

# SiR - Sonne im Roßdorf

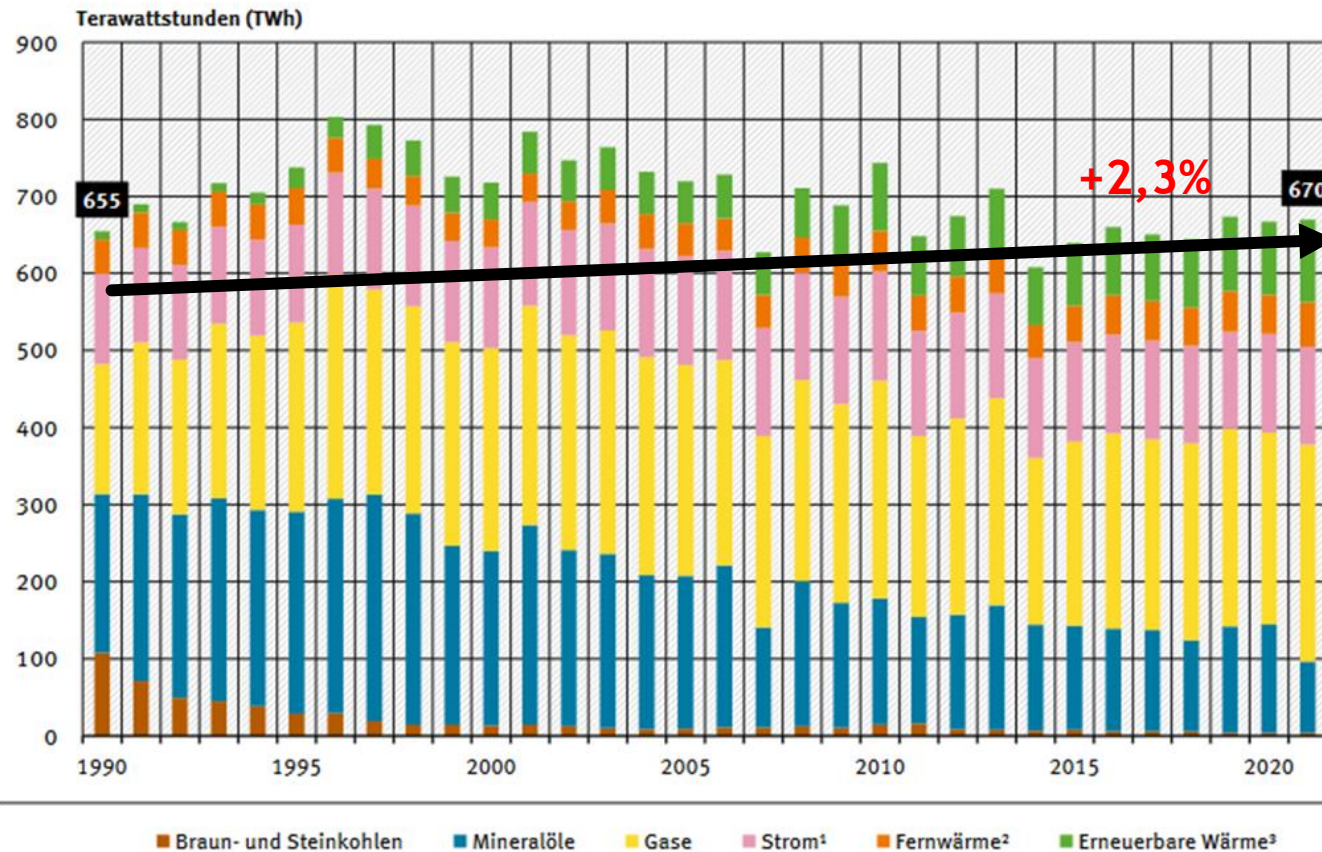
Energiesparen im Haushalt

Dr. Renate Kostrewa



# SiR - Energiesparen im Haushalt

Entwicklung des Endenergieverbrauchs der privaten Haushalte



<sup>1</sup> Einschließlich mit erneuerbaren Energien erzeugtem Strom.  
<sup>2</sup> Einschließlich mit erneuerbaren Energien erzeugter Fernwärme.  
<sup>3</sup> Biomasse und erneuerbare Abfälle, Solarthermie, Umweltwärme.

