

Stromeinsparberatung

Quelle der nachfolgenden Auflistung: Braunschweiger Versorgungs-AG & Co. KG

1. Strompreis-Entwicklung innerhalb der letzten drei Jahre

Da die Strompreise je nach dem ausgewählten Tarif unterschiedlich sind, wird hier der Preis für die Grundversorgung aufgeführt.

2008	19,86 ct/kWh
2009	21,29 ct/kWh
2010	21,29 ct/kWh

Da es sich bei dem zu betrachtenden Gebäude um ein Mietobjekt handelt, können alle Stromeinsparmaßnahmen, die das Nutzerverhalten betreffen nur über einen Aushang oder Brief den Mietern vorgeschlagen werden. Wir empfehlen dem Eigentümer bzw. der Hausverwaltung die Stromeinsparmaßnahmen spätestens nach Durchführung der Maßnahme an die Mieter weiterzuleiten.

2. Heizen, Lüften, Klimatisieren

Regelung und Pumpen

- Muss Ihre Umwälzpumpe für die Heizung ersetzt werden, wählen Sie eine drehzahlgeregelte Umwälzpumpe am besten mit Permanentmagnetmotor, die die Leistung an den Bedarf anpasst und somit sehr sparsam ist.
Ersparnis: Die Stromkosten reduzieren sich um bis zu 80%.
- Stellen Sie die Heizungspumpe in den Sommermonaten ab. Ggf. sollte man sie einmal pro Monat kurz laufen lassen, damit sie sich nicht festsetzt. In einigen Heizungsregelungen ist diese Funktion bereits integriert. Fragen Sie dazu Ihren Heizungsinstallateur oder Ihre Wartungsfirma.
- Optimieren Sie Ihre Hydraulik.
Ein hydraulischer Abgleich spart zwischen 10 und 20 % Brennstoffkosten.

Richtig Lüften

- Bevor Sie im Sommer wegen überhitzter Räume auf ein Kühlgerät zurückgreifen, prüfen Sie vorher kostengünstige Alternativen (z.B. erhöhte Nachtlüftung in den Sommermonaten).

3. Warmwasser

Dusche und Badewanne

- Häufiger duschen statt baden.
Ersparnis: Die Energiekosten für ein Vollbad sind ungefähr dreimal so hoch wie für das Duschen.

Warmwasserbereitung

- Schalten Sie Elektro-Boiler in der Küche erst fünf Minuten vor dem Handspülen ein.
Alternative: Mit Hilfe einer Zeitschaltuhr den 5-Liter Speicher morgens, mittags und abends für je zwei Stunden einschalten. Während des Urlaubs oder bei Abwesenheit ausschalten.
- Bei den 5-Liter Warmwasserspeichern sollte entsprechend der Nutzung die Temperaturvoreinstellung gewählt werden. Beispiel: Stufe 3 bedeutet 60 °C und kann nicht direkt zum Händewaschen genutzt werden.
Hintergrundinformationen
- Achten Sie beim Austausch eines Durchlauferhitzers darauf, dass es sich um ein elektronisch geregeltes Gerät handelt.

Regelung und Pumpen

- Lassen Sie warmes Wasser nicht ständig über eine Zirkulationspumpe zirkulieren. Eine zeitgesteuerte und richtig dimensionierte Warmwasser-Zirkulationspumpe trägt zur effizienten Anwendung bei.
Ersparnis: Die Stromkosten reduzieren sich für die Zirkulationspumpe um bis zu 90 %.

