

Energie sparen - Umwelt schützen!

Energiesparlampen benutzen

Energiesparlampen verbrauchen viel weniger Strom und halten länger! Aber natürlich gilt trotzdem: Wenn du einen Raum verlässt - Licht aus!

Platz für die Heizung

Wenn du die Heizung mit Möbeln oder anderen Dingen "zubaust", kann sie die Wärme nicht richtig abgeben. Also: Heizkörper frei räumen!

Nur Kaltes in den Kühlschrank

Essen solltest du ganz abkühlen lassen, bevor du es in den Kühlschrank stellst. Je wärmer die Luft im Kühlschrank ist, desto mehr Energie braucht der Kühlschrank, um sie wieder abzukühlen. Deshalb sollte der Kühlschrank nicht neben Herd, Spülmaschine oder Heizung stehen.

Mehrweg statt Einweg

Mehrwegflaschen werden bis zu 50 Mal wieder verwendet. Das heißt, es wird keine Energie für die Herstellung neuer Flaschen benötigt. Aber: Nicht alle Pfandflaschen sind Mehrwegflaschen! Achte beim Kauf auf das Umweltzeichen "Der Blaue Engel" und "Mehrweg - Für die Umwelt".

Toaster statt Backofen

Ein aufgebackenes Brötchen zum Frühstück? Mit dem Toaster brauchst du über 50 Prozent weniger Energie, als mit dem Backofen.

Deckel auf den Topf

Beim Kochen gehört immer der Deckel auf den Topf. Noch mehr Energie sparst du, wenn du einen Schnellkochtopf benutzt oder wenn du das Wasser für Nudeln oder Reis vorher im Wasserkocher heiß machst.

Duschen statt Baden

Für eine volle Badewanne brauchst du ungefähr 120 Liter Wasser - zum Duschen gerade mal 50 Liter; vorausgesetzt, du duscht nicht allzu lange. Beim Duschen sparst du aber nicht nur Wasser, sondern auch die Energie, die benötigt wird, um das Wasser zu wärmen.

Stromfresser: Computer

Computer brauchen viel Strom, vor allem der Monitor. Deshalb das Gerät ausschalten, wenn du es nicht brauchst - zumindest aber den Monitor. Ein Flachbildschirm braucht übrigens weniger Strom als ein Röhrenmonitor.

Goodbye Standby

Elektrogeräte im Standby-Modus verbrauchen den ganzen Tag Strom, auch dann, wenn du sie gar nicht benutzt. Das Gleiche gilt für Handy-Aufladegeräte, Halogenlampen oder Drucker. Deshalb solltest du das Gerät über den Netzschalter ausschalten. Praktisch sind Steckdosen-Leisten mit Kippschalter. Damit kannst du mehrere Geräte mit einem Handgriff vom Stromnetz nehmen.

Heimisches Obst und Gemüse kaufen

Das sind ganz schöne Strecken, die eine Tomate aus Spanien oder die Ananas aus Costa Rica zurücklegen muss, bis sie bei uns im Supermarkt landet. Und das heißt: Es werden Unmengen an umweltbelastendem Benzin und Kerosin verbraucht. Noch ein Nachteil: Obst und Gemüse werden meist chemisch behandelt, damit sie den langen Transport auch gut überstehen!