

# klima:aktiv Lifestyle-Tipps

## Mit einfachen Tipps viel Geld sparen und die Umwelt schonen



Ich bin klima:aktiv.

# klimatefreundlich mobil



FOTO SANDOZ

- Lassen Sie den Motor nicht im Leerlauf warmlaufen. Fahren Sie nach dem Starten gleich los und halten Sie den Motor auf niedrigen Drehzahlen, bis er Betriebstemperatur erreicht hat.
- Häufiges starkes Beschleunigen und abruptes Bremsen lassen den Spritverbrauch und den Verschleiß an Motor, Kupplung, Getriebe und Reifen in die Höhe schnellen.
- Moderne Motoren sind auf niedrigtouriges Fahren ausgelegt und „verrußen“ dabei keineswegs. Bei rund 2000 U/min auf den nächst höheren Gang zu schalten ist für die meisten Autos kein Problem und hilft Treibstoff, Abgase und Lärm zu sparen.
- Beschleunigen Sie im ersten Gang nur einige Meter weit und schalten Sie dann gleich in den nächst höheren Gang. Ab 50 bis 70 km/h kann, wenn es die Verkehrssituation erlaubt, meist schon der höchste Gang eingelegt werden.
- Vermeiden Sie hohe Geschwindigkeiten! 100 statt 130 km/h spart bis zu zwei Liter auf 100 km. Den geringsten Verbrauch haben die meisten Autos bei rund 50 bis 70 km/h im höchsten Gang.
- Wer genug Abstand lässt, ist sicherer unterwegs und kann Geschwindigkeitsunterschiede der voran fahrenden Fahrzeuge ohne starke Brems- und Beschleunigungsmanöver ausgleichen.
- Moderne elektronische Einspritzanlagen ermöglichen ein relativ Sprit sparendes Starten. Motor abstellen lohnt sich daher bei Stopps ab ca. 20 Sekunden.
- Wenn Sie ein Auto kaufen: Entscheiden Sie sich für ein sparsames Modell mit möglichst geringem CO<sub>2</sub>-Ausstoß. Dieselfahrzeuge sollten unbedingt mit Rußpartikelfilter ausgestattet sein. Eine Verbrauchsanzeige leistet beim Sprit sparen wertvolle Dienste. Alles, was Sie über Verbrauch, Emissionen sowie Steuervorteile wissen sollten, erfahren Sie auf [www.autoverbrauch.at](http://www.autoverbrauch.at)



FOTO DIEGO CERVO

## RADFAHREN UND ZU-FUSS-GEHEN

- Bei einem Viertel aller Autofahrten werden nur 2 km, bei der Hälfte nur 5 km zurückgelegt. Gerade bei kurzen Wegen verbrauchen Autos aber besonders viel Sprit. Zu-Fuß-Gehen und Radfahren tun der Umwelt genauso gut wie der Gesundheit und dem Geldbörstel.

Auch die Nutzung von Bus und Bahn hilft, Geld, Stress und Abgase sparen.

# strom sparen



FOTO: BEN NEWITZ

## KOCHEN UND BACKEN

- Mit einem Schnellkochtopf können Sie viel Strom sparen. Verwenden Sie, wenn im Rezept nicht ausdrücklich anders vorgesehen, immer einen passenden Topfdeckel und nehmen Sie einen Kochtopf, der möglichst exakt auf die Kochstelle passt!
- Nützen Sie die Restwärme der Kochstelle, indem Sie früher abschalten!
- Mit der Mikrowelle erwärmen Sie bereits zubereitete kleine Mengen sparsamer als mit dem Elektroherd. Das Erwärmen von Wasser ist mit dem Wasserkocher sparsamer.
- Dunkle Backformen nehmen Wärme besser auf. Beim Backen sollte nur dann vorgewärmt werden, wenn das unbedingt erforderlich ist.



