CHECKLISTE
WIE KÖNNEN SIE ENERGIE SPAREN UND SCHIMMEL VERMEIDEN?

WIE KÖNNEN SIE WARMWASSER SPAREN?

- Kosten für das Warmwasser hängen stark vom eigenen Verhalten ab.
- 5 Minuten täglich Duschen kosten im Jahr für eine Person ca. 200 €, es kann aber auch mehr kosten.
- Duschen verbraucht weniger als Baden!

WIE KÖNNEN SIE STROM SPAREN?

- Durch Ihr Verhalten und den Einsatz energieeffizienter Geräte können Sie Strom sparen
- Auf die Energieeffizienz achten:
- Kühlschrank und Gefrierschrank (nicht älter als 5 Jahre, nicht zu groß)
- Waschmaschine (nicht älter als 10 Jahre)
  - keinen Wäschetrockner verwenden, wenn Trockenräume zur Verfügung stehen
  - Bildschirm (Fernseher und Computer): je größer, desto mehr Verbrauch
- Konsequent abschalten, wenn Gerät nicht gebraucht wird (z. B. Computer, Fernseher): abschaltbare Steckerleisten verwenden.
- Keine zusätzlichen Heizgeräte, fest eingebaute Heizstrahler nur sparsam verwenden

CHECKLISTE
WIE KÖNNEN SIE ENERGIE SPAREN UND SCHIMMEL VERMEIDEN?

WIE HEIZEN UND LÜFTEN SIE RICHTIG? (IN DER KALTEN JAHRESZEIT)

- Wohnräume auf 19-21 °C heizen: an der Heizung ca. Thermostatstufe 3 (mit Stufe 5 geht es nicht schneller, aber Energie wird verschwendet)
- Türen zu kühleren Räumen schließen
- Mind. 3 x am Tag ca. 5-10 Minuten Fenster voll öffnen (wenn unter 0° C weniger als 5 Minuten)
- Heizkörper an Fenstern beim Lüften zudrehen
- Gekippte Fenster vermeiden: wenig Effekt, aber Auskühlung
- Heizkörper nicht verdecken (durch Möbel oder mit Gardinen)
- Temperatur nachts und bei langer Abwesenheit absenken

WIE KÖNNEN SIE SCHIMMEL VERMEIDEN?

- In Küche, Bad und Schlafräumen fällt viel Feuchtigkeit an, deshalb immer gleich im Anschluss lüften (nach dem Aufstehen, Kochen, Baden, Duschen)
- Luftfeuchte kontrollieren mit Thermohygrometer (ab 10 €): oberhalb von 70% Gefahr von Schimmelbildung!
- Möbel 5-10 cm Abstand von der kalten Außenwand
- Achtung: Keller und Souterrain: Im Sommer tagsüber die Fenster geschlossen halten. Nur während der kühleren Abend- oder Nachtstunden lüften.

SIE SIND UNSICHER?

Lassen Sie sich von den unabhängigen Energieexperten der Verbraucherzentrale beraten. Das kostet Sie nur wenig bzw.nichts für den Fall, wenn Sie Unterstützung vom Sozialamt oder vom JobCenter bekommen.
Kontakt: 0800-809 802 400
www.verbraucherzentrale-energieberatung.de

© 2017 Verbraucherzentrale Bundesverband, Stand Juni 2017

Gefördert durch:

Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale

Verbraucherzentrale Bundesverband e.V. (vzbv)
Markgrafenstraße 66, 10969 Berlin
www.verbraucherzentrale.de

Für den Inhalt verantwortlich:
Klaus Müller, Vorstand des vzbv
Illustrationen: vzbv/Matthias Seifert