4. Unterhaltungselektronik, Leerlaufverluste

Fernseher, Audio, Video

- Betätigen Sie den Geräteschalter und nicht die Fernbedienung zum An- und Ausschalten des Gerätes.
- Achten Sie beim Neukauf auf die Verbrauchsdaten bzw. Energieeffizienz der Geräte.
Ersparnis: Über die Gesamtlebensdauer eines Gerätes gerechnet, sind die entstehenden Stromkosten oft höher als der Anschaffungspreis.
Achten Sie bei der Neuanschaffung eines Fernsehers auch auf den Stromverbrauch.
- DVB-T-Receiver
Zum Empfang von Digitalfernsehen (Set-Top-Box) benötigen einige Geräte 50 % ihres Strombedarfs für den Stand-by-Betrieb. Im Stand-by-Betrieb unterscheiden sich die Geräte beim Strombedarf ganz erheblich. Die Leerlaufverluste liegen zwischen 6 und 19 Watt.
- Leerlaufverluste treten bei vielen Geräten auf, z. B. bei Satellitenempfängern, Steckernetzteilen, Anrufbeantwortern, schnurlosen Telefonen, Computern, DVDRecordern, DVB-T-Receivern und DSL-Routern. Trennen Sie diese Geräte nach Möglichkeit bei Nichtgebrauch vom Stromnetz.

Computer

- Beim Computer empfiehlt es sich, die Energiesparfunktion zu aktivieren. Bildschirmschoner verringern den Stand-by-Verbrauch dagegen nicht.

Zusatzgeräte

- Mit einfachen schaltbaren Steckerleisten kann man mehrere Geräte gleichzeitig komplett vom Netz trennen.
Ersparnis: Geräte im "Stand-by"- oder Leerlaufmodus sind nicht wirklich ausgeschaltet. In einem Vier-Personen-Haushalt können sich dadurch die Stromkosten leicht auf 100 € und mehr im Jahr addieren.
- Achten Sie bei der Neuanschaffung von Geräten auf die Verbrauchsdaten bzw. Energieeffizienz der Geräte.
Ersparnis: Über die Gesamtlebensdauer eines Gerätes gerechnet, sind die entstehenden Strom- und ggf. Wasserkosten oft höher als der Anschaffungspreis.
- Viele Kleingeräte gibt es als schnurlose Variante mit Akkuladestation. Prüfen Sie, ob Sie diesen Gerätetyp wirklich benötigen. Die Ladestationen haben meistens erhebliche Stand-By-Verbräuche auch wenn das Gerät nicht benutzt wird.

5. Waschen und Spülen

Wäschetrockner

- Achten Sie beim Neukauf von Wäschetrocknern auf den Stromverbrauch.
- Schleudern Sie die Wäsche vor dem Trocknen, denn das verringert den Feuchtegehalt der Wäsche. Je höher die Schleuderdrehzahl der Waschmaschine, desto günstiger das Trocknen.
- Zu lange Trocknungszeiten bei Zeitsteuerung vermeiden. Es schadet der Wäsche und kostet unnötig Energie.
- Bügelwäsche nur "bügelfeucht" trocknen. Damit sparen Sie Energie und das Anfeuchten der Wäsche.
- Beladen Sie nach Möglichkeit den Trockner immer voll

Waschmaschine

- Waschen Sie Kochwäsche statt bei 90°C bei 60°C.
- Achten Sie beim Neukauf von Waschmaschinen auf den Energie- und Wasserverbrauch.
- Nutzen Sie die Füllmenge der Waschmaschine immer optimal aus.
- Verzichten Sie bei normal verschmutzter Wäsche auf den Vorwaschgang.
Ersparnis: Wenn Sie Buntwäsche bei 30°C bis 40°C waschen und bei weißer Wäsche auf Kochwäsche verzichten, können Sie im Jahr ca. 200 Kilowattstunden Strom, 5000 Liter Wasser und 16 Kilogramm Waschmittel sparen.

Geschirrspülen mit der Hand

- Geben Sie dem energie- und wassersparenden Geschirrspüler den Vorzug vor dem Handspülen.
Ersparnis: Moderne Geschirrspüler benötigen heute nur noch 13 Liter Wasser, um bis zu 14 Maßgedecke sauber zu spülen. Das spart bis zu 50 % Energie und Wasser.

Geschirrspüler

- Verzichten Sie vor dem Maschinenspülgang auf das Abspülen bzw. Vorspülen des Geschirrs per Hand
Entfernen Sie nur die Speisereste, bevor Sie das Geschirr in die Spülmaschine geben.
- Achten Sie beim Neukauf von Geschirrspülern auch auf den Wasserverbrauch.
- Nutzen Sie das Füllvolumen des Geschirrspülers stets voll aus.
- Wählen Sie bei leicht verschmutztem Geschirr und Gläsern das Energiesparprogramm aus.

