

# Strom sparen – so einfach geht's

Eine 4-köpfige Familie  
kann mit diesen Tipps  
30 % Strom pro Jahr  
sparen = bis zu 1.000  
Kilowattstunden.

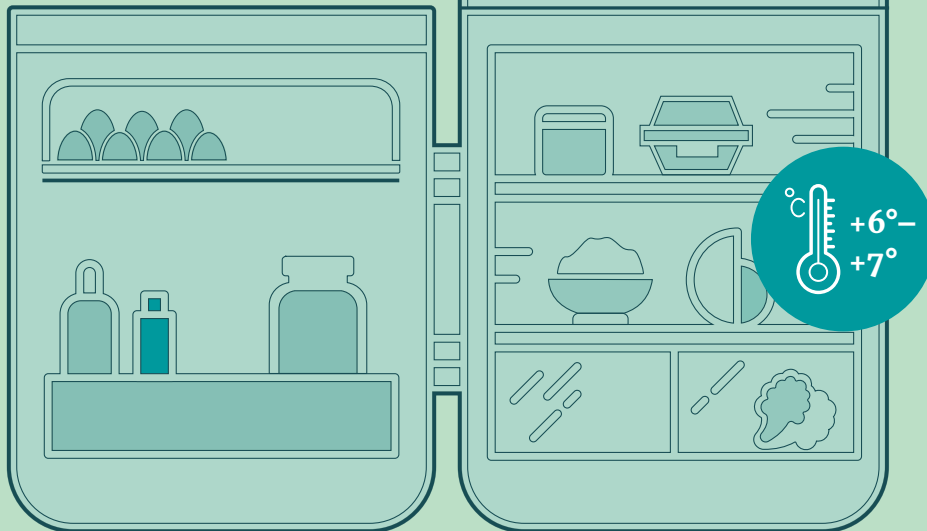


## KÜCHE

>> KÜHLEN UND GEFRIEREN



Tür nur kurz öffnen

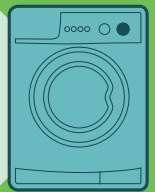


Kühlschrank an  
kühlem Ort spart  
5 % Strom.

Was kann

1 Kilowattstunde?

1 x 40°  
Wäsche



15  
T-Shirts



100  
Stunden



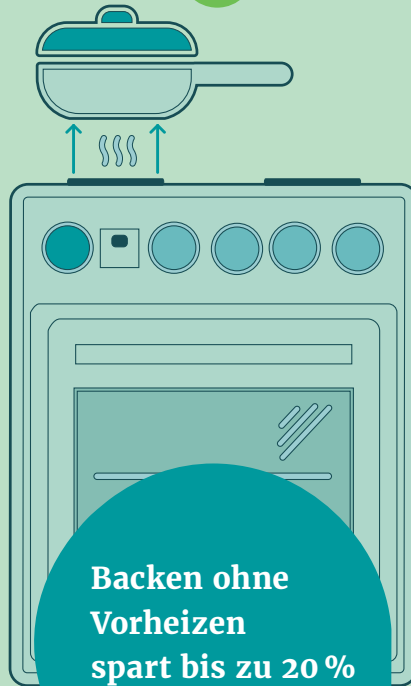
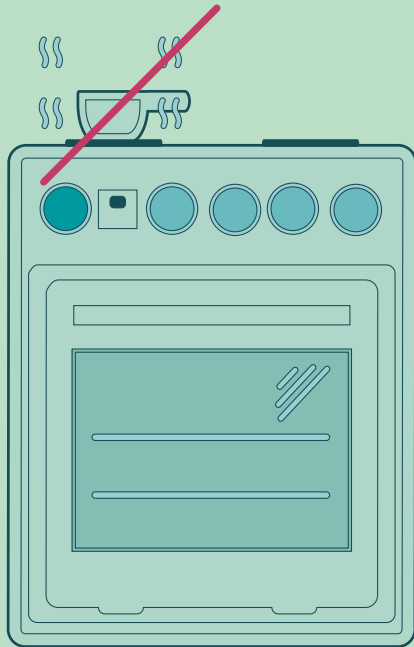
1 Mittag-  
essen



130  
Scheiben  
Toast



## >> KOCHEN UND BACKEN



Backen ohne Vorheizen spart bis zu 20 % Energie.



