



## Energiesparen im Haushalt

### Tipps und Infos zum effizientem Umgang mit Energie

Thomas Kuntke  
 Jüdenbergstraße 7 - 01662 Meißen  
 Telefon: (03521) 73 52 95 -Telefax: (03521) 73 52 82  
 E-Mail: info@sv-kuntke.de - Portal: www.sv-kuntke.de

#### Inhaltsverzeichnis

Energiesparen im Haushalt.....	1
Präambel.....	2
Energiesparen beim Heizen.....	3
Energiesparen in Bad und Küche .....	4
Stromfresser im Haushalt.....	5
Quellenangabe.....	6
Zur Person .....	7

## Präambel

### Warum dieser Aufsatz?

Nur die Wenigsten machen sich Gedanken darüber, warum es hell wird, wenn man auf den Lichtschalter drückt: ständig verfügbare Energie ist heute eine Selbstverständlichkeit. Auch Audiokommunikation, Computer, Heizung, Waschmaschine, Wäschetrockner... benötigen Energie. Aber die Energievorräte, die wir uns heute zu Nutzen machen, sind nicht unbegrenzt. Grund genug also, sehr sorgsam damit umzugehen.

In der Bundesrepublik wurden 2001 knapp 500 Millionen Tonnen Steinkohleeinheiten (SKE = Energiemenge, die einer Tonne Steinkohle entspricht) Primärenergie verbraucht. Deutschland ist damit nach den USA, den Staaten der ehemaligen UdSSR, China und Japan der fünftgrößte Energieverbraucher der Welt. Interessant hierbei ist, dass Deutschland zu mehr als 70 % auf Einfuhren / Importe angewiesen ist (Erdgas, Erdöl, Kernbrennstoffe).

Gut ein Viertel der bei uns verbrauchten Endenergie entfällt dabei auf die privaten Haushalte. Ein erheblicher Teil davon ließe sich ohne Verzicht auf Komfort einsparen. Noch immer werden große Mengen an wertvoller Energie sinnlos verschwendet. Das kostet nicht nur viel Geld, sondern schadet auch der Umwelt.

Bei der Verbrennung fossiler Energieträger (Kohle, Erdöl, Erdgas), die den größten Teil unseres Energiebedarfes decken, entsteht neben anderen luftverunreinigenden Stoffen Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>), ein Gas, das zur Erwärmung der Erdatmosphäre beiträgt und damit den Treibhauseffekt verstärkt. Durch Energieeinsparung und bessere Energieausnutzung können wichtige Beiträge zur Verringerung der Umweltbelastungen erbracht werden.

Neben dem Umweltaspekt, rückt natürlich der Kostenfaktor immer mehr in den Mittelpunkt der Betrachtung. Energie kostet Geld und dies nicht nur dem Einzelnen, sondern auch der Gesellschaft.

Die mit Abstand kostenintensivste Energie ist der elektrische Strom. Obwohl der Strom im nachstehenden Beispiel nur 10 % Anteil am Energieverbrauch hat, liegen deren Kosten an den gesamten Energiekosten des Haushalts bei etwa einem Drittel:

Beispiel: 4 Personenhaushalt  
Einfamilienhaus mit 150 m<sup>2</sup> beheizter Wohnfläche  
Baujahr 1980, mäßige Wärmedämmung (ca. 144 kWh/m<sup>2</sup>•a Heizwärmebedarf)  
Öl-Zentralheizung 20 kW Nennwärmeleistung mit indirekt beheiztem Warmwasserspeicher (150 l)  
30.000 kWh Energieverbrauch im Jahr  
davon 10 % elektr. Strom, 72 % Beheizung, 18 % Warmwasserbereitung

Energieverbrauch: elektr. Strom	3.000 kWh/a	
	entspricht ca.	570 EUR (29 %)
Heizung (Heizöl EL)	2.160 l/a	
	entspricht ca.	1.100 EUR (57 %)
Warmwasser (Heizöl EL)	540 l/a	
	entspricht ca.	270 EUR (14 %)
		<hr/>
		1.940 EUR (100 %)

## Energiesparen beim Heizen

Der größte Teil der im Haushalt verbrauchten Energie, etwa 70 %, wird zum Heizen benötigt. Sparen lohnt hier deshalb besonders. Frieren muss dabei aber niemand, wenn er folgende Tipps beachtet:

- **Räume nicht überheizen.**

Für Wohn- und Arbeitsräume sind 20°C völlig ausreichend. Zu hohe Raumtemperatur sind nicht nur ungesund und steigern die Gefahr von Erkältungen, sondern kosten auch unnötig Geld und Energie.

Jeder Grad Raumtemperatur weniger, spart etwa 6 % Heizkosten ein. Noch einmal kräftig sparen kann, wer nachts die Raumtemperatur auf 16°C absenkt.

