

Gemeinsam Energie sparen

SCHONEN SIE DIE UMWELT
UND IHREN GELDBEUTEL



ENERGIE STEIERMARK



In Kooperation mit



Das Land
Steiermark



Energie effizient einsparen

Verantwortungsvoll mit Energie und den vorhandenen Ressourcen umgehen. Das schont die Umwelt und Ihr Budget. Besonders in den eigenen vier Wänden gibt es zahlreiche Möglichkeiten, um mit wenig Aufwand den Stromverbrauch zu reduzieren. Dabei ist es für uns als Energie Steiermark kein Widerspruch, als Energieversorger unseren Kunden beim Energiesparen zu helfen.

Mit diesem Ratgeber, der zusammen mit dem Land Steiermark erarbeitet wurde, erhalten Sie nicht nur ein Nachschlagewerk zum Thema Energieeffizienz, sondern bekommen praktikable Tipps für Energieeinsparungen in Ihrem Haushalt.

EINE KOOPERATION VON



Gut fürs Klima, gut fürs Konto

In dieser herausfordernden Zeit bekommt der sorgsame Umgang mit Energie besonderes Gewicht.

Jeder kann in seinen eigenen vier Wänden dazu beitragen, wertvolle Ressourcen und bares Geld zu sparen! Die Energie Steiermark will mit praktischen Infos und Tipps dabei unterstützen.



Was kann 1 Kilowattstunde (kWh)?



1 Ladung
Wäsche waschen



1 Stunde
staubsaugen



7 Stunden
fernsehen



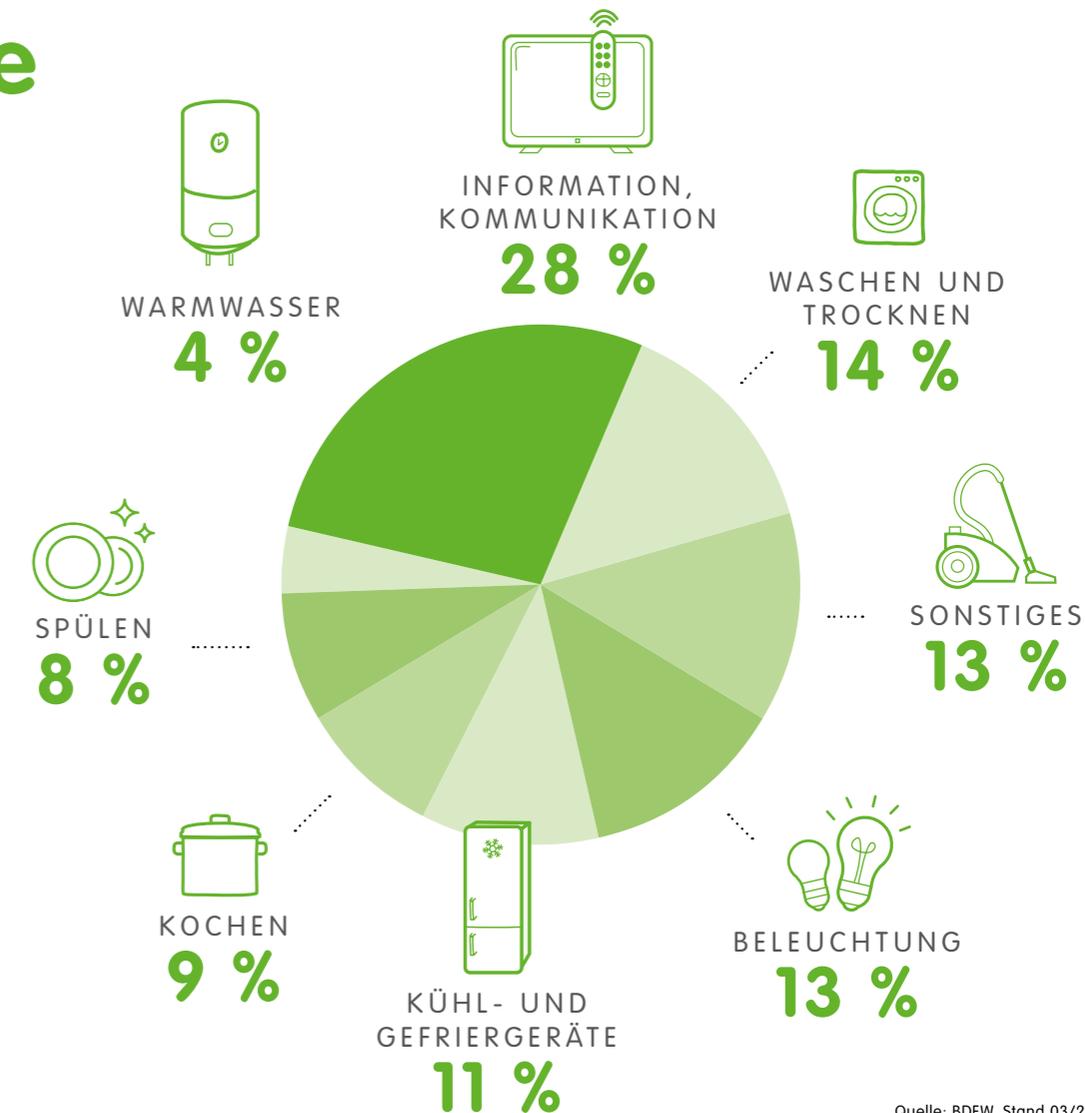
1 Gugelhupf
backen

Um eine Kilowattstunde zu erzeugen, müsste man 10 Stunden am Hometrainer strampeln!



Welche Bereiche benötigen den meisten Strom zu Hause?

