in die Jahre gekommen sein, sollten Sie einen hydraulischen Abgleich von einer Fachfirma durchführen lassen. Dieser senkt Ihre Energiekosten bis zu 15%. Diese Maßnahme amortisiert sich in ca. 3-8 Jahren. Dazu gibt es auch Förderprogramme vom Bund.

So sparen Sie Strom mit Ihrem Computer *(Roman Kohl)*

Ein Computer verbraucht je nach Ausstattung und Alter bis zu 60 Watt Strom, ein 24“ Monitor ca. 40 Watt – größere Monitore entsprechend mehr. Manchmal läuft der Computer den ganzen Tag, wird aber nicht immer verwendet. In Windows kann man ganz einfach in der Systemsteuerung unter dem Punkt Energieoptionen einen Energiesparplan erstellen. Der Bildschirm kann dann z.B. nach 10 Minuten ausgeschaltet werden, der Energiesparmodus vom Computer nach z.B. 20-30 Minuten. Nicht gespeicherte Dokumente bleiben dabei erhalten. Über das Jahr verteilt kann man so einige kWh einsparen! Nachts kann zusätzlich mit einer Stromleiste der Standby-Verbrauch gespart werden.

Weniger (Beleuchtung) ist mehr *(Dr. Anette Banik)*

Stromsparen mit LED-Lampen und Licht ausschalten: Wer beim Verlassen eines Raumes das Licht ausschaltet, spart auf Dauer sehr viel Strom. Dies lohnt sich selbst bei sparsamen LED-Lampen und Energiesparlampen. Ebenso lohnt es sich, alle Beleuchtungen im Haus und Garten auf ein Minimum zu begrenzen oder sie zumindest auf eine Zeitspanne einzugrenzen. Das spart Energie und ist gleichzeitig ein Schutz für die Tierwelt.

So Sparen Sie beim Warmwasser *(Dr. Thomas Heilmair)*

Häufig wird das Warmwasser in einem Speicher bevorratet. Es lohnt sich das Wasser nicht gleich wieder auf die Wunschtemperatur nachzuheizen. Wer am Abend duscht braucht neues warmes Wasser eventuell erst wieder am nächsten Morgen. Über Nacht muss warmes Wasser damit nicht vorgehalten werden, da der Wasserspeicher Wärme verliert. Ein Durchheizen ist nicht nötig. Bei längeren Leitungsnetzen für das Warmwasser werden Zirkulationspumpen eingebaut, damit am Wasserhahn schneller warmes Wasser ankommt. Da diese Pumpen Strom benötigen und die Trinkwasserleitungen Wärme verlieren, sollte die Zirkulationspumpe nur laufen, wenn man auch warmes Wasser benötigt (ausschalten in der Nacht und bei längerer Abwesenheit). Alte Pumpen mit hohem Strombedarf möglichst schnell gegen neue austauschen. Vor 25 Jahren brauchten die Pumpen noch 6-mal so viel Strom. Die Trinkwasserleitungen und Heizungsleitungen im Bereich des Kellers sollten gedämmt bzw. mit einer moderneren Dämmung versehen werden. Das Dämmen von unisolierten Rohren kann bereits nach einem Jahr wirtschaftlich sein.

