

Stromspartipps für den Sommer

Der Sommer ist die perfekte Zeit, um Energie zu sparen und gleichzeitig die Umwelt zu schonen. Hier einige Tipps, wie im Alltag Strom eingespart werden kann.

Klimaanlage und Ventilatoren effizient nutzen: Die dauerhafte Nutzung der Klimaanlage sollte vermieden werden. Stattdessen bieten sich Ventilatoren und eine gute Luftzirkulation an. Außerdem sollte die Klimaanlage auf eine moderate Temperatur eingestellt und bei Abwesenheit ausgeschaltet werden.

Die ideale Raumtemperatur liegt im Sommer zwischen 23 und 26 Grad. Aber Achtung, bei zu starken Temperaturunterschieden zwischen drinnen und draußen drohen Kreislaufprobleme und Erkältungen.

Natürliche Kühlung: In den Nachtstunden sollte die kühle Außenluft genutzt werden. Besonders effizient kann in der zweiten Nachhälfte gelüftet werden, da es dort am kühlgsten ist. Tagsüber sollten Fenster und Rollos geschlossen bleiben, um die Hitze draußen zu halten.

Energieeffiziente Geräte: Beim Kauf von Elektrogeräten sollte auf deren Energieeffizienzklasse und den Jahresstromverbrauch geachtet werden. Energieeffiziente Geräte verbrauchen weniger Strom und helfen langfristig Kosten zu sparen.

Beleuchtung: Das natürliche Tageslicht sollte so lange wie möglich genutzt werden. Zudem gilt: Licht aus beim Verlassen der Räume und wenn es nicht benötigt wird. LED-Leuchten sind eine stromsparende Alternative zu herkömmlichen Beleuchtungskörpern.

Kühlgeräte: Die Temperatur von Kühlschrank und Gefriergerät sollte überprüft werden. Temperaturen von 7°C im Kühlschrank und -18°C im Gefrierfach sind optimal. Häufiges Öffnen der Türen sollte vermieden und nur abgekühlte Speisen in den Kühlschrank gestellt werden.

Standby-Modus vermeiden: Geräte sollten komplett ausgeschaltet oder noch besser, ausgesteckt werden. Beim Vermeiden von Standby-Verbräuche helfen schaltbare Steckerleisten mit denen mehrere Geräte gleichzeitig vom Stromnetz zu trennen werden.

Kochen und Backen: Kochen mit Deckel, die Nutzung der Restwärme beim Kochen und Backen und die Verwendung verschiedenster Hilfsmittel, wie Schnellkochtopf oder Wasserkocher, lässt sich einiges an Strom einsparen.

Mit diesen Tipps kann im Sommer nicht nur Strom gespart werden, sondern auch der ökologische Fußabdruck verringert und die Umwelt geschützt werden. Jede kleine Maßnahme zählt und trägt zu einer nachhaltigeren Lebensweise bei.

Weitere Infos zu diesen und anderen Themen im Rahmen des
kostenlosen Energie-, Bau- und Sanierungsberatungsdienst
der Gemeinde Ahrntal

Anmeldung unter:
E-Mail an energieberatung.bz@gmail.com
Stichwort „Beratungsdienst Ahrntal“