FOTO: AKIT

## SPÜLEN

- Mit modernen Geschirrspülern verbrauchen Sie weniger Energie und Wasser als bei händischem Spülen. Entfernen Sie nur grobe Speisereste vom Geschirr und beladen Sie den Geschirrspüler voll.



FOTO: BASE

## KÜHLEN UND GEFRIEREN

- Platzieren Sie das Kühl- und Gefriergerät nicht in der Nähe von Wärmequellen (z.B. Herd) und setzen Sie es nicht der direkten Sonneneinstrahlung aus!
- Öffnen Sie die Türe nur so lange wie unbedingt notwendig! Sorgen Sie für ausreichende Belüftung und halten Sie die Lüftungsgitter frei! Stellen Sie nur abgekühlte und zugedeckte Lebensmittel in den Kühlschrank!
- Die optimale Lagerungstemperatur in Gefriergeräten ist  $-18^{\circ}\text{C}$ .



FOTO: GRAHAM HEYWOOD

## WASCHEN UND TROCKNEN

- Füllen Sie die Waschmaschine voll! Auch im Vergleich zum Einsatz eines Gerätes mit Mengenautomatik sparen Sie damit Strom und Geld.



## WASCHEN UND TROCKNEN

- Setzen Sie das Vorwäscheprogramm nur bei stark verschmutzter Wäsche ein! Im Regelfall sind 60° C ausreichend, oft sogar 40° C.
- Im Idealfall trocknen Sie die Wäsche auf einer Wäscheleine oder einer Wäschespinne. Wäschetrockner und ganz besonders Waschtrockner sind stark Strom verbrauchende Alternativen. Ist deren Einsatz unvermeidbar, dann schleudern Sie die Wäsche am besten mit einer Drehzahl > 1200 U/min. Das reduziert die Restfeuchte und somit den Strombedarf für das Trocknen.



## BELEUCHTUNG

- Verwenden Sie bei häufig verwendeten Lichtquellen Energiesparlampen und schalten Sie nicht benötigte Lichtquellen aus! Energiesparlampen dürfen nicht über Hausmüll oder Altglas entsorgt werden. Geben Sie diese beim Elektrofachhändler oder bei der Altstoffsammelstelle unentgeltlich zurück!
- Außenbeleuchtungen sollten durch Bewegungssensoren oder Zeituhren geschaltet werden.
- Und bedenken Sie: Halogenlampen sind zwar effizienter als Glühlampen, sie sind aber keine Energiesparlampen!



## STAND-BY-BETRIEB

- Die Kosten für den Stand-by-Betrieb sind durch die gestiegene Geräteausstattung der Haushalte inzwischen oft beträchtlich. Stromfresser haben einen Stand-by-Verbrauch von 20 Watt, sparsame Geräte benötigen nur ca. 2 Watt. Es lohnt sich, Fernseher, SAT-Receiver und Co. direkt am Gerät auszuschalten.
- Wenn sich Geräte auch durch Ausschalten nicht ganz vom Netz trennen lassen – das erkennt man daran, dass die Geräte weiterhin warm bleiben –, dann empfiehlt sich eine schaltbare Steckerleiste. Viele moderne Recorder verlieren ihre Programmierung auch dann nicht, wenn sie vom Netz genommen werden.



FOTO BRIGIT 33



## ELEKTRISCHE WARMWASSERBEREITUNG

- Eine Warmwassertemperatur von 60° C ist ausreichend. Dadurch kann bei „hartem“ Wasser die Verkalkung verringert werden.
- Zirkulationsleitungen verbrauchen viel Strom. Sollten Sie über eine solche verfügen, stellen Sie die Zirkulationspumpe mit einer Zeitschaltuhr aus! Damit ist gewährleistet, dass zu den Hauptverbrauchszeiten immer sofort warmes Wasser zur Verfügung steht.
- Kleinspeicher sind dort effizient, wo nur wenig Wasser benötigt wird und die Leitungslänge zur zentralen Warmwasserbereitung sehr lang ist.