- **Kurz und gründlich lüften.**

Danach die Fenster wieder schließen. Dauerlüften bei gekipptem Fenster und aufgedrehter Heizung heizt nur die Straßen.

- **Nachts Rollläden, Fensterläden und Vorhänge schließen.**

Undichte Fugen und Ritzen abdichten (jedoch nicht bei Räumen mit Ofenheizung!), Einfachglasfenster mit transparenten Isolierfolien versehen - das kostet nicht viel, bringt aber rund 6 bis 10 % Heizkostensparnis.

Außerdem wird so verhindert, dass die Luft in den Räumen zu stark austrocknet - durch undichte Fenster erfolgt nämlich ein relativ großer Luftwechsel. Infolge der Erwärmung kalter Außenluft sinkt dabei die Luftfeuchte auf unbehaglich niedrige Werte. Ausreichend feuchte Luft hingegen wirkt wärmer als trockene. Aber Achtung! Zu feuchte Luft ist ungesund!

- **Räume nur bei Bedarf heizen.**

Bei längerer Abwesenheit kann die Heizung heruntergedreht oder besser noch auf die „Frostschutzposition“ des Thermostatventils gestellt werden. Auch Schlafräume und Gästezimmer müssen nicht immer mitbeheizt werden.

- **Heizkörper entlüften.**

Wenn der Heizkörper trotz aufgedrehter Heizung nicht mehr richtig warm wird, ist oft ein Luftpolster schuld. Hier kann leicht Abhilfe geschaffen werden: Entlüftungsventil am Heizkörper öffnen, Gefäß darunter halten und warten, bis Wasser kommt. Entlüftungsventil wieder schließen. Heizkörper nicht abdecken oder zustellen, die erwärmte Luft kann sonst nicht zirkulieren.

**Noch größere Einsparungen können durch bauliche Maßnahmen erzielt werden:**

Über 70% der Heizenergie lassen sich allein durch **verbesserte Wärmedämmung der Außenwände sowie des Dachbodens bzw. des Kellers** und durch den Einbau **isolierverglaster Fenster** einsparen.

## Energiesparen in Bad und Küche

Etwa 10 bis 15 % des Gesamtenergiebedarfes im Haushalt wird zur Warmwasserbereitung benötigt. Wer hier sparen will, sollte:

- **Duschen statt baden.**

Ein Vollbad kostet etwa dreimal so viel Energie und Wasser wie 6 Minuten duschen. Wer dazu noch Duschunterbrecher, Sparduschkopf und Durchflussbegrenzer einbaut, spart noch mehr.

- **Wasserhähne nicht tropfen lassen.**

Ein tropfender Wasserhahn (10 Tropfen pro Minute) verschwendet im Jahr mehr als 2.000 Liter Wasser. Tropft nur in jedem vierten Haushalt ein Wasserhahn, entspricht das der Arbeit eines 120 Mega-Watt-Kraftwerkes!

**Beim Kochen** sollte auf folgendes geachtet werden:

- Gasherde kochen wesentlich wirtschaftlicher als Elektroherde, da bei Elektroherden nur etwa 34% der im Kraftwerk eingesetzten Primärenergie in Wärme umgewandelt werden. Gasherde nutzen die Primärenergie Gas fast zu 100%.
- Töpfe und Pfannen immer mit Deckel verschließen. Ohne Deckel entweicht die Wärme und der Kochvorgang dauert länger.
- Nicht mehr Wasser als nötig erhitzen.
- Schnellkochtöpfe (Dampfdrucktöpfe) sparen bis zu 50% Energie und Zeit.

**Für Elektroherde** gilt außerdem:

- Nur Töpfe und Pfannen mit ebenen Böden verwenden.
- Kochgeschirrgröße dem Kochplattendurchmesser anpassen.
- Elektroplatten kochen wirtschaftlicher, wenn die Höchstleistung nur zum erstmaligen Erhitzen eingeschaltet wird. Speisen garen dann auf niedriger Stufe weiter. Platten kurz vor Beendigung des Kochvorgangs ausstellen und die Restwärme nutzen.

### **Stromfresser im Haushalt**

Fast alle Geräte im Haushalt benötigen heute elektrische Energie. Dennoch kann auch hier eine Menge eingespart werden, ohne dass auf etwas verzichtet werden muss. Vor allem ältere Geräte verbrauchen meist unverhältnismäßig viel Strom - oft mehr als das Doppelte moderner Modelle! In vielen Fällen lohnt es deswegen, alte Geräte durch neue mit geringerem Stromverbrauch zu ersetzen. Die meisten Versorgungsunternehmen halten dazu inzwischen kostenlos Messgeräte bereit, mit denen Stromfressern auf die Spur gekommen werden kann. Aber Vorsicht: auch bei Neugeräten gibt es große Unterschiede! Deshalb sollte man sich vor dem Kauf über den Stromverbrauch erkundigen.

