

FÜR WENIGER STROM- UND WASSERVERBRAUCH

TIPPS ZUM STROM- UND WASSERSPAREN.



MIT ENERGIE. FÜR DIE REGION.

Stadtwerke Gießen
SWG

Ist Ihnen bewusst, wie viel Energie Sie sparen können?

Sparen fängt dann an, wenn Sie sich mit Ihrem Energieverbrauch befassen. Schauen Sie sich zuerst Ihre Energieabrechnung genau an. Das ist zwar zeitaufwändig, aber es lohnt sich. Danach können Sie Einsparpotenziale ermitteln und mit dem Sparen loslegen.

Auf den nächsten Seiten finden Sie Tipps wie Sie durch kleine Änderungen von Gewohnheiten im Umgang mit Strom und Wasser größere Energieeinsparungen erzielen, Ihren Geldbeutel entlasten und aktiven Klimaschutz leisten.

Viel Spaß beim Energiesparen.

i Info

- Hier finden Sie Ihre Rechnung. Im SWG Kundenportal registrieren und Ihr Kundenkonto bequem und einfach selbst verwalten. <https://kundenportal.stadtwerke-giessen.de/login>
- Rechnung lesen und verstehen. Anhand einer Musterrechnung erklären wir Ihnen die einzelnen Positionen: <https://www.stadtwerke-giessen.de/rechnungserklaerung>
- Zähler regelmäßig ablesen und dokumentieren, so den eigenen Verbrauch im Blick behalten.

i Themen dieser Broschüre

- 3 Wo liegen Sie mit Ihrem Stromverbrauch?**
- 4 Stromverbrauch im Haushalt**
- 5 Kühlen und Gefrieren**
- 6 Wäsche waschen**
- 7 Wäsche trocknen**
- 8 Geschirr spülen**
- 9 Kochen**
- 10 Backen**
- 11 Arbeiten, Büro und Medien**
- 12 Sparsame Geräte kaufen**
- 13 Wassersparen**
- 14 Wissen vermitteln**
- 15 SWG-Kundenportal**

Wo liegen Sie mit Ihrem Stromverbrauch?

Vergleichen Sie Ihren Stromverbrauch aus der Jahresrechnung mit vergleichbaren Haushalten. Der Stromspiegel enthält Vergleichswerte, mit denen Sie Ihren Stromverbrauch einschätzen und Sparmöglichkeiten finden können.

Gebäudetyp	Warmwasser	Personen im Haushalt	Verbrauch in Kilowattstunden (kWh) pro Jahr						
			gering				sehr hoch		
			A	B	C	D	E	F	G
Haus	ohne Strom	1 Person	bis 1.300	bis 1.600	bis 2.000	bis 2.500	bis 3.200	bis 4.100	über 4.100
		2 Personen	bis 2.000	bis 2.400	bis 2.800	bis 3.000	bis 3.500	bis 4.200	über 4.200
		3 Personen	bis 2.500	bis 3.000	bis 3.400	bis 3.700	bis 4.200	bis 5.000	über 5.000
		4 Personen	bis 2.700	bis 3.300	bis 3.700	bis 4.000	bis 4.700	bis 5.800	über 5.800
	mit Strom	1 Person	bis 1.500	bis 1.900	bis 2.300	bis 2.900	bis 3.500	bis 5.000	über 5.000
		2 Personen	bis 2.400	bis 3.000	bis 3.400	bis 3.800	bis 4.500	bis 6.000	über 6.000
		3 Personen	bis 3.000	bis 3.500	bis 4.000	bis 4.800	bis 5.600	bis 7.000	über 7.000
		4 Personen	bis 3.500	bis 4.000	bis 4.800	bis 5.500	bis 6.400	bis 8.000	über 8.000
Wohnung	ohne Strom	1 Person	bis 800	bis 1.000	bis 1.200	bis 1.500	bis 1.600	bis 2.000	über 2.000
		2 Personen	bis 1.200	bis 1.500	bis 1.800	bis 2.100	bis 2.500	bis 3.000	über 3.000
		3 Personen	bis 1.500	bis 1.900	bis 2.200	bis 2.600	bis 3.000	bis 3.700	über 3.700
		4 Personen	bis 1.700	bis 2.000	bis 2.500	bis 2.900	bis 3.500	bis 4.100	über 4.100
	mit Strom	1 Person	bis 1.000	bis 1.400	bis 1.600	bis 2.000	bis 2.200	bis 2.800	über 2.800
		2 Personen	bis 1.800	bis 2.300	bis 2.600	bis 3.000	bis 3.500	bis 4.000	über 4.000
		3 Personen	bis 2.500	bis 3.000	bis 3.500	bis 4.000	bis 4.500	bis 5.500	über 5.500
		4 Personen	bis 2.500	bis 3.200	bis 4.000	bis 4.500	bis 5.000	bis 6.000	über 6.000

