



Gas und Strom sparen zu Hause

*Gas und Strom sparen ist sehr wichtig.
Es war noch nie so wichtig wie jetzt.*

*Damit wir im Winter genug Gas haben
müssen wir ein Fünftel weniger verbrauchen.*

*Da müssen alle mit-helfen.
Auch Sie.*

*Sparen ist nicht schön.
Aber schon kleine Dinge können viel helfen.
Und Sie sparen damit Geld.*

*Manche Dinge können Sie sofort machen.
Manchmal brauchen Sie dafür nur ein neues Gerät.
Oder Sie müssen etwas anders machen.*

Am meisten Gas benutzen wir zum Heizen.
So sparen Sie Gas:

Heizung frei räumen und entlüften

Die Heizung macht warme Luft.
Die Luft muss überall gut hin können.
Deshalb:

- Stellen Sie keine Möbel vor die Heizung.
- Hängen Sie keine Vorhänge vor die Heizung.

Wenn Sie ein paar Möbel verschieben
können Sie viel Gas sparen.

Hören Sie genau hin:
In Ihrer Heizung muss Wasser sein.
Macht Ihre Heizung Wasser-geräusche?
Dann ist auch Luft im Wasser.
Das ist schlecht.

Sie können diese Luft raus-lassen
Das dauert 5 Minuten.
Und spart viel Gas.

Weniger heizen

Heizen kostet viel Gas.
Und viel Geld.
Wenn Sie weniger heizen
sparen Sie Gas.

Vielleicht können Sie die Heizung etwas kälter machen.



Die Regierung sagt:

- Im Wohn-zimmer sind 20 Grad gut.
- In der Küche sind 18 Grad gut.
- Im Schlaf-zimmer sind 17 Grad gut.
- Wenn Sie lange nicht in einem Raum sind dann sind 17 Grad gut.

Heizung mit dem Handy steuern.

Sie können die Heizung mit dem Handy steuern.

Zum Beispiel:

Nur heizen wenn Sie daheim sind.
Solche Geräte kosten 100 bis 150 Euro.

Türen zu-machen

Sie sparen Gas wenn nicht alle Zimmer warm sind.
Das geht nur wenn Sie die Zimmer-türen zu-machen.

Sie können die Türen auch ab-dichten.
Dann geht weniger Wärme durch.
Im Bau-markt sagt man Ihnen wie das geht.

Das ist sehr gut für Türen zu kalten Räumen.

Zum Beispiel:

- Tür zum Keller
- Tür zum Dach-boden

Fenster dicht machen und richtig lüften

In alten Häusern ist die Heizung teuer.
Und die Fenster lassen die Heizungs-luft schnell raus.
Das können Sie dagegen machen:
Sie kaufen im Bau-markt eine Fenster-dichtung.
Also eine Gummi-dichtung.
Oder ein Schaum-dichtungs-band.

Damit dichten Sie das Fenster ab.
Die Dichtung hält die Heizungs-luft drinnen.
Sie können auch Vorhänge an die Fenster hängen.
Oder Rollos und Jalousien.
Die halten die Heizungs-luft drinnen.

Und machen Sie abends immer die Vorhänge zu.

Lüften ist wichtig.



Vor allem in kalten Zimmern.
Dort sammelt sich oft Feuchtigkeit.
So lüften Sie richtig:

- Schalten Sie die Heizung vorher aus.
- Machen Sie alle Fenster ganz auf.
Nicht nur kippen.
Lüften Sie für wenige Minuten.
- Sie müssen die Heizung wieder anmachen
wenn Sie fertig gelüftet haben.

Heizung einstellen

Neue Heizungen können Sie einstellen.
Zum Beispiel:

- Es wird nur geheizt
wenn jemand daheim ist.

Sie können einstellen
wann das ist.

So sparen Sie viel Gas.

Im Badezimmer

Duschen Sie schneller

Wenn Sie jeden Tag 8 Minuten duschen
dann kostet das im Jahr 500 Euro.

Sie können die Hälfte sparen.
Wenn Sie nur 5 Minuten duschen.
Und das Wasser ein bisschen kälter machen.

