

# PRESSEMITTEILUNG

Berlin, 23. Februar 2023

## Energiesparmythen: Der Stromverbrauch zwischen Legenden und Wirklichkeit

**In Zeiten hoher Energiepreise haben Mythen und Halbwahrheiten rund um das Thema Stromverbrauch Konjunktur. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale ordnet weitverbreitete Glaubenssätze richtig ein.**

### Sparen Kombi-Geräte Energie?

Kombinationen aus Waschmaschine und Trockner bestechen meist durch ihre Platzersparnis: Ein Gerät beinhaltet die Funktionen zweier Geräte. Dennoch sind Waschtrockner eher platzsparende Stromfresser. Viele dieser Kombi-Geräte verbrauchen nämlich mehr Strom und Wasser als Waschmaschine und Trockner separat. Während neuere Wäschetrockner meist auf eine sparsamere Wärmepumpentechnik setzen, sind in Kombi-Geräten oft spezielle Kondentrockner verbaut, die nicht nur mehr Strom, sondern zusätzlich Wasser verbrauchen, um den Waserdampf abzukühlen.

**Gut zu wissen:** Trotz Wärmepumpentechnologie gehören Wäschetrockner zu den größten Energiefressern im Haushalt. Auch moderne Geräte verbrauchen bis zu 250 Kilowattstunden im Jahr, was Kosten von mehr als 100 Euro pro Jahr verursachen kann.

Auch die Erleichterung der Hausarbeit fällt geringer aus als gedacht, da Kombi-Geräte oft nur die Hälfte der Waschladung in einem Durchgang trocknen können. So muss die zweite Hälfte vorher entnommen und entweder in einem zweiten Durchgang oder an einem anderen Ort getrocknet werden. Der geringste Energieaufwand entsteht, wenn die Wäsche auf einem Wäscheständer oder der Wäscheleine trocknet.

Martin Brandis, Energieexperte der Verbraucherzentrale: „Waschtrockner sind nur in Haushalten zu empfehlen, die weder Platz für einen Wäscheständer noch für einen separaten Trockner haben.“

### Muss Bettwäsche bei 60 Grad gewaschen werden?

Martin Brandis erklärt: „Rund fünf Prozent des Haushaltsstromverbrauchs entfallen auf das Waschen der Wäsche. Das bedeutet, dass bei einem Drei-Personen-Haushalt mit einem Stromverbrauch von 3.800 Kilowattstunden (kWh) im Jahr für das Wäschewaschen jährlich 190 kWh Strom benötigt werden.“

Cool bleiben: Je niedriger die Waschtemperatur, desto weniger Strom wird verbraucht. Bei normal verschmutzter Wäsche reichen Temperaturen von 30 bis 40 Grad Celsius aus. Leicht verschmutzte Buntwäsche wird oft schon im 20-Grad-Programm sauber. 60-Grad- oder gar 90-Grad-Programme sind nur noch in seltenen Ausnahmefällen, zum Beispiel bei Wäsche von kranken Menschen, erforderlich.

Einen großen Einfluss hat außerdem die Auslastung der Waschmaschine. Dabei geht es darum, das Fassungsvermögen der Trommel voll auszuschöpfen und sie nur vollbeladen anzuschalten. Zur Hälfte gefüllte Maschinen verbrauchen unnötig viel Waschmittel, Strom und Wasser. Auch die Beladungsautomatik hilft hier nicht



### PRESSEKONTAKT

Bitte nicht veröffentlichen!

Beate Bahls

Verbraucherzentrale  
Bundesverband e. V.  
Team Energieberatung  
Rudi-Dutschke-Straße 17  
10969 Berlin

Tel.: (030) 25 800-173  
eteam@vzbv.de

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**80 MILLIONEN GEMEINSAM FÜR ENERGIEWECHSEL**

verbraucherzentrale



weiter, da sie lediglich den Wasserverbrauch der Wäschemenge anpasst und dabei immer noch einen verhältnismäßig hohen Wasserverbrauch veranlasst. Daher ist zu empfehlen, die Größe der Waschmaschine nach der Anzahl der im Haushalt lebenden Personen auszuwählen. In den meisten Haushalten mit zwei oder drei Personen reicht eine Größe von sechs Kilogramm Füllmenge. Eine Faustregel empfiehlt zwei Kilogramm pro Person.

Auch die Wahl des Waschprogramms hat Einfluss auf den Verbrauch. So sparen Energiespar-Programme, auch Eco-Programme genannt, Energie und Wasser, auch wenn sie länger dauern.