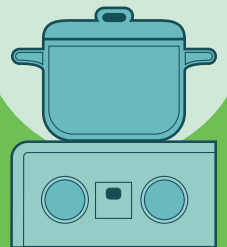
Wann ist der Wasserkocher sparsamer?



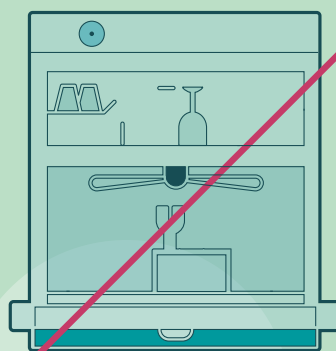
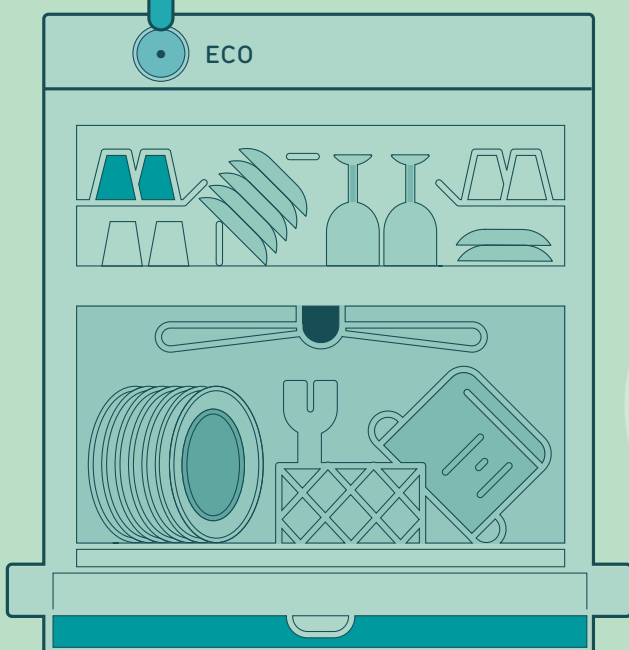
Bis 1,5 Liter



Ab ca. 1,5 Liter

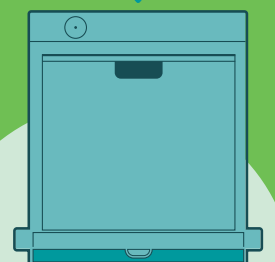


## >> GESCHIRR SPÜLEN / GESCHIRRSPÜLER



Nur einschalten, wenn Geschirrspüler voll ist.

Warum Geschirrspüler?



Spart 75% Wasser und 25% Energie

# BADEZIMMER

## >> WÄSCHE WASCHEN / WASCHMASCHINE



Trommel  
gut anfüllen

Mit modernen Geräten  
reichen schon 30-40°  
für saubere Wäsche –  
das spart viel Energie.



## Warum Energiespar- Programm?



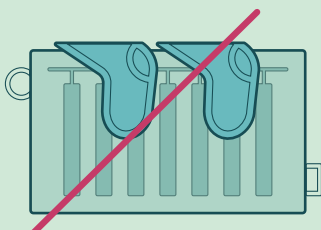
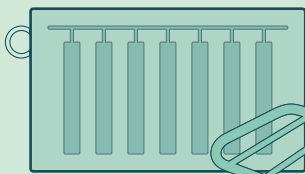
Spart viel Energie  
und Wasser,  
auch wenn es  
länger dauert.



## >> WÄSCHE TROCKNEN / WÄSCHELEINE



Wäsche in beheizten  
Räumen aufhängen



Wäsche auf Heizung  
trocknen → höhere Kosten

## Warum Wäschetrockner vermeiden?

Verbraucht sehr  
viel Strom –  
bei einer Familie  
ca. 200 Kilowatt-  
stunden pro Jahr.