Steigen Sie um auf Ökostrom *(Peter Witzgall)*

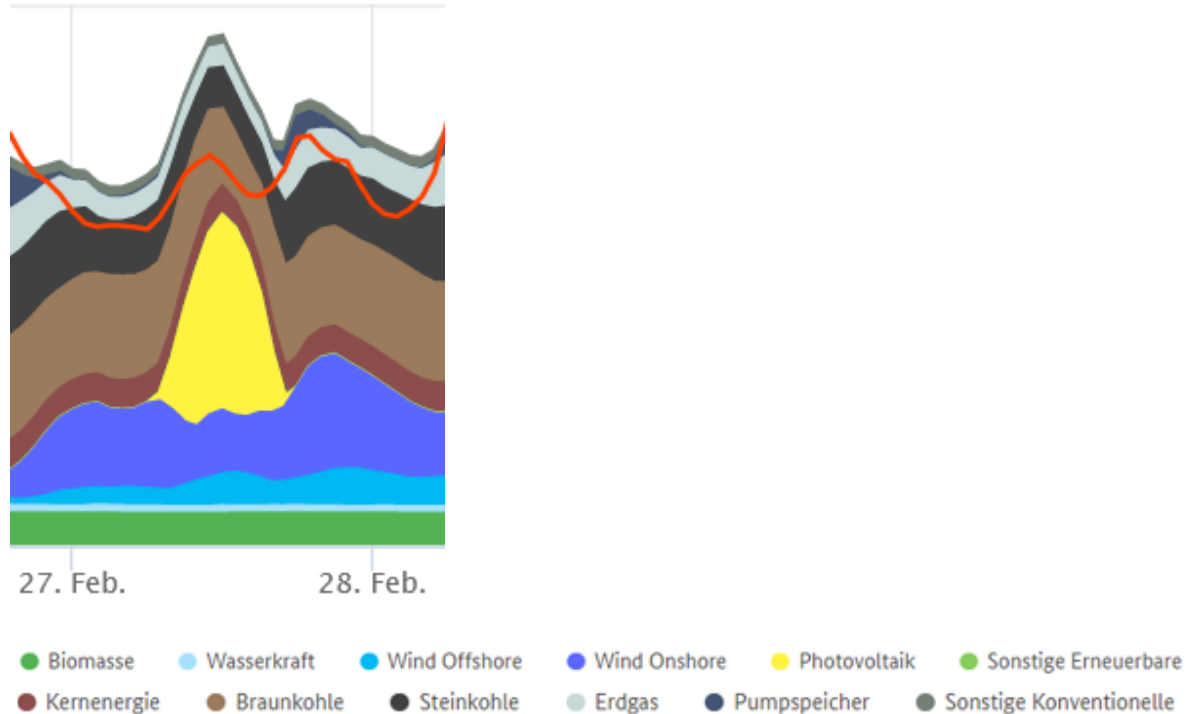
Falls noch nicht geschehen, steigen Sie um auf Ökostrom („Grünstrom“), der zu 100% aus erneuerbaren Energiequellen erzeugt wird! Anders als Sie vielleicht vermuten, sind die Tarife hierfür oft nicht oder nur geringfügig teurer als für „Graustrom“ (der durchschnittliche Strommix). Ein paar Zahlen für Deutschland (aus dem Jahr 2020):

- 22% der Haushalte haben einen Ökostrom-Vertrag (hier ist also eindeutig noch viel Luft nach oben).
- 46% des produzierten Stroms ist grün (Tendenz steigend), die verbleibenden 54% verteilen sich auf verschiedene fossile Energieträger sowie Kernkraft.
- Gut 20% des produzierten Stroms entfällt auf Steinkohle und Erdgas, davon stammt mehr als die Hälfte aus Russland.

Mit einem Bezug von 100% Ökostrom unterstützen Sie so nicht nur die Energiewende (u.a. durch mehr Nachfrage), sondern tragen auch dazu bei, auf diese unsäglichen Importe verzichten zu können. Diese Effekte können Sie noch steigern, wenn Sie einen Energieversorger wählen, der ausschließlich Ökostrom anbietet und in den Ausbau der regenerativen Energien investiert (hierzu gibt es Kennzeichnungen wie das ok-Power-Label oder das Grüner-Strom-Label).

Gezielt Ökostrom ("Friedensenergie") verbrauchen, geht das? (Georg Wodarz)

Bei Wind und Sonne decken alternative Energien annähernd den kompletten Stromverbrauch Deutschlands. Dies ist in der dargestellten Grafik erkennbar (Rote Kurve = Stromverbrauch):



Quelle: <https://www.smard.de/home/marktdaten>

Waschmaschine, Spülmaschine und Staubsauger kann man dann guten Gewissens einschalten. Ein besonderes hohes Einsparpotential haben Sie in diesem Zusammenhang mit einer Wärmepumpe. In einem gut gedämmten Gebäude reicht es in der Übergangszeit die Wärmepumpe erst ab ca. 11:00 Uhr laufen zu lassen. Mit einer Luftwärmepumpe profitieren Sie bei den dann wärmeren Außentemperaturen zusätzlich. Diese Umstellung können Sie auch selbst tätigen: Einfach die Tag/Nacht Schaltzeiten anpassen: Tag = 11:00 Uhr Nacht = 18:00 Uhr, dabei die Raumtemperatur Tag etwas anheben. Oder einfach um 11:00 Uhr ein- und um 18:00 Uhr ausschalten. Mit einer Wärmepumpe haben Sie meist eine Fußbodenheizung, welche die die Wärme bis zum nächsten Tag speichert. Für Warmwasser haben Sie meist einen > 300 Liter Puffer. Durch den dann niedrigeren Stromverbrauch nachts sparen Sie Gas, Kohle und Atom - Strom.

