

# ENERGIESPARN DAHOAM

Checkliste für'n Privathausholt

## WARUM MA SPAR'N SOI

Mia brauchma jeden Dog an Haufa Energie ois Strom, Wärme oder zum Umanandafahrn. Des is für uns so selbstverständlich, dass ma ganz vagessn' d, wia vui des is, wos ma do verbraucht. Oft is ned amol bekannt, ob da eigene Verbrauch überdurchschnittlich ho is.

Alloa beim Stromverbrauch im Hausholt san je nach bisherigem Verbrauchsniveau scho heit Einsparunga vo 40 % oda sogor no mehr drin.

Unta [www.die-stromsparinitiative.de/stromspiegel](http://www.die-stromsparinitiative.de/stromspiegel) kenan Sie ernan Stromverbrauch mit andere Hausholte verglichn und erna persönlichs Einsparpotential rausfindn. Energiesparn hod dann entsprechende finanzielle Vorteile.

Guad, dass ma seine Energiekosten scho recht einfach senken ko. Wia des geht, zoagt Eana die Checklisten. Do sei no o'gmerkt, dass a se weng de vuia Maßnahmen ned um a abschließende Auflistung handelt.

## WIA MA ENERGIE SPARN KO

### Hausholt

#### Elektrische Geräte und Liacht

- ✓ Liacht, des wo ma grad ned braucht, ausschloin
- ✓ Glühbirndl durch LED's austauschn
- ✓ Energiespareinstellungen am Computer und Smartphone eischoin
- ✓ D'Helligkeit von PC- und Fernsehbildschirmen obaregeln
- ✓ Standby-Verbraucher suacha und mit ausschaltbare Steckerleist'n vom Netz nehma, wenn ma's grad ned braucht
- ✓ S'Energielabel genau a'schaun und af de Effizienzklasse obacht gem, wenn ma se ebs Neis kauft



### Kich und Bad

- ✓ Wasch-/ Spüimaschin gscheid voimocha
- ✓ Wasch-/Spültemperatur obaschoin
- ✓ Vorwaschgang nur bei gscheid dreckata Wäsch nutzen
- ✓ Wäsch möglichst draußen trickan
- ✓ Neugeräte mit Warmwasseranschluss kauft oder mit am Steuergerät nachrüsten
- ✓ Duschn statt bon
- ✓ Wasserspararmaturen hernehma

### Kocha und Bacha

- ✓ Beim Kocha und beim Bacha Energiezufuhr rechtzeitig stoppn und d'Restwärme nutzen
- ✓ Beim Kocha an Deckl drauf lossn
- ✓ Herdplatten passend zum Dägl aussuacha
- ✓ Hoß Wossa (ned mehr wiasd brauchst) mitn Wasserkocher erhitzn
- ✓ Beim Bacha Umluft verwendn und af unnötigs Vorheizen verzichtn

### Kühln

- ✓ Koane worma Lebensmittl in Kühlschrank doa
- ✓ Kühlschranktemperatur auf ca. 7 °C eistölln
- ✓ Gfrierfach regelmäßig obtaun
- ✓ Kühl- und Gefrierschrank räumlich vo andane Wärmequellen (Ofa, Heizkörper, Sunn) trenna oda ind kühle Speis stölln
- Bei vui Geräte gibts scho die Effizienzklasse A+++, de gegenüber der Klasse A a Energieeinsparung vo 50 % erreicht.

- De Geräteeffizienz hängt oft vo da Technologie ab. So braucht zum Beispui a Plasmafernseh mehr als LCD-Bildschirme mit LED-Beleuchtung; Laptops san af langen Akkubetrieb ausgelegt und entsprechend sparsamer als a Desktop-PC.
- Guade LED ham a Lebensdauer vo 50.000 Stund und rechnen sich gegenüber Glühbirndl oda Halogenlampn bereits nach oa bis zwoa Betriebsjoahr.
- LED brauchen bis zu 90 % weniger Energie als Glühbirndl.
- Wird beim Kocha a Deckl hergnumma, reduziert se der Energieeinsatz um bis zu 60 %.
- Moderne Woschmittl entfalten erna Reinigungswirkung scho bei 30-40 °C.