Der Stromverbrauch variiert je nach Haushaltsgröße, Gebäudeart, Wohnfläche oder Ausstattung mit elektrischen Geräten. Im Durchschnitt sind Unterhaltungselektronik, Waschen und Trocknen sowie die Beleuchtung die stärksten Stromverbraucher.



Wissen Sie, wie viel Strom Sie brauchen?

Energiesparen ist nicht unbedingt mit Investitionen verbunden.

Beim Bedienen der Geräte kann Energie gespart werden, ohne Komfort einzubüßen.

Selbst bei energiesparenden Geräten liegt es letztlich an uns selbst, wie viel Strom diese verbrauchen.



Stromverbrauch MIT und OHNE elektrische Warmwasserbereitung

Angaben in kWh/Jahr		NIEDRIG	MITTEL	HOCH
 1-Personen-Haushalt	OHNE elektrische Warmwasserbereitung	< 1.200	1.200–2.300	> 2.300
	MIT elektrischer Warmwasserbereitung	< 1.700	1.700–2.800	> 2.800
 2-Personen-Haushalt	OHNE elektrische Warmwasserbereitung	< 2.100	2.100–4.000	> 4.000
	MIT elektrischer Warmwasserbereitung	< 3.000	3.000–4.800	> 4.800
 3-Personen-Haushalt	OHNE elektrische Warmwasserbereitung	< 2.700	2.700–5.000	> 5.000
	MIT elektrischer Warmwasserbereitung	< 4.000	4.000–6.300	> 6.300
 4-Personen-Haushalt	OHNE elektrische Warmwasserbereitung	< 3.100	3.100–5.700	> 5.700
	MIT elektrischer Warmwasserbereitung	< 4.800	4.800–7.500	> 7.500

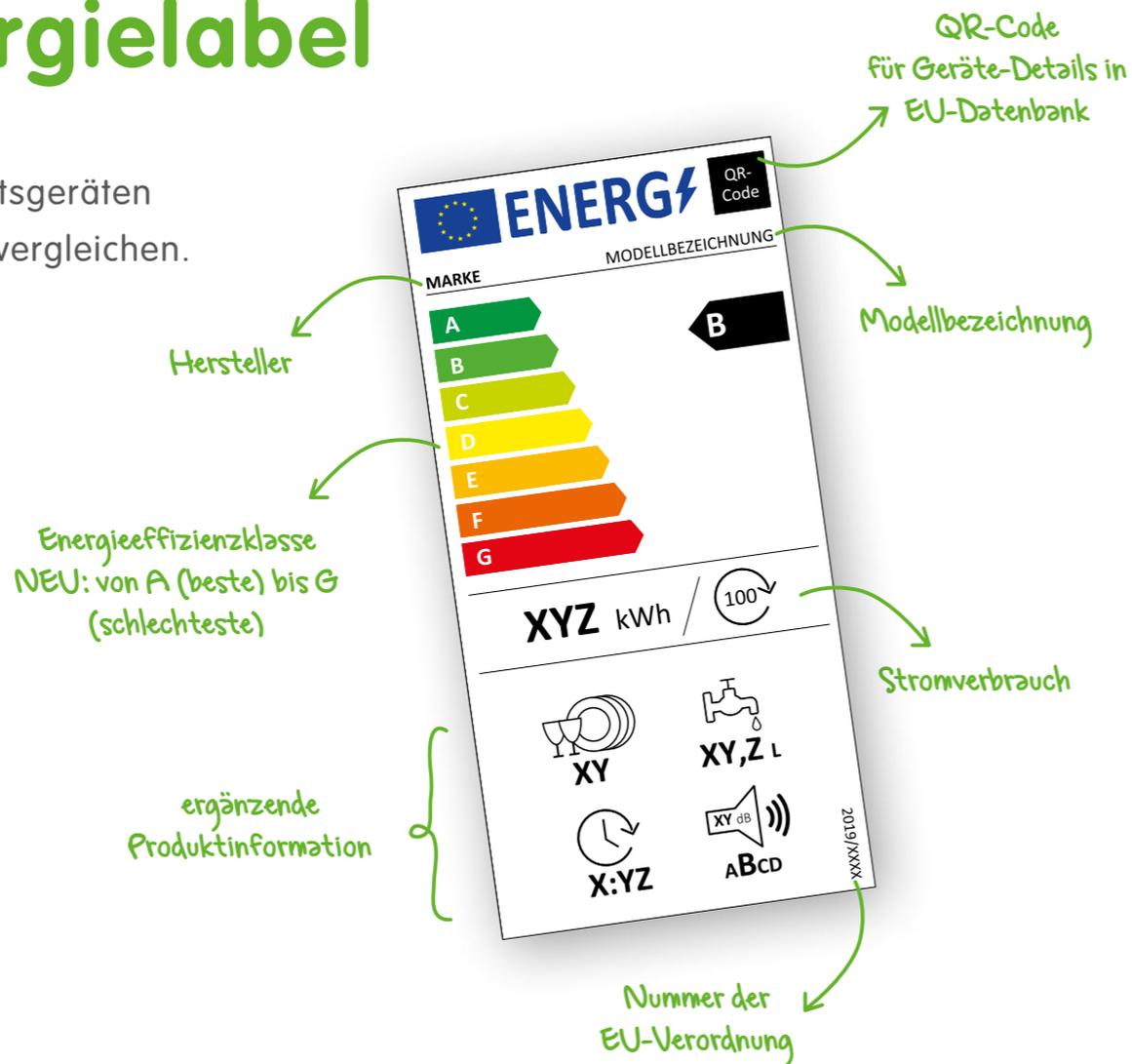
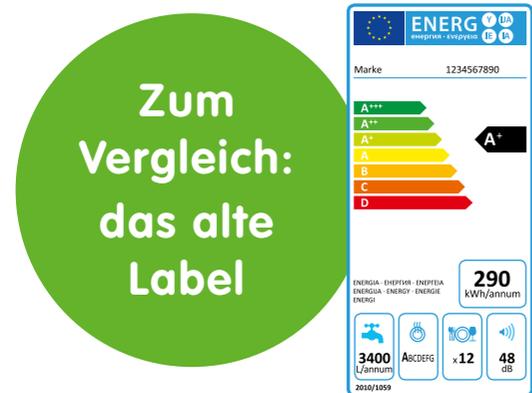