Es gibt Dusch-köpfe zum Wasser sparen

Manche Dusch-köpfe verbrauchen weniger Wasser:

- Weil weniger Wasser durchgeht.
- Weil der Duschkopf kleiner ist.
- Weil Luft ins Wasser gemischt wird.

So ein Dusch-kopf kostet 20 Euro.
Sie können damit viel Gas sparen.
Und trotzdem schön duschen.

Auch mal kalt waschen

Hände und Gesicht kann man kalt waschen.
Mit Seife.
Dann werden Hände und Gesicht trotzdem sauber.
Und das ist gut für die Haut.
Und das spart Gas.

In der Küche

Gas sparen beim Kochen

Sie können sehr viel Strom und Gas sparen.
Wenn Sie den Deckel auf den Topf machen.

Sie können den Herd ausmachen
bevor das Essen fertig ist.
Der Topf bleibt lange genug warm
um das Essen fertig zu kochen.

Im Backofen können Sie Umluft anmachen.
Sie können den Ofen dafür 20 Grad kälter einstellen.

Mit Umluft können Sie
auf allen Ofen-schienen gleichzeitig backen.
Also mehrere Sachen gleichzeitig backen.

Manchmal müssen Sie den Ofen nicht erst vorheizen.

Es gibt Wasser-hähne die weniger Wasser verbrauchen.
Die heißen "Strahl-regler".

Sie können Obst und Gemüse mit kaltem Wasser waschen.
Und Ihre Hände auch.

Teller sauber machen

Eine Geschirr-spül-maschine
spart Wasser und Strom!

Also benutzen Sie es
wenn Sie eines haben.

Wichtig:

Machen Sie die Geschirr-spül-maschine
immer ganz voll.

Manche Geschirr-spül-maschinen
haben eine Strom-spar-funktion.
Oft heißt das: "Öko-programm".

Dann dauert das Waschen länger
spart aber viel Strom.

Tipp:

Machen Sie es in der Nacht an.

Dann ist es egal

wenn es länger dauert.

Richtige Temperatur im Kühlschrank



Viele Kühlschränke sind zu kalt.
Viele Menschen stellen es auf 5 oder 6 Grad ein.
Aber 7 Grad reicht auch!
Das spart Strom.

Im Tief-kühl-fach sind
minus 18 Grad
genau richtig.

Wenn Sie es kälter machen
brauchen Sie mehr Strom.
Aber das Essen bleibt nicht länger gut.

Wenn Sie etwas aus dem Kühlschrank nehmen:
Machen Sie die Tür schnell wieder zu!

Wenn Sie etwas kochen
und dann in den Kühlschrank tun:
Warten Sie vorher
bis es kalt ist.

Beim Wäsche-waschen

Warten Sie
bis die Wasch-maschine voll ist.
Machen Sie es nicht halb-voll an.

Waschen Sie bei 30 Grad.
Das reicht oft.

60 Grad brauchen Sie nur für:

- Bett-wäsche
- Handtücher
- Sehr schmutzige Kleider

Wäsche-trockner verbrauchen sehr viel Strom.
Manchmal 1,50 Euro für einmal trocknen.
Benutzen Sie die Wäsche-leine.

Im Arbeits-zimmer

Viele Geräte sind auch an
wenn es niemand benutzt.
Das heißt Stand-by.
Oft leuchtet dann eine kleine Lampe.



Sie können Strom sparen
wenn Sie die Geräte ganz ausmachen.

Es gibt Steck-dosen-leisten mit Schalter.
Die machen Sie aus
wenn Sie gehen.
So wie beim Licht.

Im Keller

Im Keller sind oft Heizungs-rohre.
Wenn Sie das Metall sehen können
geht da Wärme verloren.
Im Baumarkt gibt es Schaum-stoff
zum herum packen.

Das ist ganz leicht und spart Gas.

Wenn Sie möchten
können Sie die Keller-decke dämmen.
Damit keine Wärme verloren geht.
Das kostet Geld
spart aber Gas.

Und im Erd-geschoss darüber
bleiben die Füße schön warm.

Erscheinungsdatum: 02.11.2022