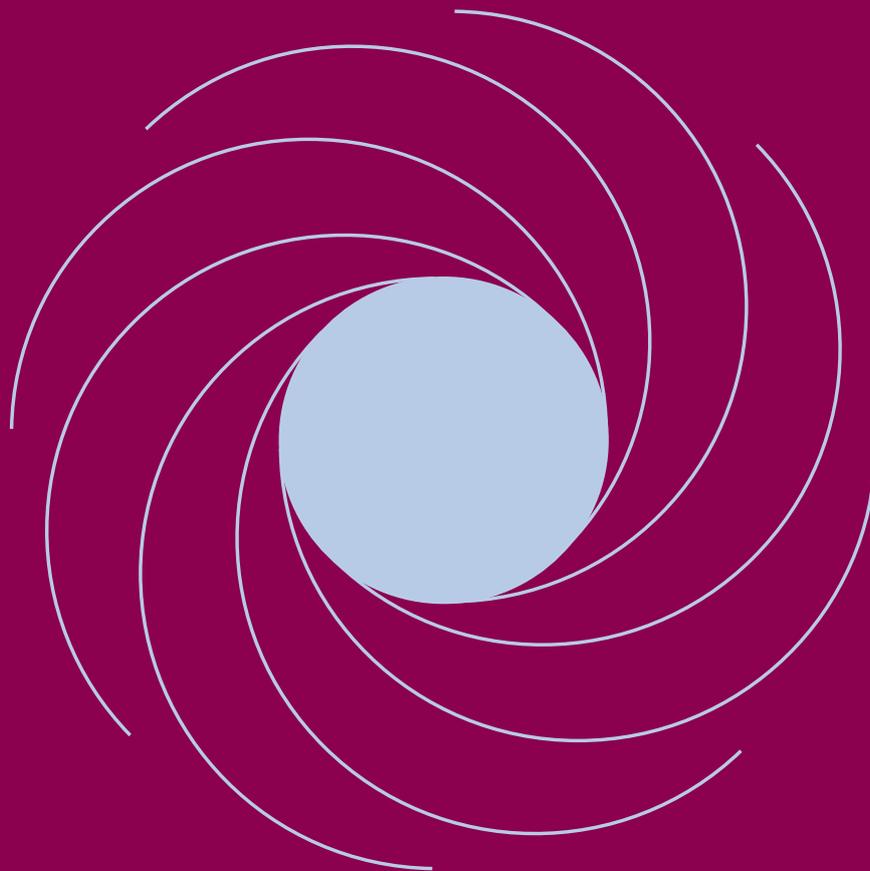


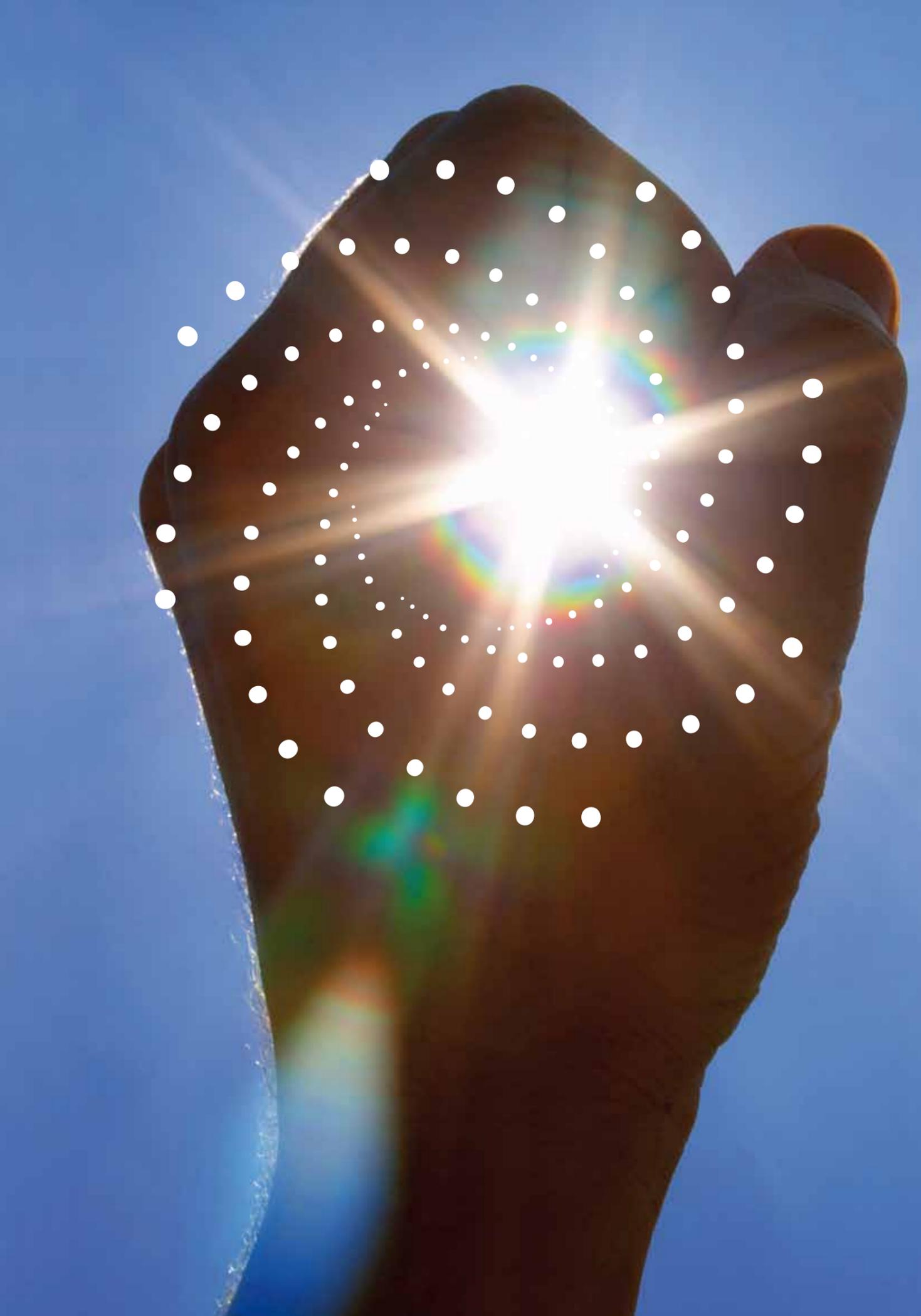
Tipps & Informationen
für gesundes Wohnen

Energie sparen im Haushalt



mühl
heim
am
main

Wohnbau



Energie ist kostbar

Wir Menschen verbrauchen viel Energie, und unser Bedarf an Kohle, Erdöl und Gas steigt immer weiter an. Das hat bereits heute zu einem bedrohlich hohen Ausstoß von Kohlendioxid (CO₂) in die Umwelt geführt und schadet damit unserem Klima.

Weiterhin sind die Heizölpreise aufgrund der hohen Nachfrage nach Brennstoffen in jüngster Zeit um über 60 Prozent gestiegen, auch die Gas- und Strompreise verteuern sich ständig. Gleichzeitig sind die natürlichen Vorräte an Öl, Gas und Kohle begrenzt, weshalb Energielieferanten wie Sonne, Wind und Wasser eine zunehmende Bedeutung erlangen.

Es liegt auf der Hand: Neue Technologien müssen verstärkt gefördert werden, um alternative Energiequellen für die Zukunft zu schaffen. Ein genauso wichtiger Beitrag ist aber auch der überlegte und sparsame Umgang mit Energie. Jeder einzelne von uns ist hier in der Pflicht.

Für die Wohnbau Mühlheim ist der effiziente und sparsame Einsatz von Energie seit jeher ein wichtiger Teil der Unternehmensphilosophie. Dabei fördern und nutzen wir modernste Technologien, wie der Betrieb von mittlerweile 22 Photovoltaikanlagen auf unseren Gebäuden anschaulich dokumentiert – nur ein Beispiel für unser vielfältiges Engagement zu Gunsten von Mensch und Umwelt. Mit dieser Broschüre möchten wir Sie informieren und motivieren, sich am ressourcenschonenden Einsatz von Energie auch im häuslichen Bereich tatkräftig zu beteiligen.

Energieeinsatz mit Köpfchen

Zunächst einmal müssen wir uns bewusst werden, wo und wieviel Energie wir verbrauchen. Denn in vielen Lebensbereichen ist ihre Nutzung für uns so selbstverständlich, dass wir kaum noch darüber nachdenken. Mit rund 78 Prozent steht der Verbrauch von Heizenergie an erster Stelle, während das Licht nur etwa ein Prozent des gesamten Energieverbrauchs ausmacht.