Tipps für den Haushalt

Einfach Strom sparen im Alltag

Das neue Energielabel

Es lohnt sich, beim Kauf von Haushaltsgeräten die Angaben am EU-Energielabel zu vergleichen. Auf der neuen Skala steht A für die höchste Effizienzklasse – perfekt, um künftig Strom zu sparen.



Wer sind die größten Energiefresser?

Alte Geräte verbrauchen oft unnötig viel Energie.

Ein Umstieg auf neue, effiziente Modelle senkt die Stromkosten nachhaltig. Aber auch eine clevere Nutzung kann viel bewirken!

Top 5 Stromfresser



So arbeitet die Waschmaschine effizient

i ERSPARNIS pro Waschgang

Bis zu **60 % Strom**

Ein neues Gerät der Effizienzklasse A braucht bei jedem Waschgang rund ein Drittel weniger Strom als eine alte Waschmaschine. Diese Tipps helfen, zusätzlich Energie und Geld zu sparen: Wäsche sortieren, möglichst niedrige Temperaturen wählen und die Trommel füllen!

Einsparungspotenzial in %



40 %

voll befüllen



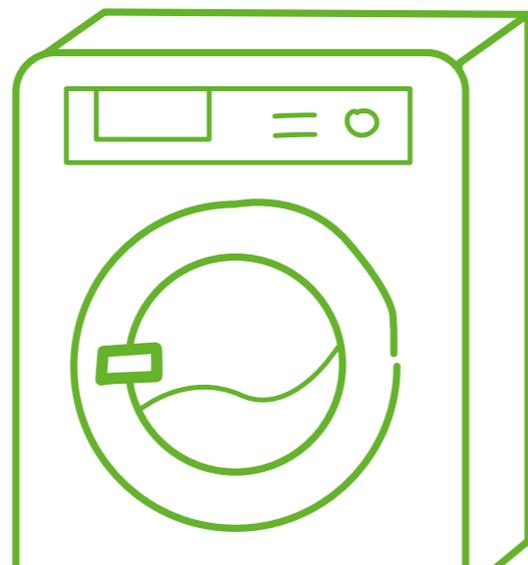
60 %

60 °C statt
90 °C



30 %

Eco-Programm
40 °C



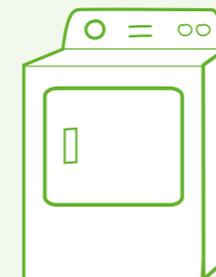
Sind Wäschetrockner Stromfresser?

i ERSPARNIS pro Trockengang

Bis zu **65 % Strom**

Es kommt auf das Gerät an! Ein energieeffizienter Wärmepumpen-Kondensationstrockner amortisiert sich nach wenigen Jahren durch stark reduzierte Stromkosten im Vergleich zu einem älteren Modell.

altes Gerät



STROM PRO
TROCKENGANG

**4,0
kWh**



neues Gerät



STROM PRO
TROCKENGANG

**1,4
kWh**



Wäsche trocknen, aber richtig

Hochtourig geschleuderte Wäsche hat weniger Restfeuchtigkeit, was den Trockner entlastet. Gereinigte Siebe, eine mittlere Füllmenge und das passende Programm erhöhen die Effizienz. Aber völlig kostenlos trocknet die Wäsche an der frischen Luft oder in beheizten Räumen!

Restfeuchtigkeit in %



100 %
mit 500 U/min



60 %
mit 1.000 U/min



46 %
mit 1.600 U/min

Umdrehungen
pro Minute

i ERSPARNIS pro Trockengang

Bis zu **20 % Strom**



Kühl- und Gefriergeräte optimieren

Kühlschrank und Tiefkühlfächer sind unverzichtbar und rund um die Uhr in Betrieb, daher machen sich effiziente Geräte bezahlt!

