

## RATGEBER

### Strom effizient nutzen

Energie steht auf Knopfdruck zur Verfügung. Beinahe alles im Haushalt funktioniert mit Strom. Gerade wegen der ständigen Verfügbarkeit macht Verbrauchskontrolle Sinn.

Gönnen Sie dem Stromzähler öfter mal einen Kurzurlaub. Als Gegenleistung bekommen effiziente Haushalte eine bis 300 Euro günstigere Jahresabrechnung.

Neben der Strom-Jahresabrechnung bietet eine monatlich aktualisierte Energiebuchhaltung Überblick und Sicherheit zu den Kosten.

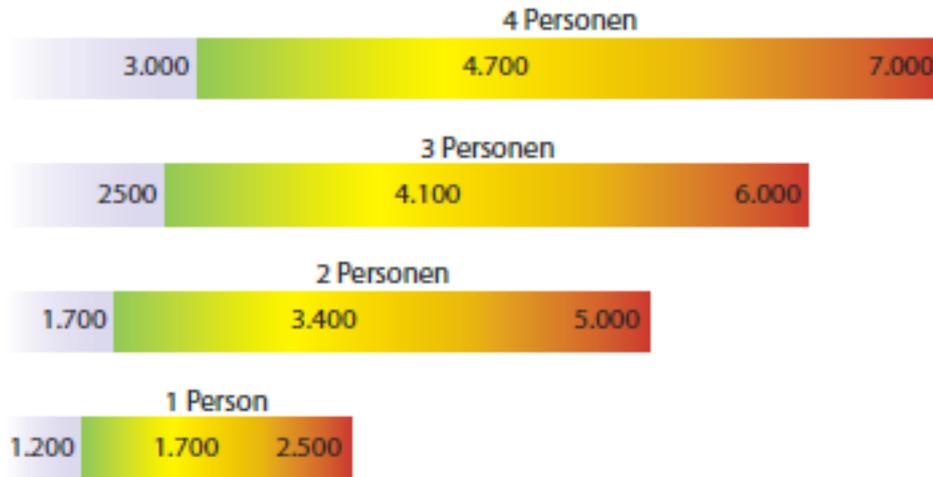
## DIE WICHTIGSTEN TIPPS

- ▶ Bei Neukauf sparen Sie mit der jeweils besten Energieeffizienzklasse.
- ▶ Waschtemperatur runter: Das Aufheizen des Wassers braucht die meiste Energie bei Geschirrspüler und Waschmaschine.
- ▶ Stopp dem Standby: Der am meisten unterschätzte Stromfresser.
- ▶ Die Wäscheleine ist die günstigste Methode zum Wäsche trocknen.
- ▶ LED anstelle alter Glühbirnen.
- ▶ Warmwasser mit der Sonne erzeugen, die Sonne scheint gratis.
- ▶ Stromfresser mit einem Energiemessgerät aufspüren.

## MÖGLICHES SPARPOTENZIAL?

Durch einen einfachen Vergleich der Strom-Jahresabrechnung mit der Grafik können Sie Ihr persönliches Sparpotenzial einschätzen:

Jahresstromverbrauch ohne Warmwasser in kWh



### Sparpotential

Mehrpersonenhaushalte können sich bei einem Tarif von 20 Cent pro kWh bis 300 Euro im Jahr ersparen!

### Warmwasser

Falls das Warmwasser ausschließlich elektrisch bereitgestellt wird, fallen jährlich pro Person zusätzlich etwa 200 Euro an.

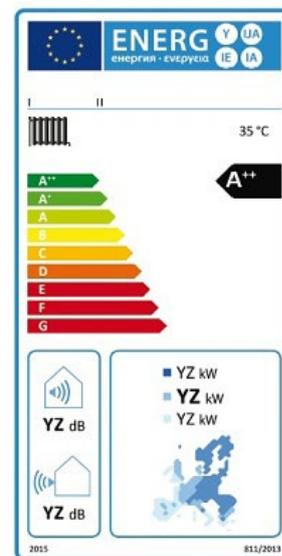
Warmwasser mit Strom zu erzeugen ist die teuerste Art der Warmwasserbereitung. Für mehrere Personen rechnet sich die Anschaffung einer Solaranlage oder Brauchwasserwärmepumpe.

