



Diese und weitere
Energiespartipps
 stellt die Bundesregie-
 rung in ihrer Energie-
 spar-Kampagne vor:
[www.energie-
 wechsel.de](http://www.energie-

 wechsel.de)



Fotos: Marko Godec

STROMDIEBE JAGEN

Kommen Sie Stromfressern im Haushalt auf die Schliche: Leihen Sie sich bei Ihrem Energieversorger oder in einer Beratungsstelle der Verbrauchzentrale kostenlos ein Strommessgerät. Stecken Sie es zwischen Steckdose und Haushaltsgerät: Schon erscheint auf dem Display der Stromverbrauch von Kühlschrank oder Kaffeemaschine.

regelmäßig lüften, wobei die Wohnung herunterkühlt und dann wieder beheizt werden muss. Energiesparend ist das nicht, aber der Wohnsituation geschuldet.

Deckel drauf – und gut ist's!

In der Küche prüfe ich die Temperatur des Kühlschranks: Weniger als sechs Grad müssen nicht sein. Das Gefrierfach ist nicht verrostet – perfekt. Beim Kochen verwende ich nur noch Töpfe mit Deckeln, die zur Größe

der Herdplatte passen. Der Ofen läuft ab sofort immer auf Umluft und wird nicht mehr vorgeheizt. Und das restliche Wasser im Glas vom Abendessen? Anstatt es in die Spüle zu kippen, gieße ich damit die Zimmerpflanzen. Läuft doch! Langsam macht mir das Energiesparen Spaß.

Dann wird es doch noch ungemütlich. Sparen beim Entertainment – geht das, ohne sich einzuschränken? Filme und Serien mit externer Stereoanlage auf dem Fernseher anschauen, Videospiele auf der Konsole zocken, das verbraucht halt viel Strom. Alles, was an der Steckerleiste hinter dem niedrigen Fernsehtisch angeschlossen ist, nutze ich regelmäßig. Auch beim PC und dem Zubehör sehe ich keinen Spielraum. Der Monitor ist bereits mit einer niedrigen Helligkeit eingestellt und der PC steht so, dass er gut belüftet wird und sich nicht unnötig aufheizt. Aber dann fällt mir ein, dass ich zumindest über Nacht einige Steckerleisten mithilfe einer Zeitschaltuhr-Steckdose abschalten kann. So läuft zum Beispiel der Internet-Router nicht mehr durch. Wenn ich morgens

Bildredakteur Alexander beim Energiesparen in seiner Wohnung. Ein Strommessgerät (s. großes Bild), schaltbare Steckerleisten und Durchflussbegrenzer helfen ihm, den Wasser- und Stromverbrauch zu verringern. Auch gut: ein optimal temperierter Kühlschrank, eine randvolle Waschmaschine, Geschirrspülen im Eco-Modus und Deckel auf Kochtöpfen.

aufwache, ist er trotzdem schon wieder eingeschaltet, und meine Geräte sind eingeloggt. Energiesparen ohne Verzicht – das gefällt mir.

Fazit am Ende der Woche beim Blick auf den Strom- und den Wasserzähler: Die Maßnahmen wirken. Gegenüber der Vorwoche habe ich 3,5 Kilowattstunden Strom, 4,6 Liter Warmwasser und 8,4 Liter Kaltwasser gespart. Das klingt erst mal nicht nach viel – bringt aber aufs Jahr gerechnet eine Ersparnis von fast 80 Euro und entlastet die Umwelt. Viele Tipps werde ich daher auch künftig berücksichtigen. Irgendwie hat mich das Thema Energiesparen gepackt. Und einen besseren Sparduschkopf habe ich inzwischen auch gefunden: Warm soll es unter der Dusche ja schon bleiben.