i ERSPARNIS pro Tag

Bis zu **60 % Strom**

Das kostet unnötige Energie

⚡ alte oder zu große Geräte

⚡ mangelhafte Dichtungen

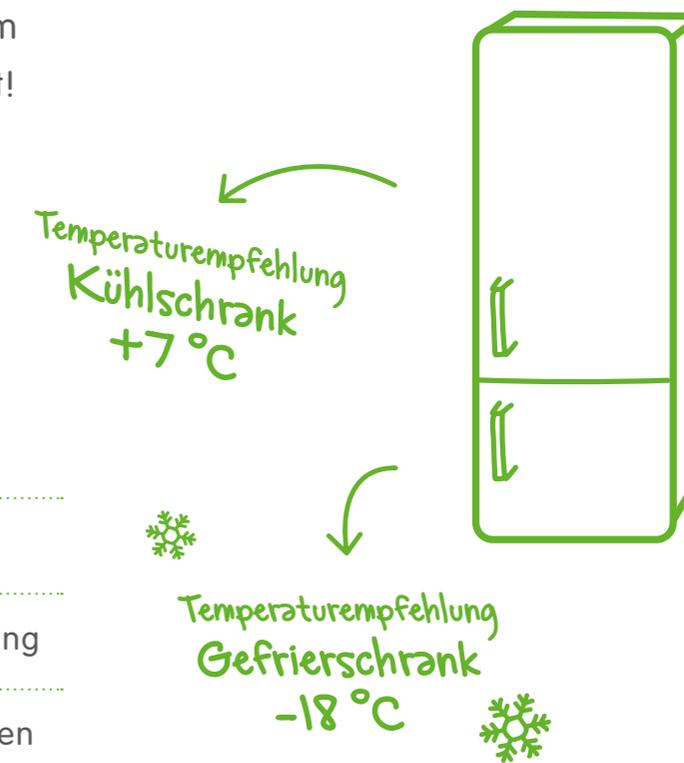
⚡ warmer Standort

⚡ verlegte Lüftungsgitter

⚡ vereistes Gefrierfach

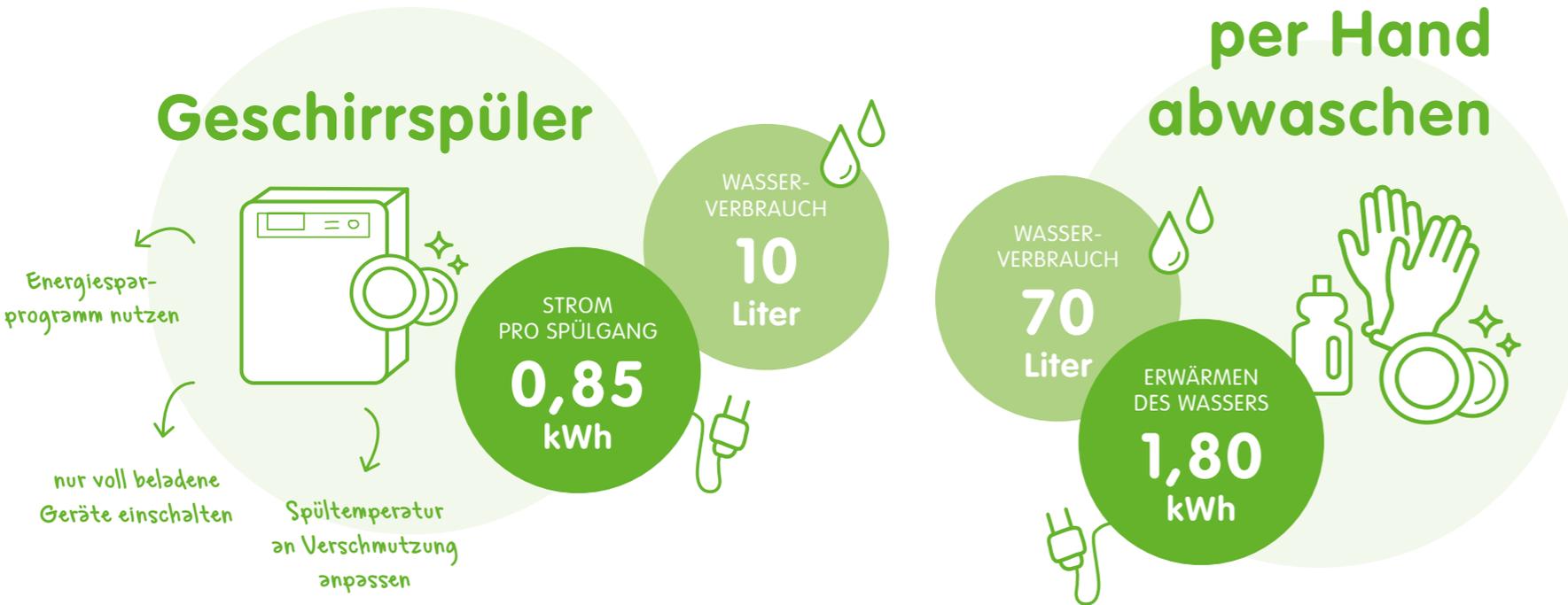
⚡ zu tiefe Temperatureinstellung

⚡ häufiges und längeres Öffnen



Günstig Geschirr spülen

In der Spülmaschine wird das Geschirr effizienter sauber als beim händischen Abwaschen. Vorausgesetzt, der Geschirrspüler ist ein energiesparendes Gerät und wird voll beladen.

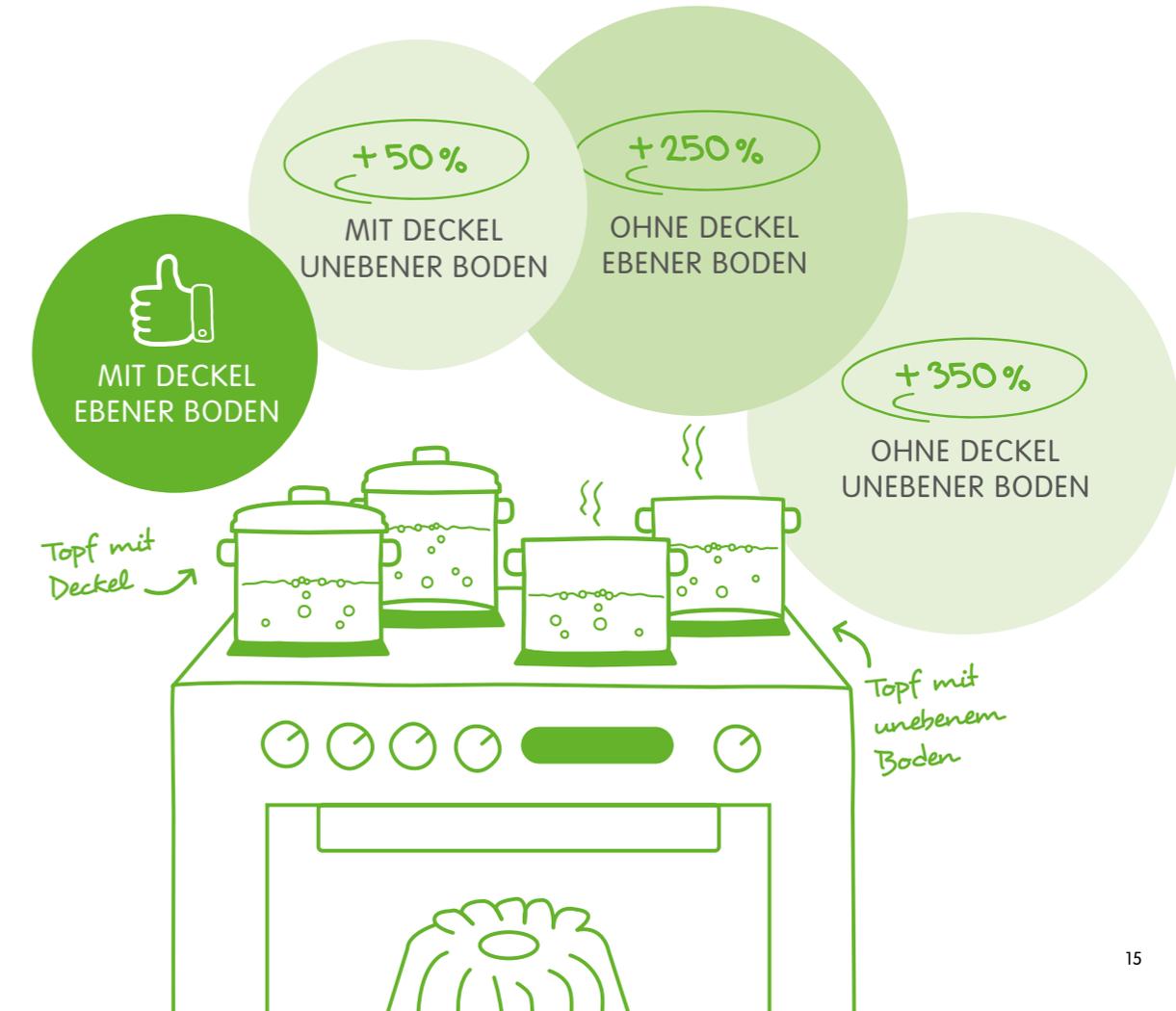


i ERSPARNIS pro Spülgang
0,95 kWh | **60 Liter**

Strom sparen am Herd

Wer beim Kochen Zeit und Geld sparen will, verwendet Kochgeschirr mit ebenem Boden und Deckel, erhitzt nicht mehr Wasser als nötig, reduziert rechtzeitig die Temperatur und nutzt die Restwärme von Herdplatten und Backrohr.

i ERSPARNIS
Bis zu einer Menge von **1,5l** ist der **Wasserkocher** die effizienteste Möglichkeit zum Erwärmen von Wasser.



Energie-sparen mit Hausverstand

Daheim arbeiten, aber günstig



Beim Verlassen des Raumes
Licht aus!

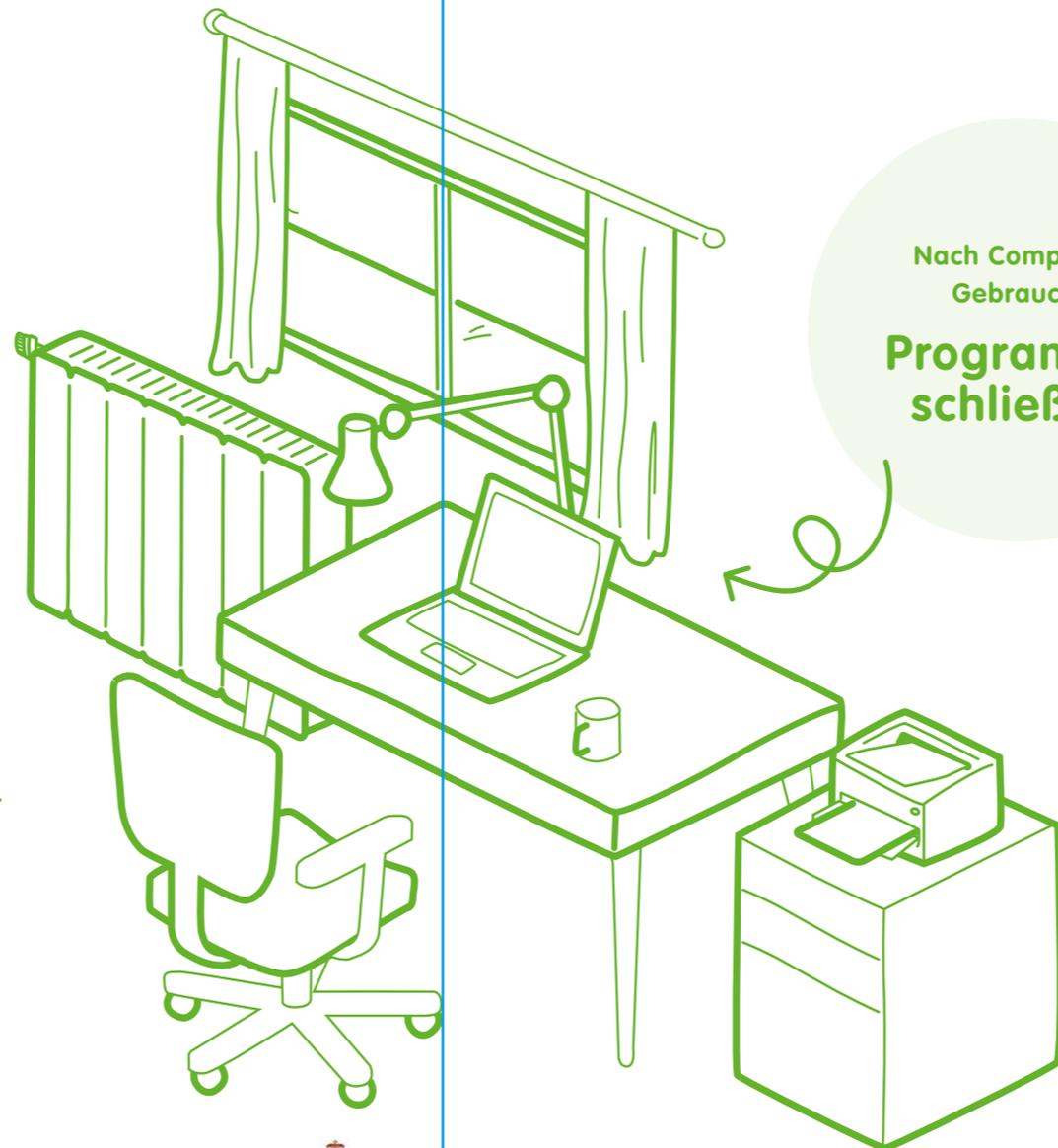


regelmäßig entlüften:
bis zu 10 % Heizkosten sparen

Energieeffiziente Leuchtmittel sparen bis zu
80 % Energie



Tageslicht zum Nulltarif:
offene Vorhänge + Rollos



Nach Computer-Gebrauch: **Programme schließen**

optimale Bildschirmhelligkeit
50-70 %



Einstellungen checken:
Energiesparprogramm



Überlegung:
Ist der Ausdruck nötig?



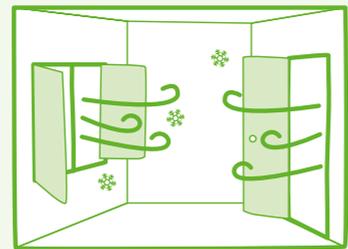
Papier und Toner sparen:
beidseitiger oder Schwarzweiß-Druck

Nach Gebrauch **Geräte ausschalten**



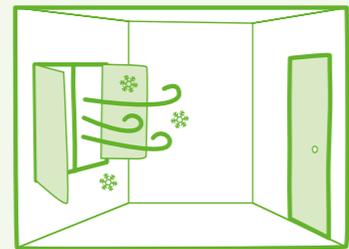
Energie- sparen mit Hausverstand

Richtig lüften und
Wasser sparen



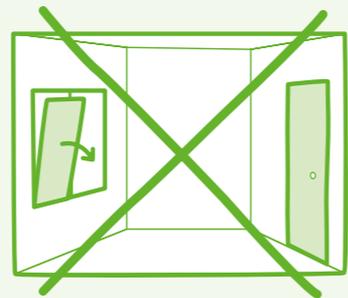
Querlüften

1-5 Min. | 3-4 x täglich
möglichst gegenüberliegende
Fenster/Türen gleichzeitig ganz
geöffnet



Stoßlüften

5-10 Min. | 3-4 x täglich
Fenster eines Raumes werden
ganz geöffnet

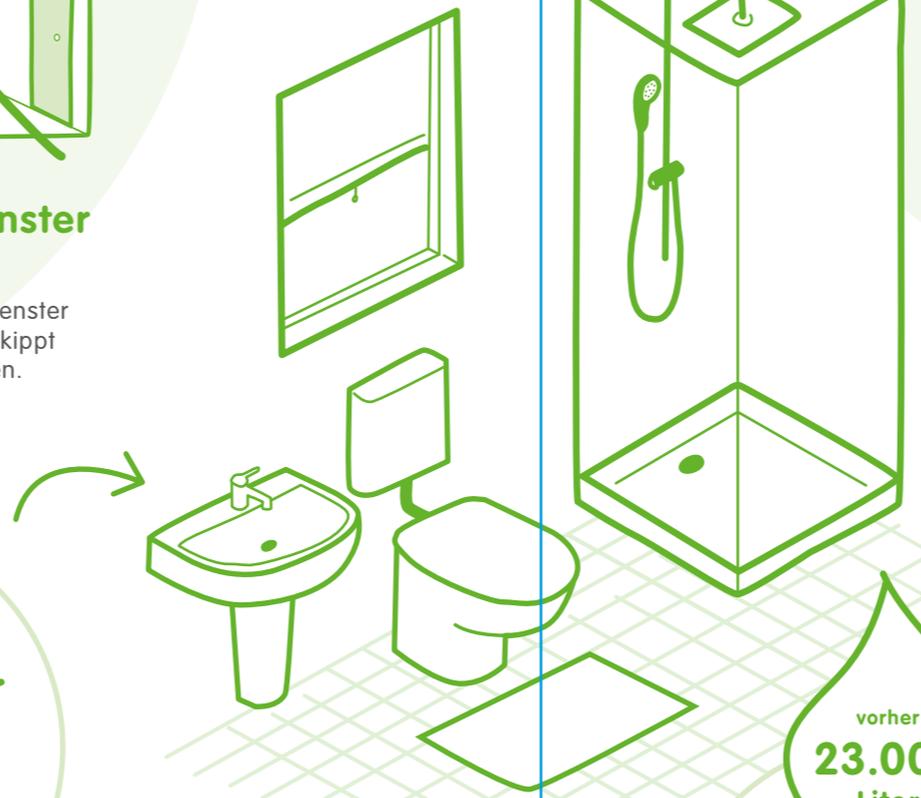


gekipptes Fenster

Falsch!
Im Winter soll das Fenster
nicht dauerhaft gekippt
gehalten werden.

**Bewusst
kaltes Wasser**

Mischer auf Kalt stellen
spart Warmwasser



Dusche
bei 37 °C

WASSER-
VERBRAUCH
30-50
Liter

STROM
ZUM ERWÄRMEN
1-1,7
kWh

Badewanne
bei 37 °C

WASSER-
VERBRAUCH
150-180
Liter

STROM
ZUM ERWÄRMEN
5-6
kWh

vorher
23.000
Liter

nachher
14.000
Liter

**Armaturen-
tausch**
Küche, Bad, Duschkopf

täglicher Warm-
wasserverbrauch
135 Liter
pro Person

15 Liter
Küche

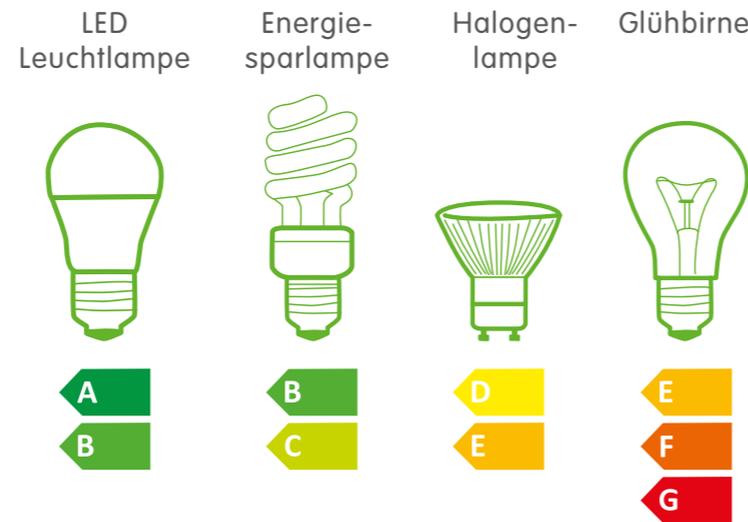
Sparsame Leuchtmittel wählen

Es lohnt sich, beim Lampenkauf auf die Effizienzklasse zu achten. Herkömmliche Glühbirnen und Halogenlampen sind Stromfresser! Moderne LED-Technologie spart bis zu 80 % Energie und ist durch die lange Lebensdauer (20.000 Stunden) auch preisgünstiger.

Leistungsaufnahme Glühlampe		Lichtmenge	Leistungsaufnahme LED-Lampe
25 Watt		220+ Lumen	4 Watt
40 Watt		400+ Lumen	6 Watt
60 Watt		700+ Lumen	10 Watt
100 Watt		1300+ Lumen	18 Watt

i ERSPARNIS pro Jahr

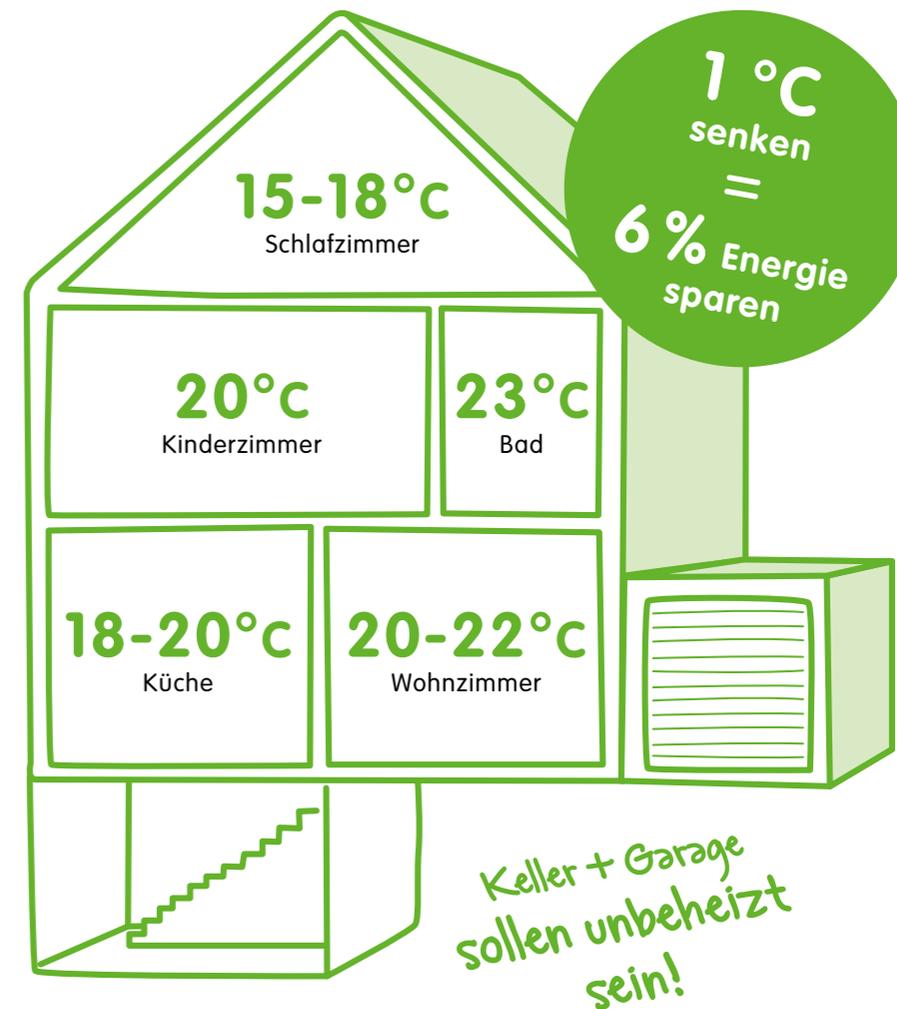
Bis zu **80 % Strom**



Hohe Temperaturen vermeiden

Ein Grad weniger bei der Raumtemperatur spart bis zu sechs Prozent Energie.

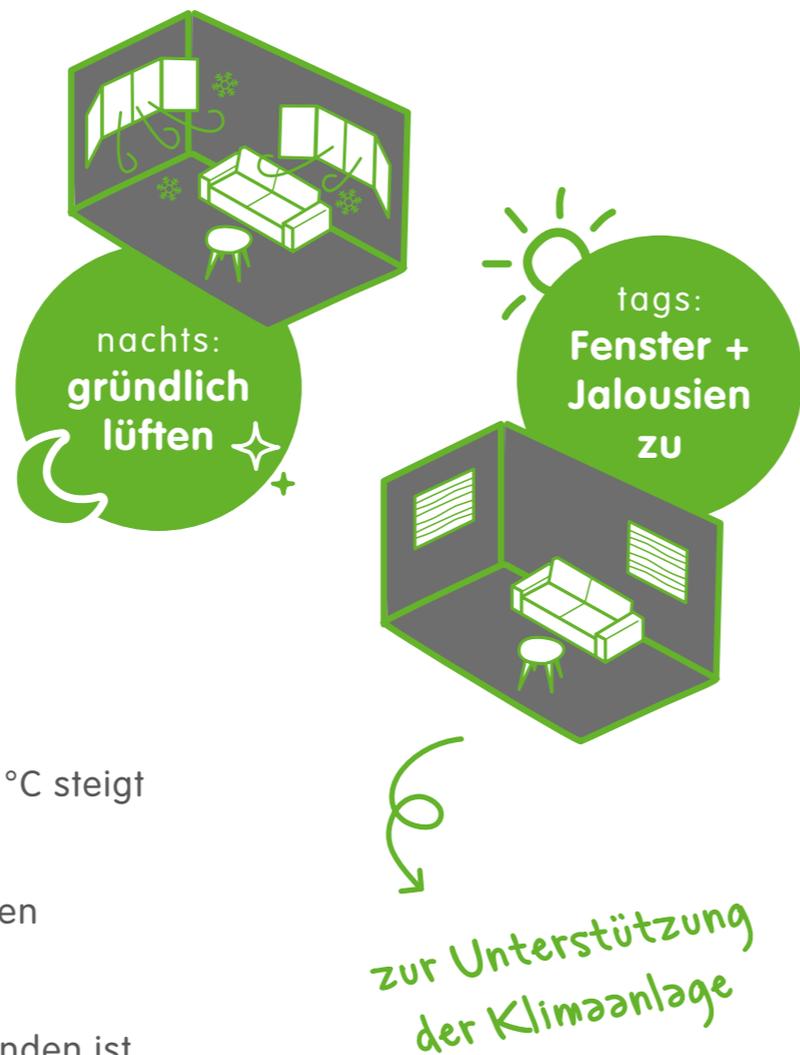
Achten Sie auf die ideale Temperatur für jeden Raum!



Klimaanlage mit Köpfchen

Wird für gewisse Räume eine Klimaanlage benötigt, sollte man ...

- Dimensionierung und Positionierung mit Klima-Profis besprechen
- ein hocheffizientes, umweltfreundliches Gerät wählen
- die Anlage fachgerecht installieren lassen
- sie nur einschalten, wenn die Raumtemperatur über 25 °C steigt
- sie nur einschalten, wenn andere Maßnahmen (natürliches Lüften und Beschatten) nicht mehr ausreichen
- Türen und Fenster geschlossen halten, wenn sie läuft
- die Sonnenstunden nutzen, wenn eine PV-Anlage vorhanden ist



Während des Urlaubs zu Hause Energie sparen

Ein paar Handgriffe vor der Abreise sparen Energiekosten in der leeren Wohnung.



Checkliste

- Elektrogeräte komplett abschalten
- Heizungen abdrehen oder in Eco-Modus versetzen
- Beleuchtung komplett abdrehen
- Klimaanlage ausschalten



Wohngebäude sanieren

Der erste Schritt ist eine Energieberatung, um den Ist-Zustand zu analysieren und ein Sanierungskonzept zu erstellen. Dieses enthält Vorschläge zur Mängelbehebung und Verbesserung der Energiebilanz sowie mögliche Förderungen.

Das bringt eine Sanierung:

- geringerer Energieverbrauch aufgrund höherer Energieeffizienz
- Heizkostenminimierung
- Wertsteigerung und Werterhaltung
- Verbesserung der Wohnqualität
- Beitrag Nachhaltigkeit und Klimaschutz, auch durch verringerten CO₂-Ausstoß
- Inanspruchnahme möglicher Förderungen (z. B. thermische Sanierung)

Mobil mit gutem Gewissen

Das Auto ist einer der größten Brocken in der Energiebilanz eines Haushalts. Daher ist die Mobilität ein wichtiger Hebel, um Kosten zu sparen und zugleich die Umwelt zu schonen.

Umweltfreundlich + günstig unterwegs:

- Fahren Sie vorausschauend.
- Verwenden Sie für kurze Strecken das Fahrrad oder gehen Sie öfter mal zu Fuß.
- Nützen Sie für längere Strecken Mitfahrgelegenheiten oder Car-Sharing.
- Steigen Sie wenn möglich auf öffentliche Verkehrsmittel um.
- Achten Sie auch bei Dienstreisen auf umweltfreundliche Fortbewegungsmittel.



Reifendruck kontrollieren

0,2 bis 0,4 bar zu wenig erhöhen den Kraftstoffverbrauch um 1 bis 2,5 %.



Energie Steiermark Kunden GmbH
Leonhardgürtel 10, 8010 Graz
www.e-steiermark.com



Das Land
Steiermark

Land Steiermark
8011 Graz-Burg
verwaltung.steiermark.at

Stand: September 2022