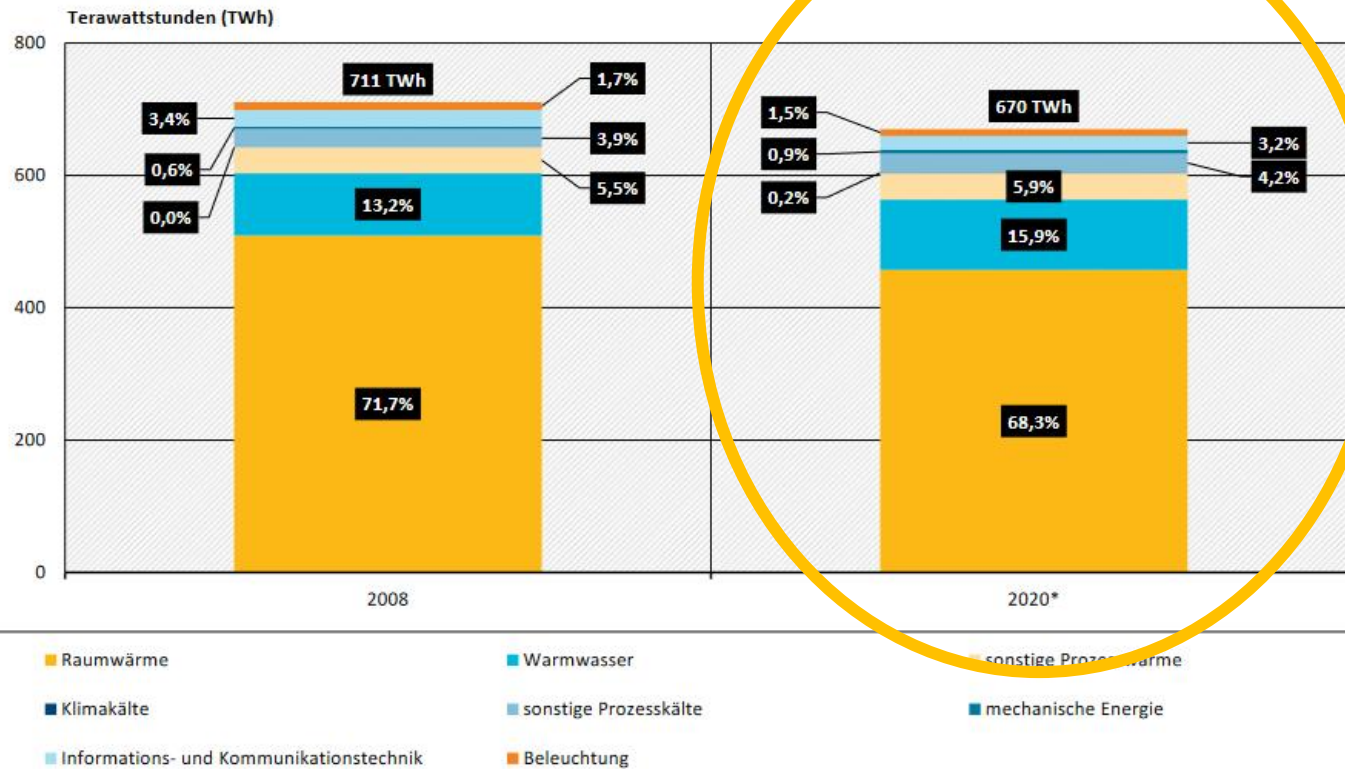
Quelle: Arbeitsgemeinschaft Energiebilanzen, Energiebilanzen für die Bundesrepublik Deutschland 1990 bis 2021, Stand 09/2022

## ▶ Endenergieverbrauch Haushalte in D:

- ▶ 2021: 670 TWh - (= 670 Mrd. kWh)
- ▶  $\frac{1}{4}$  des Gesamtendenergieverbrauchs

# SiR - Energiesparen im Haushalt

Anteile der Anwendungsbereiche am Endenergieverbrauch der privaten Haushalte 2008 und 2020\*



## Deutschland im Schnitt

- ▶ Wärme: 68%
- ▶ Warmwasser: 15,9%
- ▶ Kochen, Trocknen, Bügeln etc.: 5,9%
- ▶ Kälte: 4,4%
- ▶ Mechanische Energie: 0,9%
- ▶ IuK: 3,2%
- ▶ Beleuchtung: 1,5%

\* vorläufige Angaben

Quelle: Eigene Darstellung UBA auf Basis AGEB, Anwendungsbilanzen, Stand 02/2021

# SiR - Energiesparen im Haushalt



Bundesministerium  
für Wirtschaft  
und Klimaschutz



🏠 **Im Alltag** Eigenheim Unternehmen Kommunen Förderprogramme Service

🔍 Suchbegriff eingeben

## Energiesparen im Alltag? Kostet wenig, bringt viel



### HEIZEN

Ein paar einfache Maßnahmen können schon helfen, Ihre Heizkosten zu reduzieren.



