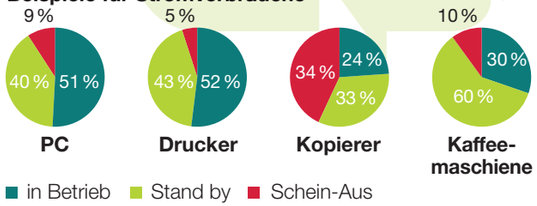
Nachhaltig und effizient nutzen – Strom

Wie wir Energie einsparen können
Die Effizienz elektrischer Geräte ist in den letzten Jahren kontinuierlich gestiegen. Damit aus den Optimierungen auch Energieeinsparungen folgen, sollte diese höhere Effizienz nicht durch ein Mehr an Technik zunichte gemacht werden. Ein gezielter Austausch alter Geräte und eine bewusste Nutzung bilden die Grundlage, den Strombedarf zu senken – im Büro wie auch daheim.

Versteckten Stand-by-Verbrauch senken
Auch vermeintlich ausgeschaltete Geräte verbrauchen Strom. Typische Beispiele sind Drucker, Kopierer, PC und Monitor, Kaffeemaschinen oder Fernseher.

Beispiele für Stromverbräuche



Tipps für die Teeküche und das Büro:
- ✓ Kaffeemaschine, Kopierer und PC nur bei Bedarf anlassen
- ✓ Licht beim Verlassen der Räume ausschalten
- ✓ Steckerleisten mit Schalter und Zeitschaltuhren nutzen
- ✓ Bildschirmschoner vermeiden, Monitor ausschalten

Diakonisches Werk Bad Neustadt e. V.
Ansprechpartner: Lothar Schulz
Marktplatz 11
97616 Bad Neustadt / Saale

09771 63097-14
09771 63097-29
info@diakonie-nes.de

www.diakonie-nes.de

Geschäftsführer:
Carsten Bräumer

Bankverbindung und Spendenkonto:
VR Bank Rhön-Grabfeld
IBAN: DE53 7906 9165 0202 1130 15

Stand: November 2022

Diakonie Schweinfurt
Diakonie Kitzingen
Diakonie Bad Neustadt
Diakonie Bad Kissingen
Diakonie Markt Einersheim
Diakonie Lauertal

ENERGIE-SPAREN IM JOB UND ZUHAUSE

TIPPS UND ANREGUNGEN

Packen wir es gemeinsam an!

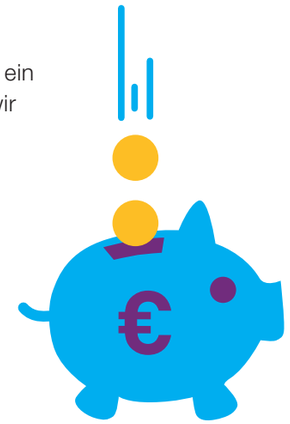
Liebe Mitarbeiterinnen, liebe Mitarbeiter,

Energiesparen ist im Moment in aller Munde. Es wird davon gesprochen, Häuser zu renovieren und Kraftwerke umzubauen und lauter solche Dinge. Mir geht es dann so, dass ich eigentlich abschalte. Denn vieles kann ich so schnell und einfach nicht und manches liegt vollkommen außerhalb unserer Macht. Dabei ist es gar nicht so schwer, selbst seinen Beitrag zu leisten. Manches geht sogar ganz einfach.

Dieser Flyer soll eine Hilfestellung für die Arbeit und zuhause sein, wie jede und jeder von uns mit ganz wenigen Schritten seinen / ihren Beitrag leisten kann. Und – man glaubt es kaum, aber es stimmt – mit diesen einfachen Schritten kann man schon 10 % Energie und damit bares Geld einsparen. Bei der Arbeit und zuhause. Mich hat das begeistert. Machen Sie mit?

Das löst zwar nicht das ganze Problem, aber ist ein Anfang und einer, den wir machen können.

Ihr
Carsten Bräumer



Wasser – unser wertvollstes Gut

Wir verbrauchen 120–190 Liter Trinkwasser pro Tag – einen großen Teil davon können wir durch unser Verhalten sparen.

Spartaste bei Toilettenspülungen nutzen!

Volle Spülung
9–12 Liter

bis **-66 %**

Kleine Taste „Sparmodus“
3–6 Liter

Lieber Duschen statt Baden und dabei die Temperatur runterdrehen: warm (36 °C) anstatt heiß!

9–11 Liter pro Minuten
➔ 5 Min. Duschen: ca. 50 Liter

Standardvollbad
ca. 120 Liter Wasser

zzgl. Energie für die Aufbereitung von Warmwasser

Kürzer Duschen (5 Min.) und beim Einseifen das Wasser kurz abstellen!

reduziert auch die Duschkosten für Warmwasser

Hände öfter mit kaltem Wasser waschen!

