



Hansestadt Lüneburg

# Einfach Geld & Energie sparen

**10** Schnelle Tipps  
für jeden Tag

#lüneburg  
steht  
zusammen

# Wer Heizung und Strom nutzt,

verbraucht Energie – jeden Tag.  
Wer weniger Energie verbraucht,  
kann viel Geld sparen!

# 1



## Temperatur der Heizung überprüfen

Das Thermostatventil zeigt die Heiztemperatur an. **Je höher die ist, desto mehr kostet es.** 20 Grad Celsius ist meist eine gute Zimmertemperatur. Aber nicht alle Zimmer müssen gleich warm sein.

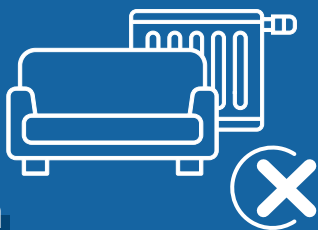
### EMPFEHLUNG FÜR EINE GUTE ZIMMERTEMPERATUR:

|                    |         |
|--------------------|---------|
| Wohnzimmer .....   | 21 Grad |
| Kinderzimmer ..... | 21 Grad |
| Schlafzimmer ..... | 17 Grad |
| Küche .....        | 18 Grad |
| Badezimmer .....   | 21 Grad |

**!!! Achtung:** Ungenutzte Zimmer nicht unter 15 Grad auskühlen lassen, damit kein Schimmel entsteht.

# 2

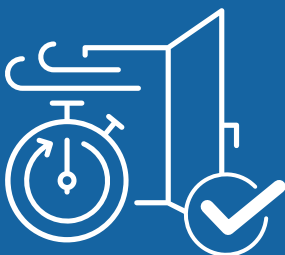
## Heizkörper nicht zustellen



Die Heizkörper sollten immer freistehen, damit die Wärme sich gut im Raum verteilen kann. **Heizkörper nicht hinter Sofa oder Vorhängen verstecken**, sonst können sie nicht richtig heizen und man verbraucht mehr Energie, um das Zimmer zu erwärmen.

# 3

## Richtig lüften



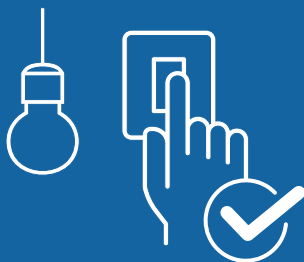
**Stoßlüften ist besser, als das Fenster zu kippen.** Es spart Energie und verhindert die Schimmelbildung.

### UND SO GEHT'S:

1. **Heizung runterdrehen**
2. **Fenster für 2 Minuten komplett öffnen** und die Zimmertür öffnen, damit ein Durchzug entsteht.
3. **Fenster wieder schließen** und Heizung wieder anschalten.

# 4

## Licht ausschalten



**Oft sorgt schon das Tageslicht für genug Helligkeit.** Ansonsten Licht nur anschalten, wenn jemand im Raum ist, sonst verbraucht man unnötig viel Strom.

# 5

## Steckerleiste mit Stromschalter nutzen



Elektrische Geräte wie Fernseher oder Computer immer komplett ausschalten (nicht nur mit der Fernbedienung). **Auch im Standby-Modus verbrauchen Elektrogeräte Strom und kosten Geld.** Mit einer Steckerleiste mit Kippschalter kann man sie vollständig ausschalten und Kosten sparen.

# 6

## Clever waschen



Mit diesen **3 Schritten** kann man beim Waschen viel Energie sparen:

1. Waschmaschine immer **voll beladen**.
2. Leicht verschmutzte Wäsche wird auch bei **niedrigen Temperaturen** sauber (20, 30 oder 40 Grad).
3. **Eco-Programme** der Waschmaschine nutzen.
4. **Wäschetrockner vermeiden**. Auf der Leine wird die Wäsche auch trocken.

**!!! Achtung:** Aus hygienischen Gründen empfiehlt es sich, einmal in der Woche mit 60 Grad zu waschen.

# 7

## Lieber duschen als baden



Beim Duschen braucht man in der Regel weniger warmes Wasser als beim Baden. **Eine Badewanne verbraucht bis zu 5-mal mehr Energie** als ein Duschgang.

# 8

## Schlau kochen



**Auch beim Kochen** lässt sich einiges sparen.

- 1. Töpfe immer passend zur Platte wählen:** Ist der Topf zu klein, geht Energie verloren. Ist der Topf zu groß, verbraucht er zu viel Energie.
- 2. Topf mit Deckel wählen.** Dann geht die Wärme nicht verloren.
- 3. Für Kartoffeln und Gemüse reichen meist schon wenige Zentimeter Wasser** und ein geschlossener Deckel. Mehr Wasser verbraucht mehr Energie und ist damit teurer.
- 4. Wasser besser im Wasserkocher erhitzen** als im Topf. Das geht schneller und verbraucht weniger Energie. Und immer nur so viel Wasser nehmen, wie man auch wirklich braucht.
- 5. Herdplatten etwas früher abschalten:** Die Restwärme reicht meist, um das Essen fertig zu kochen.
- 6. Beim Backofen lieber Umluft** statt Ober- und Unterhitze nutzen.

# 9

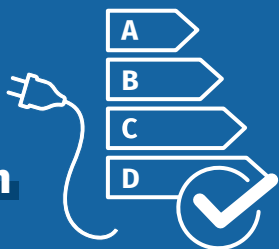
## Spülmaschine voll beladen



**Eine volle Spülmaschine ist billiger** als mit der Hand zu spülen. Durch das laufende Wasser verbraucht man in der Regel mehr Energie.

# 10

## Energieverbrauch kennen



**Beim Kauf von neuen Geräten lohnt es sich, auf den Energieverbrauch zu achten.** In der Beschreibung ist immer der Jahresverbrauch in Kilowattstunden (kWh) angegeben. Wenn man diesen Energieverbrauch in Euro umrechnet, zeigt sich, welche Geräte besonders teuer im Verbrauch sind. Manchmal ist es auf Dauer günstiger, jetzt etwas mehr Geld auszugeben, um später weniger Stromkosten zu haben.

# #lüneburg steht zusammen

Aktuelle Informationen zur  
Energieversorgung in Lüneburg  
gibt's unter

[www.lüneburg-steht-zusammen.de](http://www.lüneburg-steht-zusammen.de)



**Hansestadt Lüneburg**

Hansestadt Lüneburg  
Am Ochsenmarkt 1  
21335 Lüneburg

**avacon**

Avacon Netz GmbH  
Lindenstraße 45  
21335 Lüneburg

**Ein gemeinsames Projekt der  
Hansestadt Lüneburg und Avacon.**