**Kühlschränke** nicht direkt neben dem Herd platzieren. Gefriergeräte möglichst in kühlen Räumen aufstellen. Jeder Grad Umgebungstemperatur weniger spart ca. 6 % Strom. Für Kühlschränke genügt in der Regel eine Kühltemperatur von 7°C. Geräte nur zur Entnahme kurz öffnen. Gefriertruhen halten Kälte beim Öffnen besser als Gefrierschränke, da kalte Luft nicht unten herausfließen kann. Wichtig: Regelmäßig abtauen! „Eispanzer“ an den Kühlelementen behindert den Kühlvorgang.

**Waschmaschinen** möglichst immer voll beladen. Zwar besitzen neuere Modelle eine Mengenautomatik, die den Wasser- und Stromverbrauch der Wäschemenge anpasst. Eine vollbeladene Waschmaschine wäscht trotzdem immer noch am günstigsten. Für normal verschmutzte Wäsche reichen in aller Regel 60°C (ca. 40 % Energieeinsparung gegenüber 95°C!)

**Wäschetrockner** verbrauchen besonders viel Strom. In jedem Fall billiger und umweltfreundlicher ist das Trocknen im Freien oder auf dem Trockenboden.

Seit einiger Zeit sind **Energiesparlampen** auf dem Markt, die 80% weniger Strom verbrauchen als normale Glühbirnen und eine mindestens achtmal längere Lebensdauer aufweisen. Trotz höherer Anschaffungskosten sparen sie im Laufe ihres Lebens nicht nur Strom, sondern auch bares Geld.

Viele Geräte der Unterhaltungselektronik wie Fernseher, Videorecorder oder CD-Player sind heute mit einem sogenannten „**Stand-By**“ - **Betrieb** versehen, der das Einschalten mit der Fernbedienung ermöglicht. Auch solche Geräte sollten nach Gebrauch immer ausgeschaltet werden, da ein „Stand-By“ - Betrieb unnötig Strom verbraucht.

Würden alle diese Geräte nach Benutzung konsequent ausgeschaltet, könnte allein in der Bundesrepublik die Leistung eines 300 Mega-Watt-Kraftwerkes eingespart werden!

**Batterien** machen unabhängig von der Steckdose. Allerdings werden für die Herstellung von Batterien große Mengen Energie und Rohstoffe verbraucht. Einige Batterie-Typen enthalten darüber hinaus noch immer die für Mensch und Natur giftigen Schwermetalle Quecksilber und Cadmium.

Wesentlich umweltfreundlicher und auf lange Sicht erheblich billiger sind **Akkus**. Sie kosten zum Teil nur wenig mehr als herkömmliche Batterien, lassen sich aber bis zu 1.000-mal wiederaufladen. Einige Geräte wie Taschenrechner, Uhren und auch Radios sind inzwischen mit Solarzellen ausgestattet, die Licht in Strom umwandeln - das Auswechseln von Batterien oder Akkus entfällt hier ganz!

**Möglichkeiten zum Energiesparen im Haushalt gibt es also genug - werden sie konsequent genutzt, bleibt uns und unserer Umwelt einen Menge an Schadstoffen erspart.**

**Quellenangabe**

Umweltschutz im Alltag - der Ratgeber für Umweltbewusste

Broschüren von der Verbraucherzentralen über:

- Energiesparen in Mietwohnungen

- Energiesparen im Haushalt

- Energieberatung

Internet, diverses

## Zur Person



**Thomas Kuntke**  
Bezirksschornsteinfegermeister  
Jüdenbergstraße 7  
D- 01662 Meißen  
**Tel.:** +49(0)35 21. 73 52 95  
**Fax:** +49(0)35 21. 73 52 82  
**E-Mail:** info@sv-kuntke.de  
**Internet:** www.sv-kuntke.de

Jahrgang 1966

1982 bis 1984 Ausbildung zum Schornsteinfeger und von 1987 bis 1989 Meisterschule; 1995 Energieberater (1998 Gebäudeenergieberater (HWK)); 2000 durch die Handwerkskammer Dresden öffentlich bestellter und vereidigter Sachverständiger für das Schornsteinfegerhandwerk; 2005 Sachverständiger für Energieeffizienz von Gebäuden (EIPOS)

Bezirksschornsteinfegermeister seit 1991

Seit 2002 Technischer Innungswart der Schornsteinfeger-Innung Dresden

Lehrkraft an der Bildungsstätte des mitteldeutschen Schornsteinfegerhandwerks e.V. und Seminartätigkeit als Referent für den LIV Sachsen (Landes-Innungsverband des Schornsteinfegerhandwerks Sachsen)

Gründungsmitglied und 1. Vorsitzender GIH Sachsen (Gebäudeenergieberater Ingenieure Handwerker Landesverband Freistaat Sachsen)