



# Strom

## Energiespar-Checkliste



### GOODBYE ZU STANDBY

Steckerleiste mit Kippschalter für alle elektrischen Geräte nutzen



### LICHT AUS

Tageslicht nutzen, nur einschalten, wenn notwendig



### COMPUTER & INTERNET \*

Bildschirm ausschalten, Computer in Energiesparmodus, Router nachts und bei Abwesenheit ausschalten



### WASCHEN & SPÜLEN \*

ECO-Modus beim Wasch- bzw. Spülgang und niedrige Temperaturen, Maschine voll beladen



### EFFIZIENTES KOCHEN

Deckel drauf & mit Wasserdampf garen, Nachwärme nutzen & Elektroherd 5 bis 10 Minuten vor Ende der Garzeit abstellen



### KÜHL- & GEFRIERSCHRANK \*

auf angemessene Temperatur stellen (7 bzw. -18 Grad), abtauen bei Eisschicht



\*hohe Energieeffizienz-Klasse des Gerätes spart noch mehr Energie ein

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages



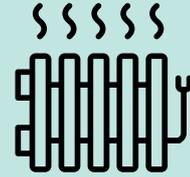
# Heizen

## Energiespar-Checkliste



### RICHTIG HEIZEN

angemessene Raumtemperatur wählen,  
denn: 1 Grad weniger spart 6% Energie



### EFFIZIENTES LÜFTEN

mehrmals am Tag stoßlüften, statt dauerhafter  
Wärmeverlust durch Fenster auf Kipp



### TÜREN & FENSTER ABDICHTEN

durch elastische Dichtungsbänder und  
Fenstervorhänge das Eindringen von Kälte  
verhindern



### WASSER BEWUSST GENIEßEN



Duschsparköpfe und wassersparende Wasserhähne  
verwenden, Dusche statt Vollbad



### HEIZUNGSANLAGE OPTIMIEREN

bis zu 15% Energie einsparen durch regel-  
mäßige Wartung der Anlage und Anpassung an  
täglichen Bedarf (z.B. Nachtabsenkung)



### AUF ERNEUERBARE ENERGIE SETZEN

unabhängig Wärme & Strom gewinnen und  
umweltfreundliche Energie nutzen



Weitere Informationen auch unter:

[www.energiewechsel.de](http://www.energiewechsel.de)

über die Kampagne „80 Millionen gemeinsam  
für Energiewechsel“ des Bundesministeriums  
für Wirtschaft und Klimaschutz

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages