



PRESSEMITTEILUNG

Berlin, 9. Juni 2022

Unabhängiger werden von fossilen Energien: Heute anfangen für Klimaschutz

Teil 4 unserer Serie: Stromverbrauch senken

Die Zeit ist reif für Veränderung: Die Energieberatung der Verbraucherzentrale informiert private Haushalte, wo am meisten Energie eingespart werden kann – in Eigenleistung und ohne große Investitionen. Teil 4 der Serie widmet sich dem Thema Stromverbrauch.

Etwa 16 Prozent der in Privathaushalten genutzten Energie wird für Strom verbraucht. Dabei wird das Gros des Stroms für große Haushaltsgeräte, Unterhaltungs- und Kommunikationselektronik genutzt. In vielen Haushalten ist der Stromverbrauch unnötig hoch. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale gibt Tipps zum Stromsparen und ordnet sie in ihrer Effektivität ein.

Geräte optimal nutzen

Kühl- und Gefriergeräte verbrauchen viel Strom: Sind sie in mehrfacher Ausführung im Haushalt vorhanden, steigt der Energieverbrauch enorm. Leistet der Zweitkühlschrank zu Feierlichkeiten noch gute Dienste, sollte er anschließend wieder vom Netz genommen werden. Auch die optimale Kühl- und Gefriertemperatur hilft den Stromverbrauch zu optimieren:

- ❖ Kühlschrank: maximal + 7 Grad Celsius
- ❖ Gefriergeräte: nicht wärmer, aber auch nicht kälter als -18 Grad Celsius.

Wenn die Geräte keine Abtau-Automatik haben, sollten sie regelmäßig abgetaut werden. Eisschichten erhöhen den Stromverbrauch deutlich.

Auch Trockner, Waschmaschine und Geschirrspüler verbrauchen viel Strom. Generell gilt: Betreiben Sie die Geräte nur voll ausgelastet, und nutzen Sie als Alternative zum Trockner Wäscheleinen – mit Wind und Sonne.

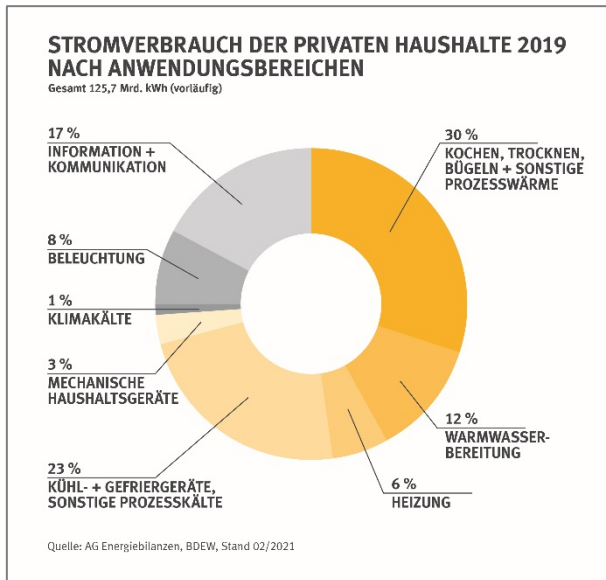
Tipp: Sind Netzstecker schwer zu erreichen, helfen schaltbare Steckerleisten und Zeitschaltuhren, um Stand-by-Verluste zu minimieren.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages





Die Grafik zeigt, welche Bereiche im Haushalt den höchsten Stromverbrauch verursachen.

Weniger ist mehr

Strom kann in verschiedenen Bereichen des Haushalts eingespart werden. Mehr als ein Viertel des Stromverbrauchs entfällt auf Kommunikations- und Informationstechnik, wie Fernseher, Laptop, Spielkonsole und WLAN, gefolgt von Kühl- und Tiefkühlschränken. Um möglichst viel zu sparen, sollte der Stromverbrauch häufig genutzter Haushaltsgeräte unter die Lupe genommen werden. Maßnahmen mit hoher Wirksamkeit können sein:

- ❖ WLAN nur Einschalten, wenn es genutzt wird.
- ❖ Nutzen Sie das jeweils sparsamste Gerät: Smartphones verbrauchen weniger Strom als Tablets. Tablets verbrauchen weniger Strom als Notebooks. Und Notebooks verbrauchen weniger Strom als Desktop-PC's.
- ❖ Ein gutes Buch schlägt eine schlechte Netflix-Serie – auch beim Verbrauch.
- ❖ Setzen Sie bei Beleuchtung auf LED.
- ❖ Für die Umwelt: Verbrauchen Sie Strom am besten dann, wenn viel regenerativer Strom im Netz ist: Tagsüber und bei Wind.

Was bringt es den Stromverbrauch zu senken?

Die oben genannten Maßnahmen ermöglichen Stromeinsparungen im unteren zweistelligen Prozentbereich. Wer die genauen Stromeinsparungen ermitteln möchte, kann sich bei der Energieberatung der Verbraucherzentrale ein Strommessgerät ausleihen.

Risiken und Nebenwirkung den Stromverbrauch zu senken

Das Abschalten kann bei einzelnen Geräten Nebenwirkungen haben, besonders wenn es unbeabsichtigt erfolgt. Der Gefrierschrank an der Steckerleiste kann für Überraschungen sorgen, wenn diese in bester Absicht, aber leichtfertig vor der Abreise ausgeschaltet wurde. Bei anderen Geräten sorgt ein Blick in die Geräte-Bedienungsanleitung für Sicherheit.

Bei Fragen zum Thema Stromverbrauch senken hilft die Energieberatung der Verbraucherzentrale mit ihrem umfangreichen Angebot weiter. 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 oder bundesweit kostenfrei unter [0800 – 809 802 400](tel:0800-809802400). Kostenfreie Online-Vorträge zu Energiethemen finden Sie unter www.verbraucherzentrale-energieberatung.de/veranstaltungen. 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 700 Energieberater:innen und an mehr als 900 Standorten in eine energiebewusste Zukunft. Jedes Jahr werden mehr als 150.000 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.