### Standby

Fast ein Zehntel der Stromkosten eines typischen Haushalts fällt für Geräte an, die Strom im Ruhemodus verbrauchen. Die meiste Zeit, z. B. in der Nacht, bringt das in Bereitschaft halten der Geräte keinen Komfortgewinn und kostet Geld.

### Effiziente Geräte kaufen

Effiziente Geräte erkennen Sie am EU-Energielabel. Kaufen Sie nur Produkte der effizientesten Energieklasse. Auf lange Sicht macht sich das bezahlt! Kühl- und Gefrierschrank, Geschirrspüler, Waschmaschinen dürfen nur mehr mit dem EU-Energielabel verkauft werden.



Auch Wäschetrockner und Klimagerät besitzen das Energielabel und bieten Vergleichsmöglichkeit bei der Anschaffung. Diese Geräte benötigen aber bis zu 5 % des gesamten Stromverbrauchs. Diesen Anteil können Sie niedrig halten, wenn sie öfters Wasche an der Leine trocknen. Einen wichtigen Beitrag zum Kühl halten der Wohnung liefern Außenjalousien.

Achten Sie beim Neukauf von TV-Geräten auf die optimale Bildschirmgröße. Die Diagonale sollte etwa 2,5 mal so groß wie der Sitzabstand sein. Größere Bildschirme brauchen mehr Strom. Die effizientesten Produkte finden Sie auf [www.topprodukte.at](http://www.topprodukte.at).



## Heizungspumpe prüfen

Alte Heizungspumpen verbrauchen fast so viel Strom wie die ganze Beleuchtung. Wenn Ihre Heizungspumpe einen Regler für mehrere Leistungsstufen hat, können Sie versuchen, ob Sie mit einer niedrigeren Stufe das Auslangen finden. Bei Pumpen, die älter als 10 Jahre sind, kann sich der Austausch auf Hocheffizienz-Pumpen lohnen. Begrenzen Sie die Laufdauer von Zirkulationspumpen für die Warmwasserbereitung mit einer Zeitschaltuhr.

## EDV und Bürogeräte



Stromsparende Bürogeräte können Sie anhand verschiedener Gütesiegel erkennen: dem **Energy Star**, dem **Blauen Engel** und dem **TCO-Siegel**. Eine Übersicht über Geräte, die diese Siegel tragen, finden Sie auf den websites der Gütesiegel: [www.eu-energystar.org](http://www.eu-energystar.org), [www.blauer-engel.de](http://www.blauer-engel.de), [www.tcodevelopment.com](http://www.tcodevelopment.com). Multifunktionsgeräte, die z. B. Fax, Drucker, Scanner und Kopierer verbinden, sparen Strom und Platz. Laptops brauchen weniger Strom als Computer.

## Stromfresser ausschalten

Meistens sind es Büro- und Unterhaltungsgeräte, die in Bereitschaft gehalten werden und dabei viel Strom verbrauchen. Verwenden Sie für Drucker, Computer, WLAN-Router, Bildschirme, Fernseh- und Videogeräte sowie Stereoanlagen ausschaltbare Steckerleisten.



## Wellnessgeräte & Co

Schwimmbäder, Whirlpools, Saunaöfen, Infrarotkabinen und Solarien brauchen viel Strom. Effizienter ist eine öffentliche Nutzung. Vom Putzen und Reinhalten sind Sie so entlastet. Viel Strom benötigen auch Wasserbetten zum Aufheizen des Wassers auf Liegetemperatur. Mit Zeitschaltuhren kann man die Aufheizdauer von Wasserbetten und die Laufzeit von Wasserpumpen sinnvoll begrenzen. Bei einem Aquarium, das bis zu einem Viertel der Stromkosten eines Haushalts kommen kann, ist das leider nur bei der Beleuchtung möglich.

## Beleuchtung

Durch energiesparende Lampen lässt sich der Energieverbrauch zumindest halbieren. Ersetzen Sie Ihre Leuchten sukzessive mit LED-Lampen. Ihre volle Lichtleistung ist sofort verfügbar. Sie haben eine lange Lebensdauer und sind sehr schaltfest. LED-Lampen rechnen sich gegenüber Energiesparlampen innerhalb von 10 Jahren und im Vergleich zu Glühlampen innerhalb von 2-3 Jahren.