### BELEUCHTEN

Aus wenig Strom viel Licht machen: Moderne LED-Lampen sind wahre Alleskönner.



### MULTIMEDIA

Fernseher und Computer sind aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken.



### HAUSHALTSGERÄTE

Kühlschrank, Waschmaschine und Co. sind Tag für Tag im Einsatz und verschlingen dabei eine Menge Strom.



### EINKAUFSTIPPS

Was Sie beim Kauf von Lampen sowie Haushalts- und Multimediageräten beachten können, um Ihren Stromverbrauch zu verringern.



### EU-ENERGIELABEL

Erfahren sie alles zum neuen EU-Energielabel.

### TIPPS FÜR EFFIZIENZ UND SPAREN?



Mit unseren Effizienz- und Energiespartipps können Sie sofort Ihren Verbrauch senken.

→ [Hier klicken!](#)

SiR - Energiesparen im Haushalt

Wärme

# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Wärme - Heizen und Lüften



### Thermostatventileinstellungen Heizung:

1=12°C, 2=14°C, 3=16°C, 4=20°C, 5=28°C

### Temperaturen in Wohnräumen

Temperaturen am Tag	Temperatur	Thermostat
Schlafzimmer	16°	2
Wohnzimmer	20-22°	3
Kinderzimmer	20-22°	3
Küche	18-20°	2 + 2 Striche
Badezimmer	22-23°	3 + 2 Striche
Gästetoilette	18°	2
Flur	15-17°	2

- ▶ **Jedes Grad mehr Temperatur = 6% höherer Energieverbrauch**
- ▶ Nachts: Thermostat runter auf ca. 14° C, dito längere Abwesenheit
- ▶ Innentüre zwischen unterschiedlich beheizten Räumen geschlossen halten
- ▶ In kalten Nächten Rollos und Fensterläden schließen
- ▶ Möbel nicht direkt vor die Heizung stellen
- ▶ Pullover und Hausschuhe anziehen anstelle Thermostat hochdrehen
- ▶ Heizkörper entlüften
- ▶ Hydraulischer Abgleich

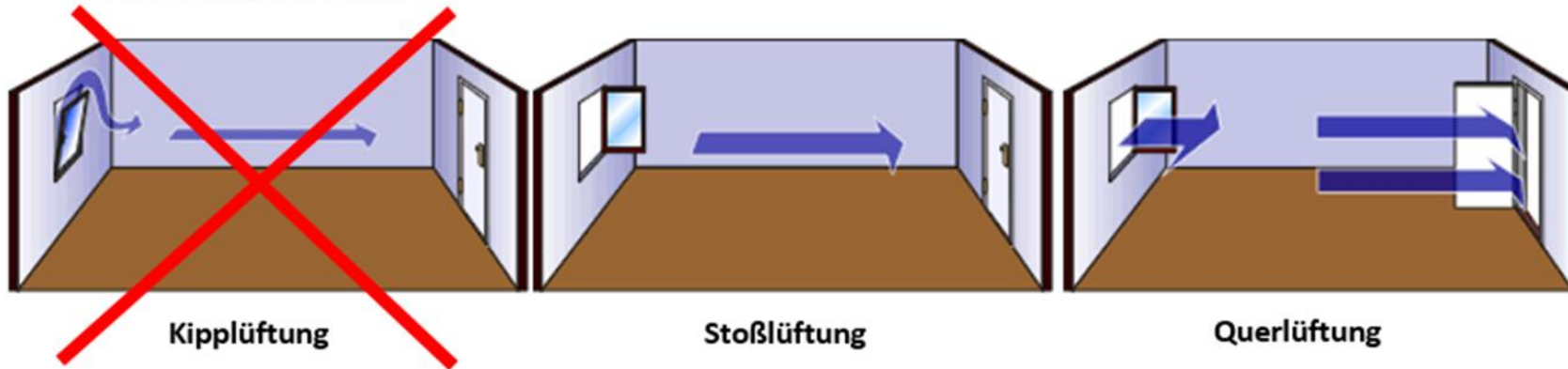
# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Wärme - Heizen und Lüften

**Wann heizen?** Ungefähr von Oktober bis April.

**Warum lüften?** Zu jeder Jahreszeit, damit Kondenswasser (Menschen, Kochen, Duschen, Baden....) aus der Wohnung/Zimmer entweichen kann. Wichtig, damit kein Schimmel entsteht. Schimmel ist gesundheitsgefährlich!