Tipps für einen sparsamen Umgang:
- ✓ Wasserhähne und Duscharmaturen richtig abdrehen
- ✓ beim Einseifen Wasserhahn zudrehen
- ✓ Temperatur runterdrehen
- ✓ Hände mit kaltem Wasser waschen
- ✓ Einbau von Perlatoren
- ✓ Duschköpfe gegen wassersparende Modelle tauschen
- ✓ Regenwasser in Regentonnen zum Gießen sammeln

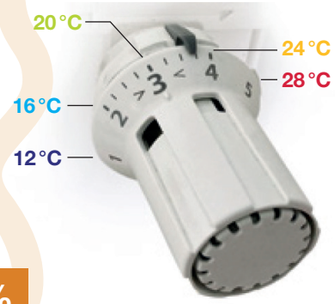
Passend beleuchten

Auch Licht verbraucht Energie
Mit der Wahl der richtigen Leuchtmittel und mit der richtigen Helligkeit für unterschiedliche Tätigkeiten lässt sich Energie sparen. LEDs sind heutzutage gleichermaßen günstig in der Anschaffung wie effizient im Verbrauch gegenüber früheren Modellen. Eine Umstellung auf LED-Beleuchtung macht sich meist schon nach einem Jahr bezahlt.

Tipps für die passende Beleuchtung:
- ✓ auf LED umrüsten
- ✓ Licht ausschalten beim Verlassen des Raumes oder sobald es draußen hell genug ist – Leuchtmittel halten häufiges Ein- und Ausschalten heutzutage aus.

Clever heizen

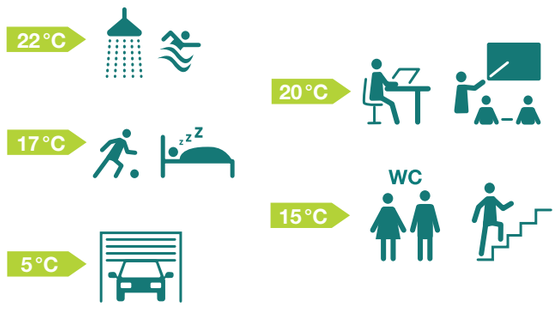
Der Wärmeenergieverbrauch macht ca. **80 Prozent des Energieverbrauches** von Gebäuden aus – **Heizen bietet daher das größte Sparpotential**. Gewusst, wie: Die Zahlen auf dem Thermostat stehen für bestimmte Raumtemperaturen. Das Ventil bleibt so lange voll geöffnet, bis die gewünschte Temperatur erreicht ist. Es wird also nicht schneller warm, wenn man eine höhere Temperatur einstellt. Hier kann man **durch angemessenes Verhalten viel sparen**.



-1 °C = -6 %

Eine um 1 °C geringere Raumtemperatur entspricht 6 % weniger Energieverbrauch.

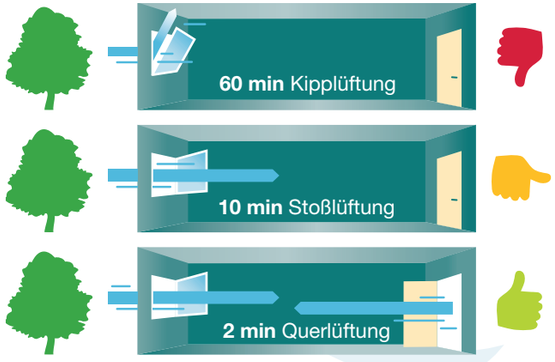
Optimale Raumtemperaturen in der Heizsaison



Tipps zum Kosten sparen beim Heizen:
- ✓ optimale Raumtemperaturen einhalten
- ✓ Thermostat beim Lüften abdrehen
- ✓ Räume generell geschlossen halten
- ✓ für angenehmeres Raumempfinden passend bekleiden
- ✓ Heizkörper nicht zustellen oder verdecken
- ✓ Raumthermometer aufstellen, diese zeigen die tatsächliche Raumtemperatur

Richtig lüften

Gekippte Fenster führen zu Wärmeverlusten, schaffen aber keinen ausreichenden Luftwechsel. **Schnelle Querlüftung** vermeidet Wärmeverluste, Schimmel- und Algenbildung und spart Geld.



In geschlossenen Räumen steigt die CO_2-Konzentration schnell an. Das führt zu schlechter Luftqualität. Lüften Sie in einem 2-Personen-Büro von 16 m² alle 90 Minuten.