### Hoazn und Lüftn

- ✓ Fenster immer zuamocha, mehrfach am Dog kurz stoßlüftn (ca. 2-5 Minuten) und dabei möglichst Durchzug schaffn
- ✓ Heizkörperthermostate beim Lüftn obadrahn
- ✓ Rollos und Vorhänge im Winta in da Nacht zuamocha und im Summa zur Abschattung eisetzen
- ✓ Absenkung der Heiztemperatur für Nacht- und Abwesenheitszeitn (18 °C) programmieren
- ✓ Raumtemperatur möglichst auf höchstens 21 °C stelln
- ✓ Bedarfsoptimierte Einzelraumtemperaturregelung durch elektrische Heizkörperthermostate eiführn
- ✓ Heizkörper ned mit Möbel oda Vorhäng verdeckn
- ✓ Heizkörperreflexionsfolie obingn
- ✓ Olte Fenster und Türn mit Dichtungsbandl obdichtn

- Jeds Grad Raumtemperatur bedeit ca. 6 % Mehrverbrauch
- Des Aufhoazen kalter Räume braucht mehra Energie als konsequents Hoazen auf niedrigem Niveau; Ausnahme bei längerer Abwesenheit (mehrere Dog)
- Fenster in Kippstellung bedeitn im Winter an hoha Energieverbrauch bei niedrigm Luftaustausch

## Gebäude

- ✓ Dach oda oberste Geschossdeck dämmen
  - ✓ Fassadn und Rolladenkästn dämmen
  - ✓ Kellerdeck dämmen
  - ✓ Wärmeschutzfenster eisetzen
  - ✓ Lüftungsanlag mit Wärmerückgewinnung eibaun
  - ✓ Solarthermische Anlag installiertn
  - ✓ Heizungsanlag mit Brennwerttechnik (nach energetischer Gebäudesanierung) an Gebäudezustand und -ausstattung obassn
  - ✓ Geregelte Umwälzpumpe eibaun und hydraulischen Abgleich vom Heizkreislauf durchführn
- A energetische Gebäudesanierung rechnet sich langfristig. Aa bei am Neubau lohnt se de Investition in hohe Standards, weil langfristig wenga Energiekosten entsengn und da Komfort steigt.
  - Der Ersatz herkömmlicher durch hocheffiziente, gregelte Heizungsanlagen ko bis zu 80 % Strom sparn.
  - Je höher de Standards, desto mehr Förderung kennan Sie z. B. vo da KfW oder de Landesanstalten griang. Rens vor na Sanierung mit am Energieberater, um Sanierungsmaßnahmen afranand abzustimma.

## Mobilität und Automobil

- ✓ Kurzstrecken z´Fuaß oder mitn Radl zruckleng
- ✓ Fahrgemeinschaften organisiern
- ✓ Unnötige Lasten dahoam lassn
- ✓ Aufbauten wie Gepäckträger oder Dachboxn abmontiern
- ✓ Motor bei kurze Stopps (> 10 Sekunden) konsequent ausschoitn
- ✓ Vorausschauend fohn, z. B. vor rote Ampln oda berg-ob rollen lossn bzw. bei eingelegtem Gang die Motorbrems ausnutzn

- ✓ Reifendruck im Rahmen des Zulässigen erhöh, um an Rollwiderstand zu reduziern
- ✓ Aufd Klimaanlage vozichten oder d´Kühlleistung reduziern
- ✓ Beim Autokauf aufn Spritverbrauch obacht gem und bedarfsgerechte Ausstattung sowie Motorisierung wähln

- Dachboxn verursachn an Mehrverbrauch vo bis zu 2 l Benzin af 100 km.
- Beim Bremsen mit´n Motor stoppt die Treibstoffzufuhr zum Motor.
- Bis da Motor noch etwa 2 km sei Betriebstemperatur erreicht, ko der Treibstoffverbrauch des Doppelte vom Durchschnittsverbrauch sei.

## NO MEHRA INFOS:

Im Energie-Atlas Bayern findn´s an haufa Informationen zu de Themen Energiesparn und Energieeffizienz (a On-line-Stromcheck und Verleihstellen für Strommessgeräte). Informiern Sa se unta:

[www.energieatlas.bayern.de](http://www.energieatlas.bayern.de)

## LandSchaftEnergie

Als Abteilung vo C.A.R.M.E.N. e.V. is „Energie vor Ort“ Teil vom Expertennetzwerk „LandSchaftEnergie“, des de Umsetzung vo da Energiewende im ländlichen Raum aktiv untermstützt. Für a kostenfreie telefonische Beratung steht Eana C.A.R.M.E.N. e.V. gern als Ansprechpartner zur Verfügung.

## DO FINDN´S UNS:

C.A.R.M.E.N. e.V.  
Centrales Agrar-Rohstoff  
Marketing- und Energie-Netzwerk  
Schulgasse 18 · 94315 Straubing  
Tel. 09421 960 300  
Fax 09421 960 333  
contact@carmen-ev.de  
www.carmen-ev.de  
**Stand: August 2016**



**C.A.R.M.E.N.**

## C.A.R.M.E.N.-Information



## ENERGIESPARN DAHOAM

*Checkliste für´n Privathausholt*



Bayerisches Staatsministerium für  
Wirtschaft und Medien, Energie und Technologie  
Bayerisches Staatsministerium für  
Ernährung, Landwirtschaft und Forsten  
Bayerisches Landesamt für  
Umwelt



LandSchaftEnergie



**C.A.R.M.E.N.**