Wie lüftet man am besten?



**Monat**

Dezember bis Februar

März und November

April, Mai und September, Oktober

Juni bis August

**Zeit zum Lüften**

bis zu 5 Minuten

bis zu 10 Minuten

bis zu 15 Minuten

bis zu 25 Minuten

**Richtig lüften:** Thermostatventil runter auf ☾ - Lüften – Thermostatventil wieder rauf!

# SiR - Energiesparen im Haushalt

Sie überlegen eine andere Heizung einzubauen?

- ▶ Zukunft ist elektrisch!
- ▶ Zukunft ist Nah-/Fernwärme!
  
- ▶ Wärmeplanung Stadt Nürtingen = welche Gebiete potentiell gut für Wärmenetze geeignet
- ▶ Förderung Heizungstausch durch BAfA
- ▶ Beratungen durch Klimaschutzagentur Landkreis Esslingen
- ▶ Vor-Ort-Beratungen durch Verbraucherzentrale
  - ▶ Eignungs-Check Heizung
  - ▶ Gebäude-Check



SiR - Energiesparen im Haushalt

Strom

# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Deutschland im Schnitt

### Durchschnittlicher Stromverbrauch pro Jahr

Personen	Stromverbrauch Ø	inkl. Warmwasser elektr.
1 Person	1.500 kWh	2.000 kWh
2 Personen	2.100 kWh	3.000 kWh
3 Personen	2.600 kWh	4.000 kWh
4 Personen	2.900 kWh	4.500 kWh
5 Personen	3.500 kWh	5.200 kWh

# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Wovon hängt der Stromverbrauch ab?

- ▶ Wie viele Personen leben im Haushalt?
- ▶ Handelt es sich um ein 1-/2-Familienhaus oder Wohnung im Mehrfamilienhaus?
- ▶ Wird das Wasser mit Strom erwärmt oder über die zentrale Heizanlage?

Stromkosten pro Person im Jahr (Ein- & Zweifamilienhäuser)