Die Warmwasserbereitung erfordert 11 Prozent, und der moderne Haushalt mit seinen vielen Stromverbrauchern schlägt mit insgesamt etwa 10 Prozent zu Buche.

Bei allen Verbrauchsarten gibt es erhebliche Einsparmöglichkeiten, ohne auf Komfort verzichten zu müssen. Ein vernünftiger Umgang mit Energie im Alltag schon unsere Reserven und wirkt sich deutlich auf die Haushaltskasse aus.

Energieverbrauch im Privathaushalt	
Heizung	78 %
Warmwasser	11 %
div. Haushaltsgeräte	4 %
Kühlen und Gefrieren	3 %
Waschen und Kochen	3 %
Licht	1 %



Weniger ist mehr – auch beim Heizen

Das Heizen unserer Wohnung verursacht mit 78 Prozent am gesamten Verbrauch den mit Abstand größten Anteil unserer Energiekosten. Gerade hier sollten wir alle Möglichkeiten nutzen, um den Verbrauch zu senken.

Eine um einen Grad reduzierte Raumtemperatur führt bereits zu einer Ersparnis von bis zu 6 Prozent und damit je nach Technik und Brennstoff zu einer Kostenreduzierung um 40 bis 80 Euro jährlich.

Die Raumtemperatur sollte sich am jeweiligen Wärmebedarf orientieren. Weniger genutzte Räume können

kühler gehalten werden, wenn deren Türen geschlossen bleiben. So können ohne Aufwand bis zu drei Prozent Heizenergie eingespart werden.

Durchgehend gekippte Fenster sind pure Geldverschwendung! Mehrmals täglich fünf bis zehn Minuten kräftig zu lüften hat den gleichen Effekt des Luftaustauschs.

Das konsequente Absenken der Raumtemperatur in der Nacht auf 15 bis 16 Grad spart bis zu 5 % Energie.

Heizkörper sollten keinesfalls mit Vorhängen verhängt, mit Möbeln

zugestellt oder mit Verkleidungen versehen werden. Denn das verbraucht mehr Energie, um die gewünschte Raumtemperatur zu erreichen.

Sofern vorhanden, sollten Rollläden nachts immer heruntergelassen werden. Das verhindert vermeidbare Wärmeverluste und spart bis zu 5 Prozent Energie.

Wenn es abends ein wenig kühl wird, nicht gleich die Heizung aufdrehen oder sogar zur elektrischen Heizdecke greifen. Eine Wolldecke, wärmende Kleidung oder eine Wärmflasche bieten eine sinnvolle und kostengünstigere Alternative.

Weniger warmes Wasser wirkt Wunder

Warmes Wasser aus der Leitung ist für uns eine Selbstverständlichkeit. Das verleitet gelegentlich zu unbedachtem Verbrauch. Für ein Vollbad fließt beispielsweise etwa dreimal mehr Wasser aus dem Hahn als beim Duschen. Hätten Sie das gedacht: Wer häufiger duscht als zu baden, lässt rund 80 Euro weniger pro Jahr in den Abfluss laufen. Nachfolgend einige Ratschläge für cleveres Wassersparen:

Duschen statt Wannenbaden spart bis zu 70 Liter Wasser pro Duschkvorgang.

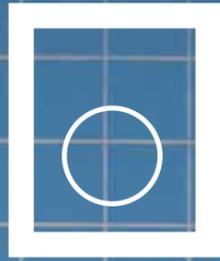
Zum Zähneputzen genügt der „traditionelle“ Becher kalten bis lauwarmen Wassers. Keinesfalls den Hahn beim Putzen aufgedreht lassen. Das gilt natürlich auch beim Händewaschen: Beim Einseifen ist das Wasser stets abzdrehen.

Für Duschkopf und Wasserhahn gibt es im Fachhandel preiswerte Durchflussbegrenzer und Luftsprudler, die automatisch Wasser sparen, ohne den Gebrauch zu beeinträchtigen. Wohl aber den Verbrauch – im positiven Sinne.



