



Infos zum

Strom sparen

Strom kommt aus der Steckdose, aber 40 % des Stroms wird in Kohle- und Gaskraftwerken produziert. Das schadet dem Klima, verbraucht knappe Ressourcen, ist gefährlich und teuer. Mit einfachen Maßnahmen kann man seinen Stromverbrauch verringern. Das schont den Geldbeutel und schützt das Klima.

- Licht ausschalten, wenn ein Raum verlassen wird.
- Ladegeräte aus der Steckdose ziehen, wenn der Akku voll ist.
- Nicht benötigte Geräte ausschalten – auch den Stand-by-Modus.
- Ruhemodus auch bei kurzen Abwesenheiten aktivieren oder während der Mittagspause Computer runter fahren.
- Bildschirmschoner aktivieren.
- Mit Deckel kochen.
- Wasser für Wasserkocher abmessen oder noch übriges, heißes Wasser in Thermoskanne für die nächste Tasse füllen.
- Auf Wäschetrockner verzichten, Wäsche besser an der Luft trocknen.
- Ventilatoren statt stromfressende Klimaanlage nutzen.
- Treppe statt Aufzug nehmen – spart Energie und ist gesund.
- LED statt Glühlampe: Glühbirnen (60–100 W) & Sparlampen (10–20 W) durch LED-Lampen (2–5 W) ersetzen.
- Haushaltsgeräte lieber reparieren als wegwerfen – das spart Ressourcen. Nach 10–15 Jahren lohnt sich jedoch ein Blick auf den Stromverbrauch: Neue Geräte mit EU-Label A sind oft deutlich effizienter. Mehr unter: <https://www.umweltbundesamt.de/presse/pressemitteilungen/haushaltsgeraete-laenger-nutzen-lohnt-sich>
- Klimafreundlich streamen: Mobilfunk verursacht bis zu 90 g CO₂ pro Stunde, Glasfaser nur 2g, Kupferkabel (VDSL) etwa 4g. Auch die Videoqualität wirkt sich auf den CO₂-Ausstoß aus. Mehr unter: www.bund-hessen.de/klimafreundlich-streamen
- Gefrierschrank abtauen und Energie sparen.
Mehr unter: www.bund-hessen.de/gefrierschrank-abtauen

- Strommessgerät einsetzen: Standby-Verbrauch prüfen und unnötige Verbraucher mittels Einzelschalter-Steckerleiste abschalten
- Haushaltsgeräte lieber reparieren als wegwerfen – das spart Ressourcen. Nach 10–15 Jahren lohnt sich jedoch ein Blick auf den Stromverbrauch: Neue Geräte mit EU-Label A sind oft deutlich effizienter.
- Klimafreundlich streamen: Mobilfunk verursacht bis zu 90 g CO₂ pro Stunde, Glasfaser nur 2g, Kupferkabel (VDSL) etwa 4g. Auch die Videoqualität wirkt sich auf den CO₂-Ausstoß aus.
Mehr unter: www.bund-hessen.de/klimafreundlich-streamen
- Gefrierschrank abtauen und Energie sparen.
Mehr unter: www.bund-hessen.de/gefrierschrank-abtauen
- Strommessgerät einsetzen: Standby-Verbrauch prüfen und unnötige Verbraucher mittels Einzelschalter-Steckerleiste abschalten.

ZU ÖKOSTROM WECHSELN

Viele Stromanbieter liefern noch Kohle- und Atomstrom ins Haus. Auf dem Onlineauftritt von Grüner Strom Label (gruenerstromlabel.de) und dem dazugehörigen Vergleichsportal www.vergleich-dich-gruen.de finden Sie Anbieter von Ökostrom-Produkten, bei denen der Strom zu 100% aus erneuerbaren Energien stammt. Empfohlen und zertifiziert von BUND, Eurosolar, NABU, DNR, IPPNW und der Verbraucher-Initiative.

PHOTOVOLTAIK AUFS DACH IN 3 SCHRITTEN

Wenn Ihr Dach noch keine Photovoltaik-Anlage hat, sollten Sie jetzt mehrere Firmen um ein Angebot bitten. Auf was Sie dabei achten sollten finden Sie unter www.bund-hessen.de/drei-schritte-zur-pv

Online-Version mit
Links zum Anklicken:



www.bund-hessen.de/strom-sparen