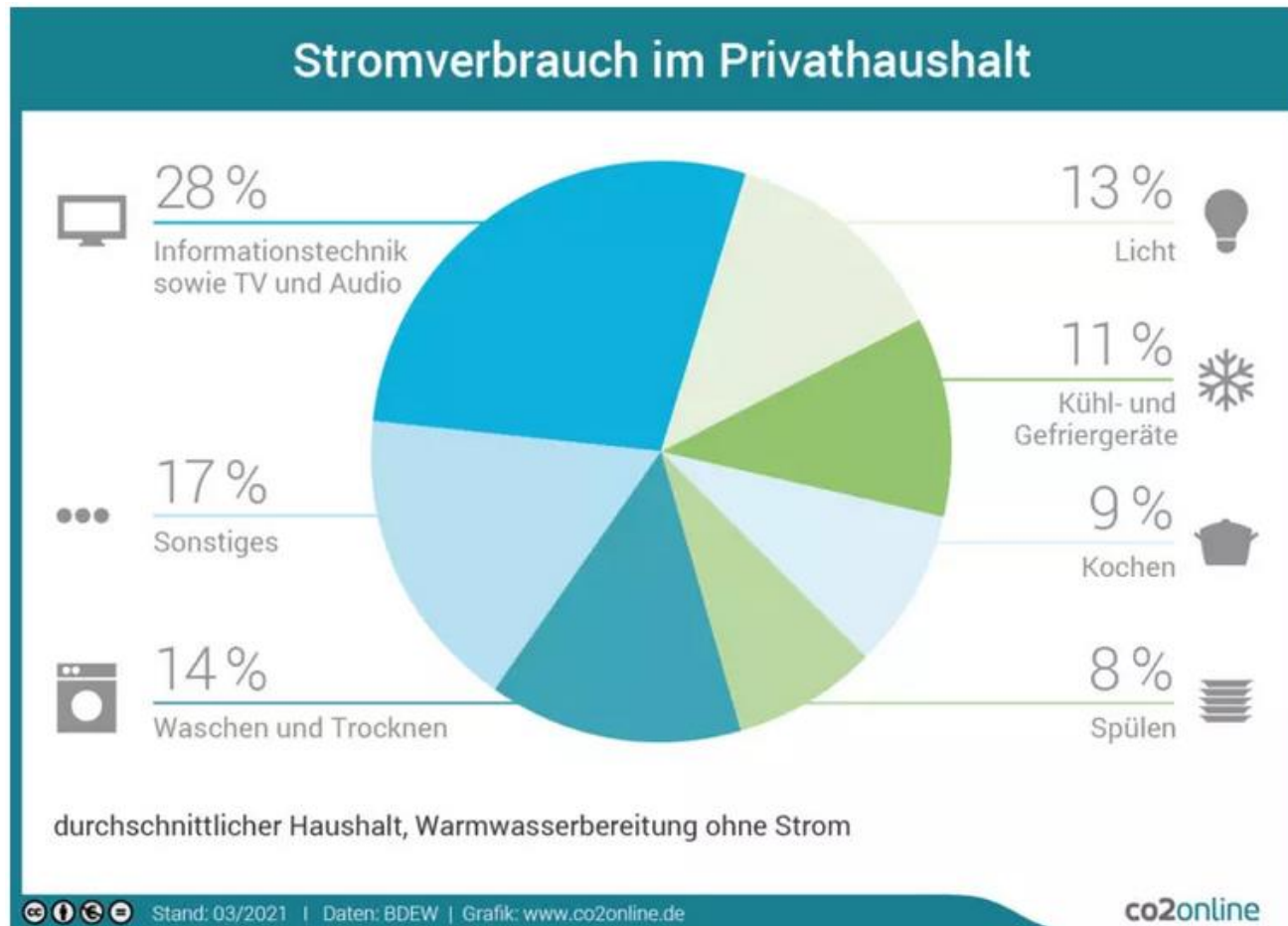
	Stromkosten pro Jahr	Verbrauch pro Jahr	CO <sub>2</sub> pro Jahr
Warmwasser mit Strom	795 €	2.500 kWh	1.170 kg
Warmwasser ohne Strom	730 €	2.300 kWh	1.075 kg

Stromkosten pro Person im Jahr (Wohnung)

	Stromkosten pro Jahr	Verbrauch pro Jahr	CO <sub>2</sub> pro Jahr
Warmwasser mit Strom	575 €	1.800 kWh	840 kg
Warmwasser ohne Strom	415 €	1.300 kWh	610 kg

# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Durchschnittlicher Stromverbrauch in Bereichen:

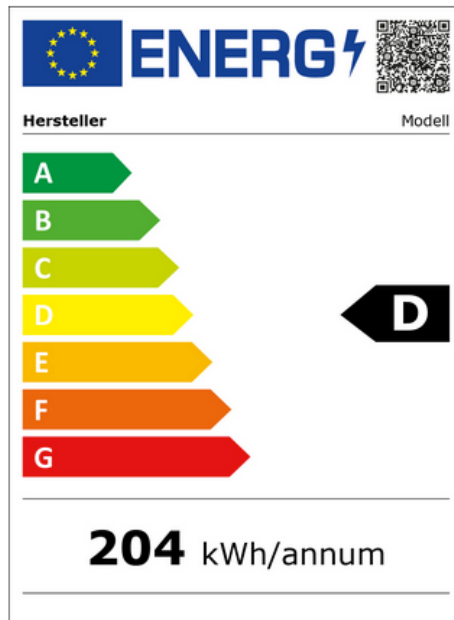


# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Energieeffizienz - Elektrogeräte / elektrische Geräte mit niedrigem Verbrauch

Seit 3/2021:  
Kühl-  
/Gefriergeräte,  
Geschirrspüler,  
Waschmaschine,  
Waschtrockner  
Fernseher  
Monitore

Andere Geräte  
Ca. 2024



# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Stromsparen - Standby-Verbrauch reduzieren!

- ▶ Standby-Verbrauch: 300 - 500 kWh / Jahr / Haushalt
  - ▶ Strommessgerät = Aufspüren von heimlichen Stromfressern
  - ▶ „Aus“-Schalter = komplett vom Netz trennen

# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Stromsparen - Standby-Verbrauch reduzieren!