Zu guter Letzt: Abschalten! Moderne Waschmaschinen verbrauchen auch dann Strom, wenn sie nicht waschen. Um diesen Stand-by-Modus der Waschmaschine abzuschalten, nutzen Sie eine abschaltbare Steckdose.

### **Spart ein voller Kühlschrank Energie?**

Kühlen und Gefrieren benötigen bis zu 20 Prozent des Strombedarfs im Haushalt. Sein Inhalt hat jedoch nur geringen Einfluss auf den Energieverbrauch eines Kühlschranks. Entscheidender sind die Größe und die Energieeffizienz des Modells. Die sparsamsten neuen Modelle haben die Effizienzklasse A. Sie verbrauchen weniger Strom als ältere Schränke oder solche mit schlechten Effizienzklassen. Weil Kühlschränke lange genutzt werden, ist es sinnvoll, bei einer Neuanschaffung Effizienzklasse C oder besser zu wählen, auch wenn der Preis höher ist. Der vorzeitige Austausch eines alten Stromfressers durch ein sparsames Modell ist in manchen Fällen wegen der geringeren Stromkosten sogar wirtschaftlich interessant. Single- oder Zwei-Personen-Haushalte kommen in der Regel mit 100 bis 150 Liter Nutzinhalt aus. Bei mehr Personen im Haushalt kann mit weiteren 50 Litern pro Person gerechnet werden.

„Viel zu groß sind meistens die beliebten doppeltürigen Kühl-Gefrier-Kombinationen“, gibt Martin Brandis zu bedenken: „Die können unbändigen Energiehunger entwickeln, weil sie nicht selten ein Fassungsvermögen von bis über 600 Litern aufweisen.“

Neben Größe und Modell hat auch der Platz, an dem der Kühlschrank steht, Einfluss. Besonders warme Orte an Heizung, Herd oder mit direkter Sonneneinstrahlung sollten vermieden werden.

Auch das eigene Verhalten beeinflusst den Stromverbrauch:

- ❖ Umso häufiger und länger der Kühlschrank geöffnet wird, desto mehr Strom verbraucht er.
- ❖ Daneben ist die Temperatur der Lebensmittel, die in den Kühlschrank gestellt werden, ausschlaggebend: Je wärmer sie sind, desto mehr Energie muss aufgewandt werden, um sie abzukühlen.
- ❖ Auch die Temperatureinstellung im Kühlschrank selbst beeinflusst den Energieverbrauch. Zu empfehlen sind 7 Grad Celsius auf der obersten Ebene. Das entspricht der Reglerstufe 1 oder 2. Mit einem Kühlschrank-Thermometer lässt sich die Temperatur kontrollieren.
- ❖ Bildet sich eine Eisschicht im Kühlschrank, sollte er abgetaut werden.
- ❖ Auch Gefrierschränke und -truhen sollten regelmäßig abgetaut werden, um möglichst energieeffizient zu arbeiten.



Gut zu wissen: Der jährliche Stromverbrauch von Kühl- und Gefrierschränken unterscheidet sich enorm. Der Stromverbrauch eines neuen Kühlschranks sollte unter 100 Kilowattstunden (kWh) liegen. Selbst bei hocheffizienten Kühl-Gefrier-Kombinationen liegt der Verbrauch nur wenig darüber. Ältere Kühlgeräte benötigen dagegen nicht selten mehr als 300 kWh. Als wahre Stromfresser erweisen sich die meist viel zu großen doppeltürigen Varianten, deren Verbrauch bis 500 kWh betragen kann.

Weitere Fragen zum Energiesparen beantwortet die Energieberatung der Verbraucherzentrale mit ihrem umfangreichen Angebot. Die Beratung findet online, telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch statt. Unsere Energie-Fachleute beraten anbieterunabhängig und individuell. Mehr Informationen gibt es auf [www.verbraucherzentrale-energieberatung.de](http://www.verbraucherzentrale-energieberatung.de) oder bundesweit kostenfrei unter **0800 – 809 802 400**. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.

#### Über uns:

Die Energieberatung der Verbraucherzentrale bietet das größte unabhängige Beratungsangebot zum Thema Energie in Deutschland. Seit 1978 begleitet sie private Verbraucher:innen mit derzeit über 900 Energieberater:innen und an mehr als 900 Standorten in eine energiebewusste Zukunft. Jedes Jahr werden mehr als 180.000 Haushalte zu allen Energie-Themen unabhängig und neutral beraten, beispielsweise Energiesparen, Wärmedämmung, moderne Heiztechnik und erneuerbare Energien. Die durch die Beratungen eines Jahres bewirkten Energieeffizienzmaßnahmen führen zu einer Einsparung an Energie, die einem Güterzug von über 100 km Länge voller Steinkohle entspricht.