Warmwasser-Verbrauch im Privathaushalt	
Badewanne	160 l
Dusche	40 l
Küchenspüle	30 l
Waschtisch	17 l
Handwaschbecken	9 l





Haushalten im Haushalt

Aufgrund ihres Dauerbetriebs sind Kühl- und Gefriergeräte die größten „Stromfresser“ in der Küche. Daher sollten die Energieeffizienz-Angaben der Hersteller in Ihre Kaufentscheidung unbedingt mit einfließen, denn diese machen die Verbrauchswerte der jeweiligen Geräte vergleichbar.

In der Regel lohnt sich der Erwerb eines sparsamen Fabrikats auch dann, wenn es in der Anschaffung etwas teurer ist.

Darüber hinaus gibt es noch viele weitere Einsparmöglichkeiten im Bereich der Küche:

Beim Öffnen der Kühlschranktür geht viel Energie verloren – erst recht, wenn sie länger als nötig offensteht. Auch sollte alles, was hineinkommt (z. B. frisch gekochte Speisen), unbedingt erst abkühlen.

Wasser muss nicht immer auf der Herdplatte zum Kochen gebracht werden: Für den Tee erhitzt man es besser in einem elektrischen Wasserkocher, Eier gehören in den Eierkocher. Auf diese Weise verbrauchen Sie nur etwa die Hälfte an Strom.

Gefriergeräte sollten nach Möglichkeit in einem unbeheizten Raum stehen und schon gar nicht direkter Sonneneinstrahlung ausgesetzt sein, weil sie sonst mehr Energie verbrauchen, um ihre Temperatur zu halten.

Kaffee auf der Heizplatte der Kaffeemaschine warmzuhalten kostet viel Strom und beeinträchtigt zudem seinen Geschmack. Eine Kaffeemaschine mit isolierter Kanne vermeidet beides. Achten Sie bei der Anschaffung darauf.

Ein Schnellkochtopf ist nicht nur praktisch und lebensmittelschonend, mit ihm lassen sich auch bis zu 25 Prozent Energie einsparen.

Das Aufbacken von Brötchen auf dem Toasteraufsatz ist um etwa zwei Drittel günstiger als im Backofen.

Beim Kochen sollte stets die Restwärme ausgenutzt werden, indem Sie Kochplatte oder Backofen fünf bis zehn Minuten vor Ende der Garzeit ausschalten.



Außerdem sollten Kochtöpfe immer mit Deckel im Einsatz sein, er allein reduziert den Energieverbrauch um bis zu 65 Prozent.

In der Küche nutzen wir viele Elektrogeräte, deren Gebrauch bei großen Mengen die Arbeit durchaus erleichtert. Doch für eine einzelne Scheibe Brot muss keine Schneidemaschine angestellt werden, und ein elektrischer Dosenöffner ist in den meisten Fällen ganz entbehrlich. Manchmal ist ein Elektrogerät jedoch unschlagbar: Der Abwasch von Hand ist in der Energiebilanz tatsächlich deutlich teurer, als diesen von einer Geschirrspülmaschine erledigen zu lassen.

Wirtschaftliche Wäschepflege

Für die Pflege unserer Kleidung und Heimtextilien nutzen wir viele Gerätschaften: Waschmaschine, Trockner, Bügeleisen. Sie erleichtern uns die Arbeit erheblich, benötigen zum Teil jedoch sehr viel Energie. Daher sollte ihre wirtschaftliche Nutzung selbstverständlich sein.



Die Waschmaschine ist erst dann einzuschalten, wenn sie ausreichend gefüllt ist. Hier können Sie bis zu vier Euro pro Waschgang sparen.

Verzichten Sie auf die Vorwäsche, reduzieren Sie die Wassermenge bei jedem Waschgang um fünf bis acht Liter Wasser.

Normal verschmutzte Wäsche braucht keine Waschtemperatur von 95 Grad C, in der Regel genügen 60 Grad. Das spart leicht um die 30 Prozent Energie.

Wenn das Wetter mitspielt, gehört die Wäsche zum Trocknen auf die Leine. Wäschetrockner mögen praktisch sein, verbrauchen aber sehr viel Energie. Will man dennoch nicht darauf verzichten, sollte ein Ablufttrockner statt eines Kondentrockners benutzt werden, um für das gleiche Ergebnis weniger Energie einzusetzen.

Das regelmäßige Reinigen des Flusensiebes eines Wäschetrockners spart Strom, weil dies eine kürzere Trocknungszeit gewährleistet. Je besser die Wäsche vorher geschleudert wurde (bei mind. 1.000 Umdrehungen), umso kürzer ist der Trockenvorgang.