## heizkosten sparen

FOTO RA-PHOTOS



- Wenn Sie das Fenster zum Lüften öffnen, sollten Sie den Heizkörper abschalten. Andernfalls strömt die teure Wärme beim Fenster hinaus.
- Senken Sie die Raumtemperatur in der Nacht ab!
- Sollten Sie das Haus vorübergehend nicht benutzen, ist eine völlige Abschaltung der Heizung dennoch nicht zu empfehlen. Denn es kostet mehr Energie, das Haus wieder zu erwärmen, als es bei abgesenkter Temperatur warm zu halten.
- Achten Sie darauf, dass der Heizkörper nicht durch Verkleidungen zugebaut ist oder durch Vorhänge verdeckt wird. Das hindert ihn an der Wärmeabgabe. Durch Verdecken der Heizkörper mit einem Vorhang entsteht ein Wärmestau zwischen Vorhang und Fenster, was den Energieverbrauch beträchtlich erhöhen kann.

FOTO SYNERGEE



- Vermeiden Sie eine Kipplüftung! Diese führt zu einem unnötig hohen Heizenergieverbrauch. Führen Sie regelmäßig kurze Stoßlüftungen für den Luftaustausch durch!



# nachhaltig einkaufen



FOTO: BMLFUW

- Wer Bio-Produkte kauft, ernährt sich nicht nur gesund, sondern leistet damit auch einen Beitrag zum Umwelt- und Klimaschutz. Österreich ist Bio-Land Nummer 1.
- Der Kauf von saisonalen Produkten sowie Produkten aus der Region ist ein wichtiger Beitrag zum Klimaschutz.
- Verwenden Sie Mehrweg-Flaschen und Recycling-Papier!



FOTO: ANDREJ BURAK

## Mehr Informationen zu einem klima:aktiven Lebensstil?

- |  |   |
|--|---|
| ■ <a href="http://www.klimaaktiv.at">www.klimaaktiv.at</a>                                   | ■ <a href="http://www.spritspar.at">www.spritspar.at</a>  |
| ■ <a href="http://www.topprodukte.at">www.topprodukte.at</a>                                 | ■ <a href="http://www.lebensministerium.at">www.lebensministerium.at</a>                        |
| ■ <a href="http://www.energiesparlampe.klimaaktiv.at">www.energiesparlampe.klimaaktiv.at</a> | ■ <a href="http://bioshopping.lebensministerium.at">http://bioshopping.lebensministerium.at</a> |
| ■ <a href="http://www.stromsparmeister.at">www.stromsparmeister.at</a>                       | ■ <a href="http://www.mein-fussabdruck.at">www.mein-fussabdruck.at</a>                          |
| ■ <a href="http://www.eigenheim-modern.klimaaktiv.at">www.eigenheim-modern.klimaaktiv.at</a> | ■ <a href="http://www.nachhaltigewochen.at">www.nachhaltigewochen.at</a>                        |

klima:aktiv ist die Klimaschutzinitiative des Lebensministeriums. Die **ÖSTERREICHISCHE ENERGIEAGENTUR** setzt klima:aktiv operativ um. Die einzelnen Programme zum Klimaschutz werden von verschiedenen Programmmanagern durchgeführt.

## Kontakt

- **ÖSTERREICHISCHE ENERGIEAGENTUR**  
 Mariahilfer Straße 136, 1150 Wien  
**TELEFON** 01 586 15 24-0  
**FAX** 01 586 15 24-340  
**EMAIL** [klimaaktiv@energyagency.at](mailto:klimaaktiv@energyagency.at)  
[klimaaktivmobil@energyagency.at](mailto:klimaaktivmobil@energyagency.at)  
**INTERNET** [www.energyagency.at](http://www.energyagency.at)  
[www.klimaaktiv.at](http://www.klimaaktiv.at)