■ **A = gering**
 Glückwunsch, Sie verbrauchen viel weniger Strom als vergleichbare Haushalte.

■ **B = niedrig**
 Sie benötigen weniger Strom als vergleichbare Haushalte. Doch auch Sie können noch sparen.

■ **C und D = mittel**
 Ihr Verbrauch liegt im Schnitt bzw. leicht darunter. Nutzen Sie alle Möglichkeiten zum Stromsparen aus.

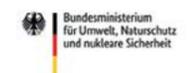
■ **E und F = hoch**
 Sie verbrauchen mehr Strom als jeder zweite vergleichbare Haushalt. Stromsparen lohnt sich für Sie besonders.

■ **G = sehr hoch**
 Sie sollten dringend handeln. Sie verbrauchen mehr Strom als 85% aller vergleichbaren Haushalte.

Herausgegeben von:



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

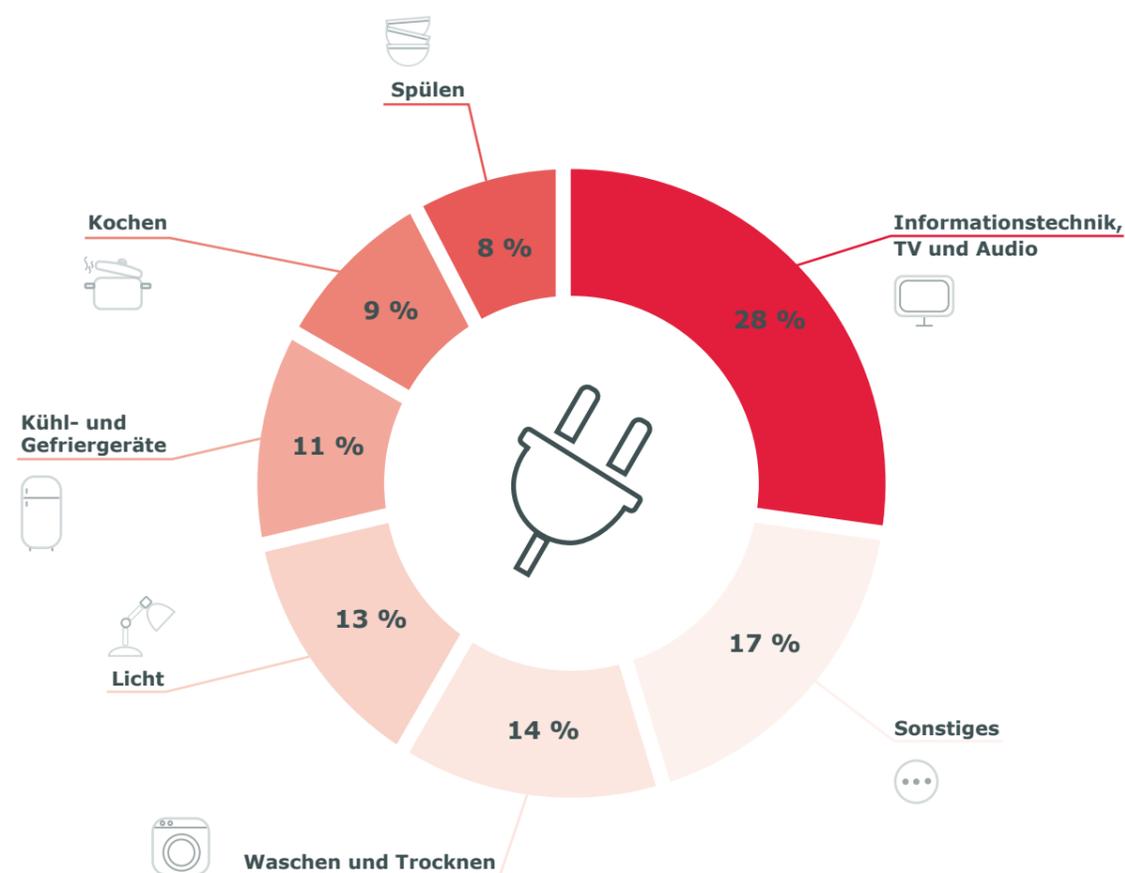
Stand 03/2021 | Daten und Grafik: www.co2online.de