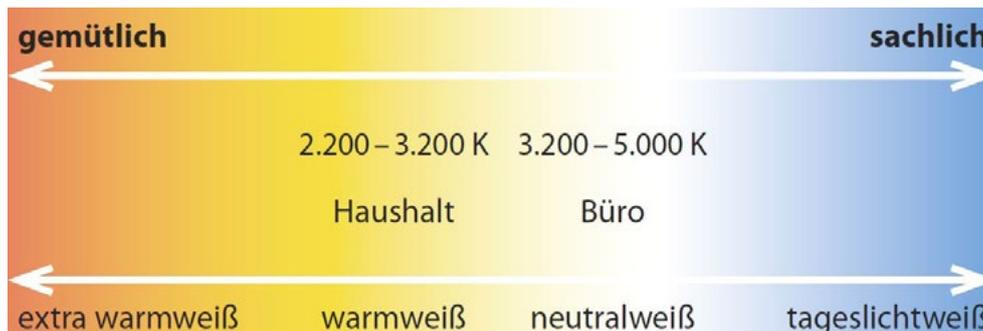
### Kauftipps für LED-Lampen

Achten Sie auf folgende Verpackungsangaben:

- **Helligkeit:** Wird auf der Verpackung in Lumen angegeben. Kaufen Sie LED-Lampen, die etwas heller sind als die bestehenden, um die Leuchtkraft zu erhalten.

Bemessungslichtstrom [lm]			Angegebene Leistungsaufnahme einer äquivalenten herkömmlichen Glühlampe
Kompaktleuchtstofflampen	Halogenleuchtstofflampen	LED und sonstige Lampen	[W]
125	119	136	15
229	217	249	25
432	410	470	40
741	702	806	60
970	920	1.055	75
1.398	1.326	1.521	100
2.253	2.137	2.452	150
3.172	3.009	3.452	200

- **Lichtfarbe:** Im Haushalt sind für gemütliche Wohnsituationen warmweiße Lichtfarben (2.800 - 3.200 Kelvin) empfehlenswert.



- **Qualität:** LEDs sollen eine Lebensdauer von 20.000 Stunden haben und zumindest 20.000 Schaltzyklen halten. Ihr Licht sollte Farben gut wiedergeben (Farbwiedergabeindex RA > 80%)

## Strom sparen leicht gemacht

### Maßnahmen ohne Investitionskosten:

- Wäsche mit 30 °C und 40 °C waschen, auf die Vorwäsche und auf wärmere Temperaturen verzichten
- Wasch- und Geschirrspülmaschine voll beladen
- Wäsche mit hohen Schleuderraten trocknen
- Wäsche an die Leine: Auf Wäschetrockner verzichten
- Waschmaschine und Geschirrspüler ans Warmwasser anschließen, wenn Solaranlage vorhanden
- Temperatur im Kühlschrank auf 7 °C einstellen und im Gefrierschrank auf -18 °C
- Warmwassertemperatur auf 60-°C begrenzen
- Kühl- und Gefrierschrank nur kurz öffnen, nur abgekühlte Lebensmittel reinstellen
- Tiefgekühlte Lebensmittel zeitgerecht im Kühlschrank auftauen
- Deckel beim Kochen verwenden
- Wasser- und Eierkocher verwenden
- Mit wenig Wasser kochen (z.B. Gemüse)
- Dampfdruckkochtopf verwenden
- Auf Vorheizen im Backrohr verzichten
- Kleine Speisen in der Mikrowelle wärmen
- Restwärme beim Kochen und Backen nützen
- Einsatzdauer von Schwimmbadpumpen und Wasserbettenheizungen mit Zeitschaltuhr begrenzen

- Duschen statt baden
- Schwimmbad, Saunen, Whirlpools, Infrarotkabinen und Co. öffentlich nutzen
- Leitungswasser statt Wasser in Flaschen trinken: spart Kühl- und private Transportenergie
- Laptop statt PC verwenden
- Auf Deckenfluter verzichten, auf gezielte Beleuchtung achten
- Prüfen, ob Heizungspumpe um eine Leistungsstufe zurückgeschaltet werden kann