- ▶ **Wohnzimmer:** Fernseher, Set-Top-Boxen, Hifi-Anlage, Receiver, Stehlampen
- ▶ **Kinderzimmer:** Spielekonsole, Computer, Handyladegerät, Nachttischlampen
- ▶ **Badezimmer:** elektrische Zahnbürste, Rasierapparat, Waschmaschine
- ▶ **Arbeitszimmer:** Computer, Monitor, Drucker, Schreibtischlampe
- ▶ **Küche:** Waschmaschine, Geschirrspüler, Küchenradio

Gerät	Standby-Watt (gemessen)	kWh pro Jahr*	Euro pro Jahr*
Stereoanlage	15	120	38
Fernseher (LCD)	14	112	36
Mini-Hifi-Anlage	11	88	28
PC, Monitor & Drucker	10	80	25
DVB-T-Receiver	10	80	25
Handy-Ladegerät	5	40	13
Telefon (schnurlos)	3	24	8

# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Beleuchtung - LED

- ▶ Langlebig und energieeffizient
- ▶ LEDs bei gleicher Lichtstärke 7-15% gegenüber Glühlampe
- ▶ Komplettumrüstung = 10% Einsparung Stromkosten
- ▶ Lebensdauer: bis zu 25.000 Stunden
- ▶ Erreichen volle Lichtstärke sofort nach Einschalten, werden im Betrieb nicht heiß
- ▶ Beim Kauf auf Watt- und Lumenangaben achten



# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Nutzerverhalten / Nutzung

### ▶ **Kühlschrank:**

- ▶ regelmäßig Eisfach abtauen,
- ▶ Temperatur +6 oder +7 °C ausreichend
- ▶ Luftleere Räume
- ▶ Nur abgekühlte Speisen in Kühlschrank

### ▶ **Kochen:**

- ▶ Deck auf!
- ▶ Mit Wasserkocher vorkochen
- ▶ Nachwärme nutzen

### ▶ **Backen:**

- ▶ aufs Vorheizen verzichten
- ▶ Nachwärme nutzen
- ▶ Umluft anstelle Ober- und Unterhitze

# SiR - Energiesparen im Haushalt

## Informationen zum Energiesparen:

- ▶ [www.CO2Online.de](http://www.CO2Online.de)
- ▶ [www.stromspiegel.de](http://www.stromspiegel.de)
- ▶ [www.heizspiegel.de](http://www.heizspiegel.de)
- ▶ [www.uba.de](http://www.uba.de)
- ▶ „The Länd“
- ▶ Bund: 80 Millionen Gemeinsam für Energiewechsel
- ▶ BW: Besonders sparsame Haushaltsgeräte (pdf/online)
- ▶ Verbraucherzentrale
- ▶ Und viele mehr...
- ▶ Ausleihen Strommessgerät: Stadtbücherei Nürtingen

**co2online**  
Klimaschutz, der wirkt.

 **stromspiegel**  
Eine Aktion von co2online

 **heizspiegel**  
Eine Aktion von co2online



SiR - Energiesparen im Haushalt

Wasser & Mehr

# SiR - Energiesparen im Haushalt

Wasser sparen = spart Energie daheim und anderswo

- ▶ **Duschen statt Baden**
- ▶ **Wassersparduschkopf**
- ▶ **Hände kalt waschen**
- ▶ **Waschmaschine / Spülmaschine an Warmwasser anschließen**
- ▶ **Vorschaltgerät für Waschmaschine**
- ▶ **(kaltes) Duschwasser auffangen = Blumen / Garten gießen**
- ▶ **Gemüsewaschwasser auffangen = Blumen / Garten gießen**

# SiR - Energiesparen im Haushalt

Kunststoff sparen = gut für alle & spart Energie anderswo

- ▶ **Seife statt Duschgel**
- ▶ **Haarseife/festes Shampoo statt Flüssigshampoo aus Flasche**
- ▶ **Grundausrüstung:**
  - ▶ **Natron**
  - ▶ **Haushaltssessig**
  - ▶ **Zitronensäure**
  - ▶ **Waschsoda**
  - ▶ **Kernseife**

# SiR - Energiesparen im Haushalt

Vielen Danke für Ihre Aufmerksamkeit