i Info

So lesen Sie die Tabelle:

- Wie viele Personen leben in Ihrem Haushalt?
- Wird das Warmwasser elektrisch oder zentral über eine Heizungsanlage erzeugt?
- Bewohnen Sie eine Wohnung oder ein Einfamilienhaus?
- Die Farbskala verrät Ihnen, ob Sie weniger oder mehr Strom als vergleichbare Haushalte verbrauchen.

Hier wird zu Hause am meisten Strom verbraucht



Die Grafik zeigt wie sich der Gesamtstromverbrauch im Haushalt zusammensetzt. Wichtige Verbrauchsschwerpunkte sind Dauerläufer, wie Kühl- und Gefriergeräte, große Haushaltsgeräte und immer stärker die Unterhaltungselektronik.

i Info

Mit einem Strommessgerät kann der tatsächliche Stromverbrauch der verschiedenen Elektrogeräte im Haushalt ermittelt werden. Hier fallen echte Stromverschwender auf. Strommessgeräte verleihen wir im SWG-Kundenzentrum am Marktplatz an unsere Kundinnen und Kunden kostenlos.

Kühlen und Gefrieren

- Kühl- oder Gefriergeräte an einem möglichst kühlen Platz aufstellen.
- Im Kühlschrank reichen 6 – 7 °C aus, für Gefriergeräte reichen -18 °C.
- Jedes Grad kühler verursacht 5 – 6 % mehr Energieeinsatz.
- Das Gerät nur kurz öffnen.
- Nur abgekühlte Speisen in den Kühlschrank stellen.
- Das Abluftgitter freihalten.
- Nutzinhalt: 140 Liter sind bei Singles und 300 Liter bei einer vierköpfigen Familie ausreichend.
- Gefrierfach regelmäßig abtauen. Eine Eisschicht von 5 Millimetern erhöht den Stromverbrauch um 30 %.
- Inhalt der Kühl- oder Gefriergeräte ordnen. Das vermeidet langes Öffnen beim Suchen.
- Stromverbrauch eines mittelgroßen Kühlschranks der besten Energieeffizienzklasse (ehemals A+++) beträgt 90 bis 125 kWh im Jahr.
- Alte Kühlschränke (z. B. Baujahr 2002) verbrauchen bis zu 330 kWh, also dreimal so viel Strom im Jahr als Geräte der neuen Generation.





Wäsche waschen

- Waschmaschine voll beladen waschen. Zwei halb beladene Waschmaschinen verbrauchen 1,5-mal so viel Strom und Wasser.
- Auf Vorwäsche verzichten, solange die Wäsche nicht stark verschmutzt ist - Einsparungen von mehr als 10 % Strom und Waschmittel möglich.
- Hartnäckige Schmutzflecke mit z.B. Gallseife vorbehandeln oder einweichen, danach kann eine niedrigere Waschtemperatur gewählt werden.
- Hohe Waschtemperatur heißt hoher Stromverbrauch: Bei einer Temperatur senkung von 60 °C auf 40 °C können 40 % Energie eingespart werden.
- Stand-by-Modus vermeiden: Schalten Sie die Waschmaschine nach dem Programmende aus.
- Die Wäsche vor dem Trocknen mit dem Wäschetrockner richtig ausschleudern. Je höher die Schleuderdrehzahl desto günstiger der Trockenvorgang.
- Waschmittel nach der entsprechenden Wasserhärte dosieren. Das hilft, weniger Wasser zu verbrauchen.

