

PRESSEINFORMATION

Energiespar-Tipps für das Home-Office: Teil 2

Ulm, 30. April 2020 - Die Energieberatung der Verbraucherzentralen und die Regionale Energieagentur Ulm geben weitere Tipps um im Home-Office Energie zu sparen. Im zweiten Teil der dreiteiligen Serie werden die Bereiche Licht, Heizung, Herd und Backofen behandelt.

Licht: Wer noch Glüh- oder Halogenlampen für die Arbeitsplatzbeleuchtung verwendet, verbraucht fünf bis sechsmal so viel Strom wie mit LED-Lampen. Die Umrüstung lohnt sich in der Regel auch finanziell. Nach dem Austausch alter Leuchtmittel durch sparsamere Modelle, lässt sich das Geld häufig nach weniger als einem Jahr wieder einsparen.

Heizung: Sollten Sie Ihre Heizung noch in Betrieb haben, dann lässt sich der Wärmeenergieverbrauch einfach reduzieren. Regeln Sie die Raumtemperatur im Arbeitszimmer gezielt nach Ihrem tatsächlichen Bedarf und nachts sowie bei längeren Arbeitspausen drehen Sie die Thermostate herunter. Regelmäßiges Lüften ist für ein angenehmes Raumklima zusätzlich unerlässlich. Zimmertüren zu weniger beheizten Räumen sollten, außer beim Lüften, geschlossen bleiben. Nutzen Sie die Sonne beim Heizen mit, einfach die Vorhänge öffnen und das Arbeitszimmer erwärmt sich ohne Zusatzkosten.

Herd und Backofen: Wer viel zuhause ist, kocht wahrscheinlich auch mehr. Frische Lebensmittel statt Tiefkühlkost zuzubereiten, verbraucht weniger Energie. Man spart sich das Tiefkühlen und Wiederauftauen. Wasser für eine erholsame Tasse Tee bringt man energiesparend mit dem Wasserkocher auf Temperatur, statt mit dem Herd. Nur ein Induktionsherd kann das genauso energieeffizient. Der Wasserkocher sollte aber nur die benötigte Menge Wasser aufheizen und nicht immer maximal gefüllt werden. Durch die gleiche Größe von Kochgeschirr und Durchmesser der Kochstelle, lässt sich zusätzlich Energie sparen. Es lohnt sich außerdem die Restwärme des Herds zu nutzen und Kochstellen früher auszustellen.

Beim Backofen sollte man möglichst immer die Heiß- oder Umluftfunktion nutzen. Damit spart man sich das Vorheizen und kann in der Regel eine 20 bis 30 Grad niedrigere Backtemperatur wählen.

Individuelle Spartipps gibt die Energieberatung der Verbraucherzentralen und die Regionale Energieagentur Ulm. Mehr Informationen gibt es kostenfrei bei



Ansprechpartner

**Verbraucherzentrale
Baden-Württemberg e. V.**
Pressestelle
Tel. (0711) 669173
www.vz-bw.de

Verbraucherzentrale Bayern
Pressestelle
Tel. (089) 552794 177
www.verbraucherzentrale-bayern.de

**Regionale Energieagentur
Ulm gGmbH**
Tel. (0731) 173 270
www.regionale-energieagentur-ulm.de

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Seite 2 von 2 Seiten des Schreibens vom 04.05.20

der Regionalen Energieagentur Ulm unter **0731 - 173 270** oder auf
verbraucherzentrale-energieberatung.de