### Maßnahmen mit Investitionskosten:

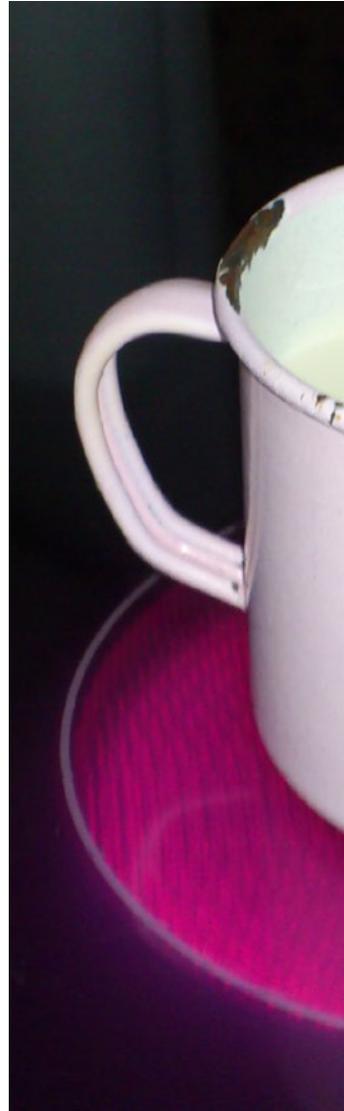
- Alte Heizungspumpen auf hoch-effiziente tauschen
- Thermische Solaranlage, Warmwasserwärmepumpe bzw. Photovoltaikanlage installieren
- Wassersparende Armaturen und Perlatoren einsetzen
- Alte Haushaltsgeräte mit hohem Stromverbrauch durch neue effiziente Geräte ersetzen
- Glühbirnen und Halogenlampen gegen LED-Lampen tauschen
- Im Standby-Modus stromfressende Geräte an eine abschaltbare Steckerleiste anschließen
- Nicht zu große Bildschirme kaufen
- Multifunktionale Bürogeräte bevorzugen
- (z. B. Scanner, Fax, Drucker)



## AUS DER ENERGIEBERATUNGS-PRAXIS

Martin Brunnflicker  
Energie- und Umweltagentur des Landes NÖ

- Gönnen Sie Stromfressern mit schaltbaren Steckerleisten einen Kurzurlaub.
- Kaufen Sie nur die effizientesten Elektrogeräte mit dem EU-Energielabel.
- Eine immer aktuelle Übersicht erhalten Sie auf [www.topprodukte.at](http://www.topprodukte.at).
- Der Ersatz von Geräten, die älter als 10 Jahre sind, rechnet sich über die laufende Energieeinsparung.
- Lesen Sie den Stromzähler monatlich ab, sie können nur so einen jahreszeitlichen Unterschied erkennen.
- Lesen Sie den Stromzähler während einer Abwesenheit ab (Wochenende). So ermitteln Sie den Standby-Verbrauch.
- Kontaktieren Sie bei Fragen die Energieberatung NÖ.



© SEEBACHER

© JOSEF GANSCH - UNPASSENDE HERDPLATTE ZUR TOPFGRÖSSE



## LINKTIPPS ZUM THEMA

- Energieprojekte auf [www.energiebewegung.at](http://www.energiebewegung.at) Kategorie Geräte und Licht
- Energieprojekte auf [www.energiebewegung.at](http://www.energiebewegung.at) Kategorie Strom
- [Stromsparberatung](#) der EBNÖ
- [Energieeffizienz](#)
- [Solarenergie](#)
- [Windenergie](#)

© JOSEF GANSCH - MODERNER STROMZÄHLER



## MEHR TIPPS ZUM NACHLESEN

### 1. Weitere Ratgeber

[Effiziente Heizungspumpen](#)

[Stromheizung - Infrarotheizung](#)

### 2. Beratungsvideo

[Photovoltaik](#)

[Wärmepumpen](#)

### 3. Energieberatungsbroschüren

[Stromsparen](#)

[Besser leben mit weniger Energie](#)

ALLE INFOS UNTER  
[www.energieberatung-noe.at](http://www.energieberatung-noe.at)



## DR. HERBERT GREISBERGER

Geschäftsführer der Energie- und Umweltagentur des Landes NÖ

Setzen Sie Strom sinnvoll ein! Holen Sie sich die Unterstützung unserer Expertinnen und Experten an der Hotline

**02742 22 144** oder informieren Sie sich im Internet: **www.energieberatung-noe.at**

**Wir stehen Ihnen mit unseren Tipps zur Seite.**