6. Kochen und Backen

Elektroherd

- Topf und Heizplatte sollten im Durchmesser übereinstimmen.
- Kochen Sie mit energieeinsparenden Töpfen (mit ebenen Böden und gut sitzenden Deckeln).
Ersparnis: Im Vergleich zu einem gewölbten Boden spart der ebene Topf 15 % Energie.
- Lassen Sie beim Kochen konsequent den Deckel auf dem Topf.
Ersparnis: Das spart weitere 60 % Energie.
- Verwenden Sie bei langen Garzeiten einen Schnellkochtopf.
- Verzichten Sie auf das Vorheizen des Backofens - es ist bei den meisten Gerichten nicht nötig.
- Verwenden Sie die Umluftheizung des Backofens, da die Wärme besser übertragen wird und somit deutlich niedrigere Temperaturen für den Garprozess ausreichen. Das spart 25-40% Energie.
- Öffnen Sie die Backofentür nicht öfter als notwendig.
- Braten Sie nur Fleischstücke über 1 kg im Backofen, bei kleineren Mengen ist die Zubereitung auf den Kochstellendes Herdes sparsamer.
- Reinigen Sie den Backofen sofort nach dem Gebrauch wenn möglich per Hand. Automatische Backofenreinigungen benötigen Energie. Eine Reinigung z. B. mit Pyrolyse benötigt bis zu 6 kWh Strom.
- Wenn in Ihrer Wohnung oder in Ihrem Haus ein Gasanschluss vorhanden ist, tragen Sie mit dem Gebrauch eines Gasherdes zur Entlastung sowohl Ihres Geldbeutels wie der Umwelt bei.

Kühlschrank

- Wenn möglich sollten Kühlgeräte und der Herd weit voneinander entfernt aufgestellt werden.

Kleingeräte Küche

- Eine Kaffeemaschine (mit Thermoskanne) liefert Ihnen den heiß geliebten Muntermacher energiesparender und bequemer als das Aufbrühen von Hand mit einem Wasserkessel, mit dem das Wasser auf dem Herd erhitzt wird. Auch Eierkocher und Toaster gehen besonders sparsam mit Energie um.
- Achten Sie bei espressomaschinen und Kaffeeautomaten darauf, dass der Wassertank nicht ständig beheizt wird. Letzteres kann Kosten von bis zu 67 € pro Jahr verursachen. Manche Geräte werden zudem durch den Aus-Schalter nicht richtig vom Netz getrennt, was zu Stand-By Verbräuchen führt.

7. Kühlen und Gefrieren

Kühlschrank

- Achten Sie beim Neukauf von Kühl- und Gefriergeräten auf den Stromverbrauch.
Ersparnis: Für Kühl- und Gefriergeräte existieren zusätzlich zu den Energieeffizienzklassen von A bis G auch die Klassen A+ und A++. Geräte dieser Kategorie verbrauchen ein Drittel bis die Hälfte weniger als vergleichbare Kühl- und Gefriergeräte der Klasse A.
- Wenn möglich sollten Kühlgeräte und der Herd weit voneinander entfernt aufgestellt werden.
- Speisen erst vollständig an der Außenluft abkühlen lassen, bevor sie in den Kühlschrank kommen.
- Kaufen Sie keinen überdimensionierten Kühlschrank.
- Stellen Sie den Kühlschrank auf maximal 7°C ein.
Ersparnis: Jedes Grad weniger kostet 10 % Prozent mehr Energie.
- Um Margarine, Marmelade, Wurst und Käse um zehn bis 20 Grad abzukühlen, ist viel Energie erforderlich. Deshalb Lebensmittel, die im Kühlschrank aufbewahrt werden, am besten immer nur kurzzeitig herausnehmen.
- Halten Sie die Lüftungsgitter bei Stand- und Unterbaugeräten frei und sauber. Die Abwärme des Gerätes kann so gut abgeführt werden und vermindert die Laufzeiten des Kompressors.

