Machen Sie den Kühl- und Gefrierschrank immer nur ganz kurz auf. Ordnung hilft alles schnell zu finden.

Das Eis an den Wänden vom Gefrierfach regelmäßig entfernen.

Optimale Temperatur: Kühlschrank +7° C Gefrierschrank -18° C

Für manche Speisen ist der Schnellkochtopf sparsamer.

Legen Sie Deckel auf Töpfe und Pfannen. Topf = gleiche Grösse wie die Kochplatte. Töpfe so klein wie möglich.

Sobald das Essen kocht, runterstellen auf kleine Stufe. Die Herdplatten früh ausschalten und Platten-Nachhitze nutzen.



Caritasverband

Darmstadt e. V. caritas



Heizen Sie den Backofen nicht vor. Umluft nutzen statt Ober/Unterhitze.

Ofentür während des Backens nur sehr selten und sehr kurz öffnen.

Mit dem Backofen dürfen Sie nicht heizen !!!

Achten Sie auf den Energieverbrauch, wenn Sie ein neues Elektrogerät kaufen. Achten Sie auf das farbige Zeichen: Dunkelgrün ist sehr sparsam.

Machen Sie die Waschmaschine voll. Sie sparen dann Strom und Geld. Je heißer Sie waschen, desto teurer. Sie brauchen für normale Wäsche 30 Grad. Eventuell Spezialwaschmittel verwenden.

Sinnvolle Temperaturen

Durchlauferhitzer: 38 °C

Warmwasserspeicher: 60 °C

Drehen Sie am Wasserhahn den Hebel immer nach rechts.

Nutzen Sie Eco-Programme für alle Elektrogeräte!

Spülen mit der vollen Spülmaschine ist billiger als Spülen mit der Hand. Vorspülen per Hand ist nicht nötig.

Sparen Sie Wasser und Strom mit einem Energiesparprogramm. 1x im Monat bei 60 °C spülen, um Keime zu vermeiden.

OGERÄTE



Wäschetrockner brauchen sehr viel Strom. Wäsche an der frischen Luft trocknen.

Verwenden Sie zum Hände Grad. waschen kaltes Wasser. en. Drehen Sie am Wasserhah

EINFACHE ENERGIESPARTIPPS RUND UM WASSER + ELEKTROGERÄTE