i Info

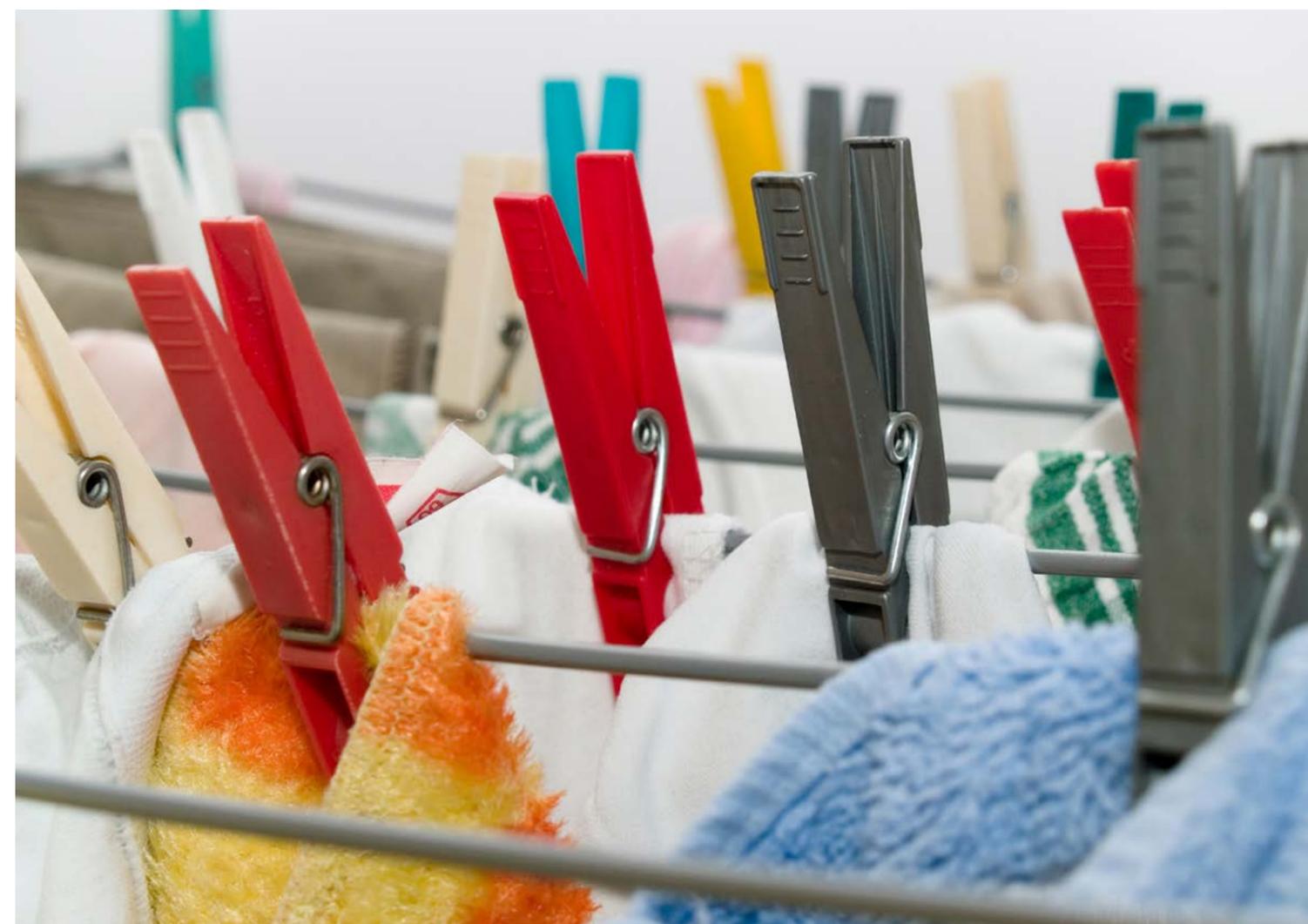
Moderne Waschprogramme und Waschmittel waschen normal verschmutzte Wäsche bei 30 °C sauber. Bei Bettwäsche und Handtücher reichen statt 90 °C auch 60 °C aus - noch besser „eco 40-60 °C“ Waschgang nutzen.