Gefriergeräte

- Kaufen Sie lieber eine Gefriertruhe als einen Gefrierschrank - die Truhe verbraucht rund 12 % weniger Strom.
Verwenden Sie kein zu großes Gerät, denn eine halbleere Gefriertruhe benötigt fast so viel Energie wie eine gut gefüllte.
- Wenn möglich sollten Gefriergeräte und der Herd weit voneinander entfernt aufgestellt werden.
- Stellen Sie Ihr Gefriergerät in einem möglichst kühlen Raum auf - eine um 2 °C niedrigere Umgebungstemperatur senkt den Verbrauch um ca. 60 Kilowattstunden (kWh) pro Jahr.
- Öffnen Sie die Tür des Gefriergerätes nur so kurz wie nötig, damit eindringende warme Luft nicht zur Eisbildung und dadurch zur Erhöhung des Stromverbrauchs führt.
- Für Gefriergeräte reicht eine Temperatureinstellung von -18°C.
Ersparnis: Jedes Grad weniger kostet 10 % mehr Energie.
- Vereiste, verschmutzte oder marode Türdichtungen abtauen, putzen oder ersetzen, denn nur dichtschließende Türen sichern niedrigen Stromverbrauch.
- Halten Sie die Lüftungsgitter bei Stand- und Unterbaugeräten frei und sauber. Die Abwärme des Gerätes kann so gut abgeführt werden und vermindert die Laufzeiten des Kompressors

8. Beleuchtung

Lampen

- Ersetzen Sie herkömmliche Glühlampen durch Energiesparlampen
Ersparnis: Energiesparlampen verbrauchen bei gleicher Lichtleistung etwas 80 Prozent weniger Strom als herkömmliche Glühlampen und haben eine acht- bis zehnmal so lange Lebensdauer.
- Leuchtstofflampen werden oft für Arbeitsbereiche wie die Küche oder den Hobbyraum eingesetzt. Ihre Lichtausbeute ist ca. achtmal höher als diejenige herkömmlicher Glühlampen und ihre Lebensdauer ca. zehnmal länger.
- Halogenglühlampen eignen sich sehr gut für Akzentbeleuchtung bzw. gezielte Beleuchtung. Sie haben eine um etwa 25 % bessere Lichtausbeute als herkömmliche Glühlampen und die doppelte Lebensdauer. Halogenglühlampen sind jedoch keine Energiesparlampen. Zusätzlich zur Lampe benötigen sie ein Netzteil (Trafo) für ihren Betrieb, da sie in der Regel nicht mit 230 Volt, sondern mit Kleinspannung zwischen 6 und 24 Volt betrieben werden. Konventionelle Trafos verbrauchen ca. 15 % der Lampenleistung als zusätzliche Energie, elektronische ca. 10 %, abhängig auch von der leistungsgerechten Auslegung des Trafos.
- Wählen Sie den Lampentyp nach dem Bedarf aus.
- Besser eine leistungsstarke als viele leistungsschwache Lampen einsetzen.
- Die Allgemeinbeleuchtung eher niedrig halten, dafür aber den Arbeitsplatz gut beleuchten. Falls möglich Arbeitsplätze tageslichtorientiert einrichten.
- Indirekte Beleuchtung benötigt für die gleiche Helligkeit z.B. auf einer Arbeitsfläche eine höhere Lampenleistung und damit mehr Energie.
- Verwenden Sie gut reflektierende Leuchtenschirme und stauben Sie die Leuchten regelmäßig ab.
- Gestalten Sie Decken, Wände und Fußböden hell - sie "schlucken" weniger Licht.

9. Garten

Zusatzgeräte

- Achten Sie bei der Neuanschaffung von Geräten auf die Verbrauchsdaten bzw. Energieeffizienz der Geräte.
Ersparnis: Über die Gesamtlebensdauer eines Gerätes gerechnet, sind die entstehenden Strom- und ggf. Wasserkosten oft höher als der Anschaffungspreis.