

## **Informationspapier des LandFrauenVerbandes Schleswig-Holstein zum Thema „Energien - Klima schonende Haushaltstechnik“**

**Der LandFrauenVerband Schleswig-Holstein e.V. informiert über Möglichkeiten zum Energiesparen in privaten Haushalten. Grundlage dafür sind die Informationen und die Energieberatung des Schleswig-Holsteinischen Energieeffizienz-Zentrum (SHeff-Z) in Neumünster.**

Je mehr Energie wir sparen, desto besser ist dies für unsere Umwelt, aber auch für das eigene Portemonnaie.

Die privaten Haushalte benötigen im Jahr 66% der Energie für das Heizen. Da in einem Vierpersonenhaushalt täglich bis zu 10 Liter Wasser verdunsten, ist das richtige Lüften und Heizen gerade in der Heizperiode sehr wichtig. Ständiges Kipplüften ist zu vermeiden. Kurzes Stoßlüften (ca. 5 bis 10 Minuten) bei weit geöffneten Fenstern und geschlossenen Heizkörperventilen spart Energie. Außerdem sind die Innentüren zwischen unterschiedlich temperierten Türen geschlossen zu halten. Zusätzlich ist es empfehlenswert, bei der Heizungsanlage alte Drehregler gegen moderne Thermostatventile auszutauschen. Diese regeln tageszeitabhängig die Temperatureinstellung und schalten die Heizung automatisch ab, wenn gelüftet wird. Um Heizkosten einzusparen, sollten alle Heizungsrohre in unbeheizten Räumen gedämmt und an Fenster und Türen Dichtungen vorhanden sein.

Für Warmwasser benötigen die Haushalte jährlich 16% der Energie und für Strom 18%. Um energieeffizienter zu wirtschaften, lohnt sich das Anschaffen von Haushaltsgeräten wie Staubsauger, Kühlschrank, Gefrierschrank etc. der höchsten Energieeffizienzklasse (je nach Gerät A bis A+++), da sie weniger Strom verbrauchen.

Beim Wäschewaschen sollte darauf geachtet werden, dass die Waschmaschine immer voll beladen ist. Normal verschmutzte Wäsche sollte bei Niedrigtemperatur und nur einmal monatlich bei 60 °C gewaschen werden, um der Vermehrung von Keimen vorzubeugen. Zusätzliche Energieeinsparungen können dadurch erzielt werden, indem man das Programm Vorwäsche auslöst und das Energiesparprogramm („ECO-Programm“) verwendet. Nutzt man zudem hohe Schleuderraten bei Waschmaschinen (mind. 1400), verringert dies die Trocknungszeit und die Stromkosten vom Wäschetrockner werden eingespart. Bei Beachtung der Belüftung im Innenbereich ist es sinnvoll die Wäsche an der Leine zu trocknen. Bei Nutzung eines Wäschetrockners sollte die Wäsche nur bis zu einer gewünschten Restfeuchte getrocknet werden. Wichtige Tipps zum Energiesparen beim Geschirrspüler sind zum einen, dass man das Geschirr nicht von Hand vorspülen sollte. Zudem ist es empfehlenswert, den Geschirrspüler möglichst voll zu beladen und für normal verschmutztes Geschirr das ECO-Programm zu verwenden.

### **Der LandFrauenVerband Schleswig-Holstein e.V. empfiehlt:**

- ❖ Einsparpotentiale bei Heizung (Wärme), Strom und Wasser nutzen und richtig Lüften: Heizung aus und Stoßlüften
- ❖ Strom sparen durch Ausschalten der Stand-by-Geräte und Austausch der Alt-Geräte durch energieeffiziente Maschinen (A bis A+++/ Eco-Programm)
- ❖ LED-Lampen sind stromsparender als herkömmliche Leuchtmittel
- ❖ Besuch des SHeff-Z oder Energie-Spar-Truck in die Ortsvereine einladen