Wäsche trocknen

- Die energiesparendste und umweltschonendste Art der Wäschetrocknung ist und bleibt das Trocknen auf der Wäscheleine im Freien.
- Die Wäsche in der Waschmaschine vor dem Trockenvorgang mit möglichst hoher Schleuderdrehzahl (mind. 1400 U/Min.) schleudern.
- Den Wäschetrockner nur voll beladen einschalten. Zwei Trockenvorgänge mit halb gefüllter Trommel führen zu 30 % Mehrverbrauch.
- Eine regelmäßige Reinigung ist wichtig, da Verstopfungen des Flusensiebs die Trocknungszeit erhöhen.
- Die effizientesten Wäschetrockner sind Trockner mit Wärmepumpentechnik.
- Trocknerkugeln nutzen: Die genoppten PVC-Bälle verbessern die Luftzirkulation und verkürzen dadurch die Trockenzeit.

i Info

Wäsche nicht in Wohnräumen trocknen. Das verdampfende Wasser erhöht die Luftfeuchtigkeit. Dadurch muss mehr geheizt werden und die Schimmelgefahr ist hoch.





Geschirr spülen

- Der Einsatz einer Spülmaschine spart bis zu 50 % Wasser und 30 % Strom gegenüber Spülen per Hand.
- Spar- oder Eco-Programme können bis zu 30 % gegenüber Standardprogrammen sparen.
- Der Geschirrspüler sollte immer nur eingeschaltet werden, wenn er voll beladen ist.
- Geschirr nicht unter fließendem Wasser vospülen.
- Intensiv-Programm nur bei stark verschmutztem Geschirr verwenden.
- Sieb im Geschirrspüler regelmäßig reinigen.

Kochen

- Kleine Mengen Wasser im elektrischen Wasserkocher erhitzen.
- Kochtopf immer mit Deckel benutzen und nach dem Ankochen die Leistung der Kochstelle rechtzeitig reduzieren.
- Topfdeckel geschlossen halten und Topfgucken vermeiden, das spart bis zu 17% Strom.
- Topf und Kochstelle sollten den gleichen Durchmesser haben.
- Induktionskochfelder verbrauchen 30% weniger Strom als Elektroherde mit klassischen Kochplatten.
- Spezialgeräte wie Eierkocher, Kaffeemaschine und Mikrowellengerät für kleine Mengen und kurze Garzeiten nutzen.
- Kaffeemaschinen mit Thermoskannen nutzen. Ideal ist eine Kaffeemaschine, die direkt in die Thermoskanne brüht.

i Info

Die Nutzung von Kleingeräten ist, was den Energieverbrauch angeht, oft sehr viel günstiger.





Backen

- Die Umluft-Funktion des Backofens spart bis zu 15 % Energie.
- Gleichzeitig Garen: Bei Umluft mehrere Ebenen im Ofen gleichzeitig nutzen, bei Ober- und Unterhitze verschiedene Speisen nebeneinanderstellen.
- Nur große Mengen im Backofen zubereiten (z. B. Braten ab 1 kg).
- Auf Vorheizen verzichten, das spart ca. 8 % Prozent Strom.
- Nachwärme nutzen: Backofenheizung schon ca. 10 –15 Minuten vor Ende der Garzeit ausschalten.
- Die Tür des Backofens möglichst selten öffnen.
- Brötchen auf einem Toaster mit Aufsatz aufbacken. Das spart gegenüber dem Backofen bis zu 70 % Strom.