Unverpackt einkaufen - Verpackung und Energie sparen (Carolin Speth, Gemeindeverwaltung)

Auch durch verpackungsfreies Einkaufen können Sie Energie sparen. Denn in (Kunststoff-) Verpackungen steckt viel Energie: Kunststoffe und synthetische Fasern werden aus Öl und Gas gewonnen, über 99 % basieren auf fossilen Rohstoffen. Zusätzlich werden Kohlendioxid, Methan und andere Treibhausgase in jeder Phase des Plastik-Lebenszyklus freigesetzt. Das beginnt, wenn die fossilen Rohstoffe gewonnen, raffiniert und in energieintensiven Verfahren verarbeitet werden, und endet, wo Kunststoffabfälle entsorgt oder verbrannt werden.

Sparsames Waschen (*Ursula Kelichhaus*)

Nicht nur Wasser sondern auch Energie kann beim Waschen gespart werden, wenn wir unsere Spül- und Waschmaschinen optimal befüllen, ein Energiesparprogramm nutzen oder bei niedrigen Temperaturen waschen. Auf den Wäschetrockner verzichten und Wäsche lieber an der Luft trocknen lassen. Bei Spülmaschinen regelmäßig das Sieb reinigen (bei Ökoprogrammen können diese evtl. schneller verschmutzen) Statt Tabs besser Pulver verwenden und sparsam dosieren. Ganz umsonst gibts natürliche Waschmittel wie Rosskastanie oder Efeu. Kastanien im Herbst sammeln, zu Granulat schreddern und gut trocknen. Efeu kann das ganze Jahr über frisch verwendet werden. Nach dem Waschen kommen die Reste auf den Kompost. Das spart Geld und schont die Umwelt!

Und zum Abschluss noch weitere kleine Energiespartipps für den Alltag (*Lara Stenssen mit Ekkehart Huhn, Georg Wodarz, Jutta Entstrasser, Dr. Thomas Heilmair*)

- Steckdosenleiste mit Kippschalter benutzen, um Dauer-Standby zu vermeiden
- Beim Geräteneukauf auf Energielabel achten
- Temperaturzonen im Kühlschrank richtig nutzen (untere Fächer am kältesten)
- Kühlschrank richtig einstellen und überprüfen, ob das Gefrierfach nicht vereist ist
- Keine warmen/heißen Speisen in den Kühl-/Gefrierschrank stellen
- Wasser mit Wasserkocher vorkochen
- Thermoskanne verwenden, anstatt immer neu aufzukochen
- Beim Backen lieber Umluft statt Ober-/Unterhitze verwenden
- Temperaturspeicherfähigkeit nutzen: Kochtopf/Backofen kann mindestens 2 Minuten vorher ausgeschaltet werden, Ihre Speise bleibt noch die 2 Minuten auf dem Herd/im Ofen und nutzt die gespeicherte Wärme
- Regelmäßiges Stoßlüften, keine gekippten Fenster (extremer Wärmeverlust)
- Tür- und Fensterdichtungen überprüfen: defekte Dichtungen lassen Wärme entweichen und Zugluft entsteht
- Wäsche an der frischen Luft trocknen
- elektrische Zahnbürsten/Rasierapparate nicht täglich nachladen, elektrische Zahnbürsten laufen mit dem Akku mindestens 1 Woche ohne Nachladen
- Warmwasser Boiler entkalken (dies sollte alle 3 - 5 Jahre im Rahmen der Wartung durch die Heizungsfachfirma erfolgen)
- Leistung des Heizungskessels abends absenken
- Freiwillig max. 120 km/h auf der Autobahn fahren

So lässt sich mit diesen Kleinigkeiten ohne großen Aufwand eine ganze Menge fürs Energiesparen tun - und gleichzeitig auch für den Geldbeutel. Mehr spannende Fakten zum Thema Energie finden Sie im Energieatlas der Heinrich Böll Stiftung unter:

<https://www.boell.de/de/2018/03/20/energieatlas-2018-daten-und-fakten-ueber-die-erneuerbaren-europa>

Ihr Umweltbeirat mit der Gemeindeverwaltung

Wenn Sie eine konkrete Energieberatung wünschen, können Sie das kostenlose Beratungsangebot von Ziel 21 nutzen. Infos dazu finden Sie auf der Eichenauer Homepage unter „*Bauen & Umwelt*“ → „*Energieberatung im Rathaus*“.