



STADTWERKE
RINTELN

Energie

sparen!

#energyforyou

Heizen

Auch wenn die Heizung primär in der kalten Jahreszeit eingesetzt wird, so macht diese im Laufe eines Jahres ganze **70 % unseres Gesamt-Energiebedarfes** aus. **Mit jedem Grad weniger sparen Sie bereits 6 % Energie.**

- Raumtemperatur tagsüber auf max. 20 °C, nachts auf 16–18 °C stellen

- Nicht oder kaum genutzte Räume nur mäßig beheizen

- Heizkörper freihalten und regelmäßig entlüften

- Rollläden abends schließen



**70 %
Heizung**

Lüften

Lüften ist wichtig und beugt Feuchteschäden und Schimmel vor. Durch gekippte Fenster geht aber viel Wärme verloren. **Deshalb:**

- Mind. 3-mal am Tag 5–10 Minuten mit weit geöffnetem Fenster (quer-) lüften

- Während des Lüftens die Heizung abdrehen



**14 %
Warm-
wasser**

Wasser

14 % des Energieverbrauchs entfallen auf das Erhitzen von Warmwasser. Ein Wannenbad braucht dreimal so viel Wasser und Energie wie ein Drei-Minuten-Duschbad. **Darum:**

- Duschen statt baden

- Wassersparenden Duschkopf verwenden

- Wasser so kurz wie möglich laufen lassen

- Wasser abstellen, wenn es nicht benötigt wird

- Wassertemperatur reduzieren



Schnell wieder schließen



Kühlen & Gefrieren

- Kühlschrank auf 7 °C stellen
- Gefrierschrank auf -18 °C stellen
- Unnötiges und langes Öffnen vermeiden
- Gefrierschrank regelmäßig abtauen



Kochen

- Kochtopf-Durchmesser passend zur Größe der Kochstelle wählen
- Passende Topfdeckel verwenden
- Wasser im Wasserkocher erhitzen
- Restwärme nutzen:
Herdplatte und Backofen 5–10 Minuten vor Ende der Gar- bzw. Backzeit abschalten



Rest-
wärme
nutzen

Geschirrspülen

- Möglichst Spülmaschine nutzen
- Spülmaschine nur voll beladen anstellen
- Bei Handwäsche kein Wasser laufen lassen, sondern im Spülbecken oder einer Schüssel spülen

Beleuchtung

- Licht nur wenn nötig anschalten
- Sparsame LED-Lampen nutzen
- Bewegungssensoren als Alternative zur Dauerbeleuchtung (z. B. nachts)

Licht
aus

Elektronische Geräte

- Geräte vollständig abschalten und nicht im Stand-By-Betrieb belassen
- Bei der Anschaffung neuer Geräte darauf achten, dass diese sparsam und nicht unnötig groß sind



Waschen

- Vorwäsche vermeiden
- Fassungsvermögen der Waschtrommel immer voll ausnutzen
- Mit möglichst geringen Temperaturen waschen
- Sparprogramme nutzen
- Wäsche, wenn möglich, im Freien trocknen



Wir sind für Sie da *Partner der Region*

Jede Kilowattstunde zählt: Alle sind jetzt aufgerufen, möglichst wenig Energie zu verbrauchen. Dass die Maßnahmen einen großen Nutzen haben, zeigt ein Vergleich der verbrauchten Gasmenge mit dem Vorjahr: In diesem Jahr wurde im Mai ein Drittel weniger Gas verbraucht als noch im Jahr 2021.

Alle können dazu beitragen, dass Energie eingespart wird. Durch einfache Tricks verbrauchen Sie weniger Strom, Warmwasser und Heizenergie.

Hier finden Sie weitere Tipps, wie einfach Energiesparen sein kann und was Sie dabei beachten sollten:



Broschüre
„Energiespartipps“
(PDF) der
Verbraucherzentrale



energiewechsel.de
(Link) des
Bundesamtes
für Wirtschaft und
Klimaschutz



**STADTWERKE
RINTELN**

Stadtwerke Rinteln GmbH

Bahnhofsweg 6, 31737 Rinteln
Fon: 05751 700-0

Rinteln
Stadt an der Weser



info@stadtwerke-rinteln.de
www.stadtwerke-rinteln.de