Arbeiten, Büro und Medien

- Alte Glüh- und Halogenlampen austauschen. Im Vergleich benötigen LED-Lampen bis zu 80 % weniger Energie und sind besonders langlebig.
- Stand-by-Funktion der Geräte vermeiden, besser ganz abschalten.
- Steckerleisten mit Ausschalter verwenden. So lassen sich mehrere Geräte gleichzeitig ausschalten.
- Beim Computer die Energiesparfunktion aktivieren.
- Computerbildschirm/Bildschirmschoner auf dunkle Kontraste einstellen. Helle und kontrastreiche Bildschirmschoner benötigen mehr Energie.
- Laptop nutzen, dieser benötigt häufig nur einen Bruchteil des Stroms den ein stationärer Computer mit Bildschirm benötigt. Einsparung ca. 50-70 %.
- Multifunktionsgeräte anstatt einzelner Geräte nutzen. Bei Multifunktionsgeräten sind Drucker, Scanner und Kopierer in einem Gerät vereint.
- Lade- und Steckernetzteile bei Nichtgebrauch vom Netz nehmen.
- Große Fernseher benötigen viel Strom. Beim Neukauf gut überlegen welche Größe benötigt wird, denn mit jedem Zoll mehr, steigt der Stromverbrauch.





Sparsame Geräte kaufen

- Bei Neukauf auf das EU Energielabel achten und Geräte der höchsten Energieeffizienzklasse kaufen.
- Moderne Haushaltsgeräte sind meist effizienter. Sie passen die benötigte Energie- und Wassermenge automatisch an und haben viele Spezialprogramme.
- Geräte gleicher Ausstattung miteinander vergleichen.

i Info

Bei Neukauf ein Gerät der höchsten Energieeffizienzklasse wählen und auf den angegebenen Energieverbrauch achten. Auch innerhalb der höchsten Effizienzklasse gibt es erhebliche Verbrauchsunterschiede.

Wassersparen

- Beim Händewaschen, Zähneputzen und beim Einseifen unter der Dusche das Wasser abdrehen.
- Hände waschen, ruhig mal mit kaltem Wasser.
- Auf Vollbäder verzichten. Duschen spart 2/3 Wasser.
- Duschzeit verkürzen, auf ca. 5 Minuten und Wassertemperatur senken spart nicht nur Wasser sondern auch Energie.
- Sparduschkopf verwenden. Diese benötigen nur 5-6 Liter Wasser. Herkömmliche Duschbrausen verbrauchen mindestens 2-3 mal mehr Wasser und Energie.
- Mit Wasserdurchflussbegrenzern lassen sich die Energie- und Wasserkosten ohne Komforteinbuße um 20 bis 50 % senken.
- Undichte Toilettenspülkästen reparieren. Eine defekte Dichtung kann bis zu 20 Liter Trinkwasser pro Stunde verschwenden.
- Beim kleinen Toilettengang die Wasserstoppfunktion „Spartaste“ nutzen. So muss nicht bei jedem Spülen der gesamte Wassertank geleert werden.
- Schmutziges Geschirr nicht unter fließenden Wasser abwaschen oder Vorspülen, sondern direkt in den Geschirrspüler geben.





Wissen vermitteln

Sinnvoller Umgang mit Ressourcen ist kinderleicht. Deswegen können schon die Kleinsten lernen, welches Verhalten Wärme, Wasser und Strom spart und somit umweltschonend ist.

Schließlich beeinflussen Ihre Kinder den Energie- und Wasserverbrauch Ihres Haushaltes und damit die Auswirkungen auf die Umwelt - genauso wie Sie selbst.

Es zählt sich also aus, frühzeitig ein Bewusstsein für energiesparendes, verantwortungsvolles Verhalten zu fördern. Für die Zukunft Ihrer Kinder, für Ihre Energiekosten und für die Umwelt.

SWG-Kundenportal

Unser Onlineservice ist rund um die Uhr erreichbar. Hier können Sie Ihr Kundenkonto bequem, einfach und sicher über das Internet verwalten.

