

Strom

Elektronische Geräte:

- Geräte wie Fernseher, Computer, Drucker etc. ganz ausschalten. Standby-Betrieb vermeiden.
- Ladegeräte immer aus der Steckdose ziehen.
- Bei längerer Abwesenheit WLAN-Router ausschalten.
- Achten Sie bei Neuanschaffung von Geräten auf die Energieeffizienzklasse.
- Abschaltbare Steckerleisten verwenden.
- Verzichten Sie auf Ventilatoren im Sommer oder elektrische Heizlüfter im Winter.

Licht:

- Halogen-Lampen durch LED-Lampen ersetzen.
- Licht ausschalten beim Verlassen des Raumes.

Kochen:

- Wasser vor dem Kochprozess im Wasserkocher aufkochen.
- Im Backofen Umluft statt Ober-/Unterhitze verwenden.
- Deckel für die Kochtöpfe nutzen

Kühlschrank

- Kühlschrank auf ca. 7°C einstellen.
- Gefrierschrank regelmäßig abtauen.
- Kühlschranktür nicht offen stehen lassen.

Wasch- und Spülmaschine:

- Möglichst volles Beladen der Wasch- und Spülmaschine.
- Spülen Sie das Geschirr nicht vorher per Hand.
- Nutzen Sie die Eco-Programme (Energiesparprogramm).

Heizen / Lüften

- Bedeutungen der Ziffern auf Ihren Heizkörperthermostaten:

0 6 °C	1 12 °C	2 16 °C	3 20 °C	4 24 °C	5 28 °C
------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

- Ideale Raumtemperatur liegt bei 18-20°C.
- Einstellung beibehalten, auch bei Abwesenheit.
- Innenrollos oder Gardinen nachts schließen.
- Tragen Sie an Jahreszeit angepasste Kleidung.
- Schließen Sie Zimmertüren.
- Stoßlüften 2x täglich für 3-5 Minuten.
- Nicht mit gekipptem Fenster lüften.
- Heizkörper nicht zustellen oder Textilien davorhängen.
- Kochen oder Duschen bei geschlossenen Türen.
- 40- 60 % relative Luftfeuchtigkeit bei 20 °C Raumtemperatur gilt als optimal.
- Die Lüftungsanlage verfügt über einen Wärmetauscher. Die Frischluftzufuhr hängt somit im Zusammenhang mit der Temperatur der Abluft, die abgesogen wird.

Warmwasserverbrauch reduzieren

- Geschirr nicht unter fließendem Wasser spülen.
- Auf Vollbäder verzichten.
- Duschzeit reduzieren.
- Wassersparduschköpfe nutzen.
- Beim Einseifen Wasser abstellen.
- Hände mit kaltem Wasser waschen, wichtiger ist die Dauer nicht die Temperatur des Wassers.
- Beim Zähneputzen Wasser abstellen.
- Warmes Wasser generell nicht ungenutzt fließen lassen.