

Kostenfreie Energiesparberatung

Sehr geehrte Rendsburgerinnen,
sehr geehrte Rendsburger,

Ihre Energiesparberater der Volkshochschule Rendsburger Ring e. V. sind Samuel Rothberger und Andreas Gonfiantini.



Die Strom- und Heizungsrechnungen beanspruchen einen immer größeren Teil des verfügbaren Einkommens.

In vielen Haushalten schlummern Möglichkeiten, diese Kosten im Alltag zu senken. Gerne beraten wir Sie persönlich zum Thema Energiesparen. Hierzu vereinbaren Sie einfach einen Termin während unserer Sprechzeiten:

Montag bis Freitag

8:30 – 14:30 Uhr

in der VHS Rendsburg

Paradeplatz 11 • 24678 Rendsburg

Dieses Angebot richtet sich an Empfänger von
Sozialleistungen
(Arbeitslosengeld I und II, Grundsicherung,
Wohngeld, Rente, Bafög etc.)



Paradeplatz 11 • 24768 Rendsburg
Telefon 04331 2088-0
E-Mail: vhs@vhs-rendsburg.de
Web: <http://www.vhs-rendsburg.de>



Am Eiland 12 • 24768 Rendsburg
Telefon 04331 209-0
E-Mail: info@stadtwerke-rendsburg.de
Web: <http://www.stadtwerke-rendsburg.de>



VHS

Energiesparservice

Rendsburg

kostenfrei



Alexander Klaus / pixelio.de

Energiespartipps

für

den kleinen

Geldbeutel



Energiespartipps

Heizen und Lüften

Heizung

- Heizung drosseln. 20 ° C sind im Wohnzimmer genug, 18 ° C in Küche und Flur und 16 ° C im Schlafzimmer. 1 ° C weniger spart ca. 6 % an Energiekosten. Durch ein Termostatventil lässt sich die gewünschte Temperatur konstant halten.
- Nachts die Heizung drosseln.
- Bei Abwesenheit Temperatur auf 15 ° C und bei längerer Abwesenheit auf 12 ° C senken.
- Räume nicht auskühlen lassen, da beim Wiederaufheizung sehr viel Energie benötigt wird. Zu kühle Räume fördern die Schimmelbildung.
- Hinter dem Heizkörper isolieren.
- Den Heizkörper nicht mit Möbeln oder Gardinen zustellen.
- Heizkörper regelmäßig entlüften.
- Keine Heizlüfter oder andere elektrisch betriebenen Geräte zum Heizen verwenden.

Fenster

- Stoßlüften nutzen: Heizung auf Null stellen und das Fenster ca. 5 Minuten voll öffnen.
- Fenster nicht „Auf Kipp“ lassen.
- Fensterrahmen mit Stoffen oder Handtuch dämmen
- Gardinen, Rollläden nachts schließen.
- Isolierdichtungen ggf. erneuern.

Elektrizität

Kühlschrank, Gefrierschrank

- Gerät nicht neben Wärmequellen (Herd, Heizung) aufstellen oder direkter Sonneneinstrahlung aussetzen. Lüftungsschlitze freilassen. Ggf. mit Styroporplatten isolieren.
- 7 ° C reichen aus. Auf Eisfach ggf. verzichten.
- Keine heiße Speisen und Getränke in den Kühlschrank stellen, zuvor abkühlen lassen.
- Lebensmittel im Kühlschrank auftauen.
- Nicht unnötig öffnen. Sortierte Kühlschränke vermeiden unnötig langes Öffnung
- Flaschen und Tetrapaks mit Getränken dienen als Kältespeicher
- Leerräume innen ggf. mit Styroporblöcken (Baumarkt) füllen.
- Lüftungsgitter und Wärmetauscher regelmäßig reinigen.
- Türdichtung evtl. erneuern.
- Gefrierschrank regelmäßig abtauen.

Herd, Backofen

- Wasserkocher verwenden. Warmwasser aus der Leitung spart zusätzlich.
- Topfdeckel verwenden. Möglichst kleine Töpfe verwenden. die Töpfe möglichst auf die Herdplatten passen.
- Backofen möglichst selten verwenden. Einzelne Brötchen lassen sich auf dem Toaster aufbacken.
- Backofen nicht vorheizen Restwärme verwenden.

- Wenn vorhanden, Umluft verwenden und Temperatur dann um ca. 30 ° C reduzieren.

Waschmaschine, Trockner

- Waschmaschine möglichst voll machen und auf Vorwäsche verzichten.
- 40 ° C reichen für die meisten Verschmutzung aus. Kurz- und / oder Energiesparprogramme nutzen.
- Statt Kochwäsche reichen 60 - 70 ° C.
- Wäsche möglichst an der Leine trocken.
- Wenn Trockner dennoch verwendet wird, die Wäsche gut durchschleudern (bei 1200 Umdrehungen / Minute).
- Nach Gebrauch Stecker ziehen.

Fernseher, Stereoanlage, PC

- Nicht benötigte Geräte ausstellen. Nicht auf „Stand-by“ lassen.
- Helligkeit bei Bildschirmen reduzieren.
- Beim PC den Energiesparmodus und die -funktionen verwenden. Monitor abschalten und keine Bildschirmschoner nutzen.
- Zusatzgeräte (Drucker, Scanner etc.) bei ausschalten, wenn diese nicht benötigt werden.
- PC und Zusatzgeräte mit einer schaltbaren Steckleiste an das Stromnetz anschließen.
- Akku-Ladegerät (z. B. Handy) nicht unnötig in der Steckdose lassen.

Licht

- Licht in nicht genutzten Räumen ausschalten.
- Energiesparlampen oder LEDs nutzen.