Stellen Sie Ihre „Bügel-Gewohnheiten“ auf den Prüfstand: Was muss tatsächlich gebügelt werden, was ist verzichtbar? Beginnen Sie stets mit der niedrigsten Temperatur und bügeln Sie das letzte Teil mit ausgeschaltetem Gerät, indem Sie die erhebliche Restwärme nutzen.



Schleichenden Stromverbrauch abstellen

Energiesparen beginnt mit einem aktiv kontrollierten Stromverbrauch. Viele Geräte der Unterhaltungselektronik lassen sich heute nicht mehr vollständig ausschalten, sondern wechseln in den so genannten „Stand by“-Betrieb. Sie verbrauchen unbemerkt Strom, obwohl wir sie gar nicht nutzen. Ihr Anschluss über Steckdosenleisten mit Ausschalter stoppt diesen Unsinn.

Computer verbrauchen oft Strom, obwohl sie ausgeschaltet sind. Auch hier schafft eine ausschaltbare Steckerleiste Abhilfe.

Moderne LCD-Flachbildschirme verbrauchen weniger Strom als veraltete Röhrenmonitore.

PC-Drucker im „Stand by“-Betrieb sind wahre „Stromfresser“, was bei Tintenstrahldruckern in vielen Fällen hingenommen werden muss. Sie dürfen nicht ohne weiteres ganz vom Strom getrennt werden, weil dadurch ihre Funktion beeinträchtigt werden kann. Beachten Sie hierzu die Herstellerangaben.

Strom ziehende Transformatoren („Trafos“) bleiben nach dem Abschalten der angeschlossenen Geräte weiterhin warm oder brummen leise aber stetig. Beim Kauf sollten Sie Geräte mit geringen Leerlaufverlusten bevorzugen, die durch das GEA-Zeichen gekennzeichnet sind.

Licht ohne Schattenseiten

Licht ist nicht gleich Licht, zumindest was den Stromverbrauch angeht. Energiesparlampen sind gegenüber herkömmlichen Glühlampen klar im Vorteil, denn sie benötigen 80 Prozent weniger Strom und halten zehnmal länger. Ihr höherer Anschaffungspreis zahlt sich also langfristig immer aus.

Halogen-Strahler erzeugen 25 Prozent mehr Licht als traditionelle Glühlampen und haben eine doppelt so lange Lebensdauer.

Verlässt man den Raum oder die Wohnung, ist das Lichtausschalten obligatorisch. Und sobald am Morgen das Tageslicht ausreichend hell ist, kann auf das elektrische Licht verzichtet werden.

Grundsätzlich sollte man Lichtquellen nur einschalten, wenn sie tatsächlich benötigt werden.

Batterien sind altmodisch

Viele Kleingeräte in unserem Haushalt sind netzunabhängig und werden mit Batterien betrieben. Diese Form der Energieversorgung ermöglicht ihren flexiblen und mobilen Einsatz. Haben sie jedoch einen festen Platz in der Wohnung und können auch per Netzteil betrieben werden, ist auf Batterien unbedingt zu verzichten. Denn Batterien sind die teuerste und zudem umweltschädlichste Energiequelle.

Ist kein Netzbetrieb möglich, sollten stattdessen Akkus verwendet werden. Sie können mit einem Ladegerät bis zu 1.000 Mal aufgeladen werden und kosten heute nicht viel mehr als Einweg-Batterien.



Ihr Partner fürs Wohnen

Die Wohnbau Mühlheim ist Ihr moderner Wohnungsdienstleister in Mühlheim am Main. Unser Unternehmen betreut derzeit über 1.600 Mietobjekte und bietet damit mehr als 3.500 Menschen Lebensräume mit hoher Wohnqualität. Darüber hinaus verwalten wir weitere Wohnungen im Auftrag der Stadt Mühlheim am Main und engagieren uns als Bauträger bei der Errichtung attraktiver Wohnhäuser und Eigentumswohnungen für alle Generationen und Ansprüche.

**Wohnbau
Mühlheim am Main GmbH**

Dietesheimer Straße 68
63165 Mühlheim am Main
Tel. 06108 – 910630
Fax 06108 – 1325
info@wohnbau-muehlheim.de
www.wohnbau-muehlheim.de