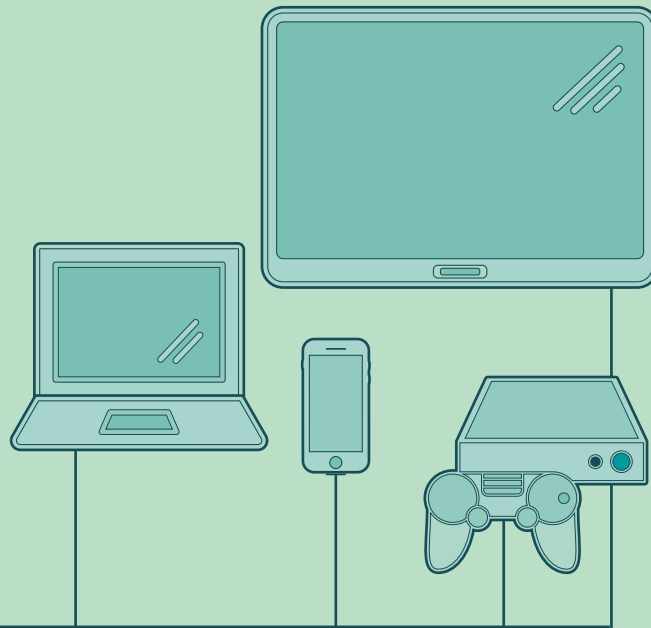
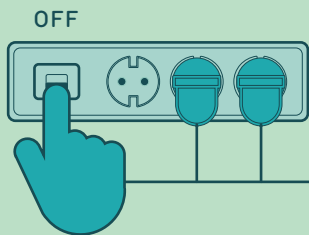
Falls doch,  
immer Eco



# WOHNZIMMER

## >> ELEKTROGERÄTE

**Steckerleisten nutzen:  
Auch im Standby-Modus  
verbrauchen diese Geräte  
viel Energie.**



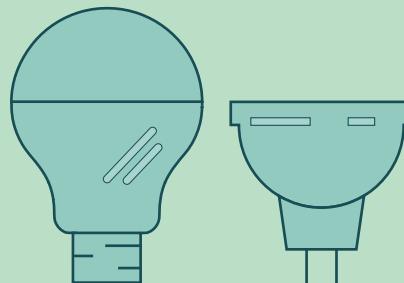
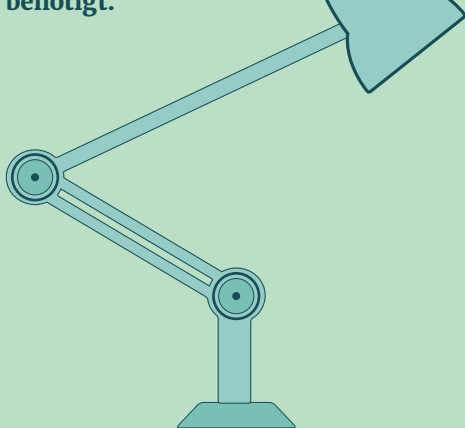
Warum  
Energiespar-  
modus?



Man kann  
ca. 10%  
Strom sparen.

## >> BELEUCHTUNG

**Licht immer  
abdrehen,  
wenn nicht  
benötigt.**



**Welche Vorteile haben LEDs  
gegenüber Glühlampen?**

- 90% weniger Energieverbrauch
- 10–25x längere Lebensdauer

Wohin mit  
kaputten LEDs?



Nicht in  
den Hausmüll

- Sammelstelle
- Elektrogeschäft

- Für persönliche Beratung: [www.umweltberatung.at](http://www.umweltberatung.at)
- Wenn ein Gerät repariert werden muss: [www.reparaturnetzwerk.at](http://www.reparaturnetzwerk.at)
- Besonders energiesparende Geräte finden Sie unter: [www.topprodukte.at](http://www.topprodukte.at)

### IMPRESSUM

Jegliche Haftungsansprüche gegen Personen, die diese Inhalte erstellt haben, sind ausgeschlossen.

Dieses Projekt wurde mit Mitteln aus dem Forschungs- und Innovationsprogramm Horizon 2020 der Europäischen Union unter der Grant Agreement Nr. 889385 gefördert. Die alleinige Verantwortung für den Inhalt dieser Materialien liegt bei den Autor:innen. Er gibt nicht unbedingt die Meinung der Europäischen Union wieder.

Weder CINEA noch die Europäische Kommission sind für die Verwendung der hierin enthaltenen Informationen verantwortlich.

Dieses Werk der Österreichischen Energieagentur ist lizenziert: [Creative Commons 4.0 International Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) (Namensnennung/Nicht kommerziell/Keine Bearbeitungen).

Text und Redaktion:

Altan Sahin, Kerstin Schilcher (Österreichische Energieagentur)  
und Eva-Marieke Lems, Sabine Vogel (Die Umweltberatung)

Illustration & Grafik: Barbara Lewall  
Wien 2022

