

Energiespartipps 2023

Tipp 1: Warmwasser sparen ist Strom sparen

Tipp 2: Strom sparen in der Küche

Tipp 3: Strom sparen bei Elektrogeräten

Tipp 4: Strom sparen im Haushalt

Tipp 1: Warmwasser sparen ist Strom sparen

Im kommenden Jahr werden die Strompreise des EWO für Haushaltskunden (durchschnittliche 5-Zimmer-Wohnung mit Jahresverbrauch von 4'500 kWh) in der Grundversorgung um rund 39 Prozent teurer, deshalb lohnt sich Stromsparen umso mehr.

Wasser zu erwärmen, braucht ungemein viel Energie. In den meisten Haushalten wird das Warmwasser zumindest teilweise elektrisch erwärmt.

- **Duschen statt Baden:**

Mit einer Kilowattstunde Strom kann eine Badewanne zu zirka 10-15% gefüllt werden. Demgegenüber reicht eine Kilowattstunde beim Duschen einiges länger:

Energieklasse der Duschbrause	A	D	G
Wassererwärmung			
Elektroboiler...	3 Minuten	1 Minute	30 Sekunden
Wärmepumpenboiler...	8½ Minuten	3 Minuten	1½ Minuten
Solarthermie-anlage und Elektroeinsatz	Winter	3 Minuten	1 Minuten
	Nach sonnigen Tagen stromfrei bis der Wasserspeicher leer ist.		
	Sommer		
	Die Wärme kann fast vollumfänglich stromfrei erzeugt werden.		

- **Kurz Duschen mit Sparbrause:**

Es lohnt sich also kurz zu Duschen, mindestens eine Duschbrause der Klasse B anzuschaffen (www.energieetikette-sanitaer.ch) und auf einen Wärmepumpenboiler oder eine Solarthermieanlage umzustellen.

- **Kombination mit Photovoltaikanlage**

Dank der Installation einer Photovoltaikanlage kann ein Teil des Stroms selbst produziert werden (siehe www.sonnendach.ch).



QR-Code 1:
www.sonnendach.ch



QR-Code 2:
www.energieetikette-sanitaer.ch

Tipp 2: Strom sparen in der Küche

Der Strom wird knapp und teurer, deshalb ist es wichtiger denn je, sparsam mit dem kostbaren Gut umzugehen. Sparen Sie Strom mit einfachen Massnahmen. In der Küche sind insbesondere folgende Tipps zu beachten:

- **Backen:**
Umluft statt Ober- und Unterhitze. Aufs Vorheizen zu verzichten spart 20% Energie, den Ofen 5 Min vor Backende ausschalten.
- **Kühlen / Gefrieren**
Die Kühlschranktemperatur auf 7°C, das Gefriergerät auf -18°C einstellen. Warme Speisen abkühlen lassen, bevor sie in den Kühlschrank gestellt werden.
- **Geschirrspüler**
Halb gefüllte Geschirrspüler, Waschmaschinen oder Tumbler verbrauchen genauso viel Strom wie Volle. Geräte sollen erst gestartet werden, wenn sie gut gefüllt sind. Sparprogramme reinigen gründlicher und energieeffizienter, obwohl sie länger dauern. Aufs Vorspülen kann verzichtet werden, nur Speiseresten sollen alle entfernt werden.
- **Kaffeemaschine und andere Geräte**
Alle Küchengeräte nach Gebrauch ausschalten. Bei Neuanschaffung auf Energieeffizienz achten (siehe www.topten.ch)



QR-Code 3: www.topten.ch

Tipp 3: Strom sparen mit der Beleuchtung

Der Strom wird knapp und teurer, deshalb ist es wichtiger denn je, sparsam mit dem kostbaren Gut umzugehen. Sparen Sie Strom mit einfachen Massnahmen. Bezüglich Beleuchtung sind folgende Tipps zu beachten:

- **Umrüstung auf LED**
LED-Technologie ist aktuell das Mass aller Dinge insbesondere auch hinsichtlich Energieeffizienz, Qualität und Lebensdauer. Eine Umrüstung aller Leuchten auf LED lohnt sich schon nach kurzer Zeit. Gewisse Leuchtstoffröhren und Halogenlampen dürfen ab Herbst 2023 gar nicht mehr produziert werden.

Leuchte	Stromkosten Pro Jahr in Obwalden	Einsparpotenzial dank LED
8-Watt-LED-Lampe	Fr. 2.40.–	
10-Watt-Leuchtstoffröhre	Fr. 3.–	etwa 20%
12-Watt-Sparlampe	Fr. 3.50.–	etwa 35%
48-Watt-Halogenlampe	Fr. 14.–	etwa 80%
60-Watt-Glühbirne	Fr. 18.–	etwa 90%

Annahmen: Bei den Leuchten wird von einer Lichtmenge von 806 Lumen und einer Leuchtdauer von 1000 Stunden ausgegangen.

- **Abschalten, Bewegungsmelder und weitere Massnahmen**
Die effizienteste Vermeidung von Stromkosten ist das Abschalten, wo es kein Licht braucht. Die Aussage, dass Aus- und Einschalten mehr Strom benötigt als brennen lassen, ist mit modernen Leuchtmitteln veraltet. In Korridoren und Treppenhäusern sind Bewegungssensoren oder Zeitsteuerungen mit kurzer Nachlaufzeit zu empfehlen. Helle Oberflächen unterstützen zudem eine effiziente Beleuchtung, während dunkle das Licht schlucken.



Tipp 4: Strom sparen im Haushalt

Der Strom wird knapp und teurer, deshalb ist es wichtiger denn je, sparsam mit dem kostbaren Gut umzugehen. Ein Haushalt funktioniert heute kaum mehr ohne Strom. Im Haushalt geht es darum die grossen Verbraucher zu erkennen, hierfür kann ein Energiemessgerät hilfreich sein.

- **«Elektroöfeli» und Klimaanlage ausschalten**
Haben Sie zu Hause einen steckbaren Elektroofen oder eine Klimaanlage? Verzichteten sie nach Möglichkeit auf deren Einsatz. Die Geräte sind wahre «Stromfresser». Der Stromverbrauch eines «Elektroöfelis» entspricht jenem von 300 LED-Leuchten. Schliessen Sie vermehrt die aussenliegenden Sonnenstoren oder Vorläden. Diese bieten im Sommer Schatten zur Wärmevermeidung und dienen im Winter als zusätzliche Isolationsschicht.
- **Bei niedriger Temperatur waschen**
Dank modernen Waschmitteln kann Wäsche problemlos bei niedriger Temperatur gewaschen werden. 20 oder 30 °C reichen in der Regel für leicht verschmutzte Wäsche. Die Maschine sollte erst gestartet werden, wenn sie voll ist.
- **Standby-Strom vermeiden**
Computer, WLAN-Router, TV-Geräte und Kaffeemaschinen verbrauchen auch im Stand-by- und Schlafmodus Energie. Diese Geräte sollten daher immer ganz ausgeschaltet werden. Das geht am einfachsten mit einem Netzschalter oder einer Steckdosenleiste. Beim WLAN-Router ist eine Zeitschaltuhr zu empfehlen.

Christian Frank und Daniel Portmann (OekoWatt AG), Luzern, 28.11.2022