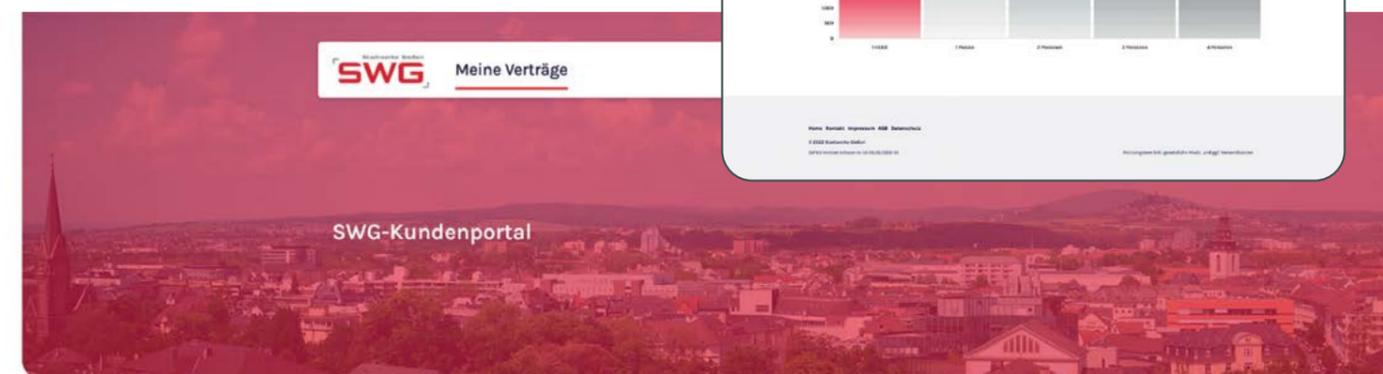
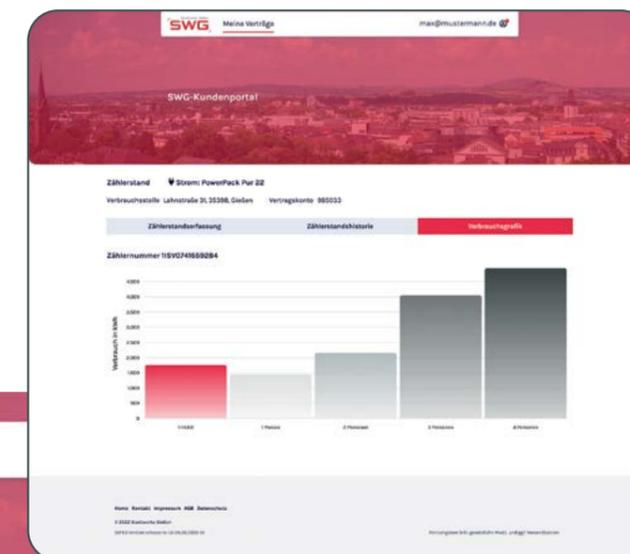
Möglichkeiten:

- Rechnung online anzeigen
- Zählerstände eingeben
- Bankdaten und Zahlungsart eingeben bzw. ändern
- monatliche Abschlagszahlungen anpassen
- Kundenstammdaten ändern

Sie erreichen unser Kundenportal unter:

<https://kundenportal.stadtwerke-giessen.de>

oder einfach nachfolgenden QR-Code scannen.



Zählerstand ▼ Strom: PowerPack Pur 22

Verbrauchsstelle Lahnstraße 31, 35398, Gießen Vertragskonto 985033

Zählerstandserfassung

Zählerstandshistorie

Verbrauchsgrafik

Meinen Zählerstand erfassen

Zählernummer

Letztes Ablesedatum 31.12.2021

Ablesegrund Jahresablesung

Neuer Zählerstand

Ablesegrund

Ablesedatum

Zählerstand

1-1:18.0

kWh

Letzter Zählerstand vom 31.12.2021: 5130 kWh

Unser Service

Wir hoffen, einige Ihrer Fragen in dieser Broschüre beantwortet zu haben.

Unsere Energieberaterinnen und Energieberater im SWG-Kundenzentrum am Marktplatz beraten Sie gerne noch ausführlicher rund um die Themen, die mit Energieanwendungen zu tun haben und bieten Ihnen den passenden Service sowie die passenden Dienstleistungen hierzu an.

SWG-Kundenzentrum
Energieberatung
Marktplatz 15
35390 Gießen
Telefon 0641 708-1453
Telefax 0641 708-3414
E-Mail: energieberatung@stadtwerke-giessen.de
Internet: www.energiessen.de

Wir beraten Sie gerne vor Ort im Kundenzentrum, telefonisch oder per Videokonferenz – buchen Sie hierzu Ihren Wunschtermin über unsere Online-Terminvergabe unter:
<https://www.energiessen.de/online-terminvergabe>

