



## Die Nebenkosten reduzieren – wie geht das?

Die hohen Preise für Energie oder auch Lebensmittel machen vielen Menschen Sorgen. Woher soll das Geld für eine dreimal so hohe Heizkostenabrechnung kommen? Wird man überhaupt noch alle Rechnungen bezahlen können? Und: Wo soll man ansetzen mit dem Sparen? Weil insbesondere der Energieverbrauch momentan ins Geld geht, lohnt es sich, an dieser Stelle genauer hinzuschauen.

### Die Heizenergie sparsam nutzen

Knapp die Hälfte der verbrauchten Energie wird für das Heizen (inklusive Warmwasser) benötigt. Zwar können Mieter die vorhandene Technik nicht austauschen, trotzdem ist es möglich, den Verbrauch zu mindern. So sollten Heizkörper nicht zugestellt werden. Wichtig sind zudem regelmäßiges, gegebenenfalls professionelles Entlüften und Reinigen.

### Ein Grad weniger spart 6 Prozent Heizenergie.

Bei zunehmender Sonneneinstrahlung im Frühjahr wärmen sich ganz automatisch auch die Wohnräume auf. Der Thermostat der Heizung kann dann allmählich zurückgedreht werden. Und das freut natürlich den Geldbeutel, denn bereits ein Grad weniger im Raum lässt sechs Prozent Energie einsparen.

Die Empfehlungen für die Raumtemperatur: 20 Grad in Wohnräumen, 18 Grad in der Küche, 17 Grad im Schlafzimmer. Wer dreimal täglich für fünf Minuten lüftet (zum Beispiel morgens nach dem Aufstehen, wenn man nachmittags heimkommt und abends vor dem Schlafengehen) und vorher alle Heizungen herunterdreht und dann alle Fenster weit öffnet, handelt nicht nur energieeffizient, sondern beugt auch Schimmel vor.

Ungenutzte Räume sollten nicht voll beheizt werden. Aber völlig auskühlen sollten die Zimmer ebenfalls nicht, sonst muss in den Nebenräumen stärker geheizt werden.

Bei tiefen Außentemperaturen erfolgt der größte Wärmeverlust über die Fenster, deshalb sind nachts geschlossene Rollläden oder Klappläden eine sinnvolle Sparmaßnahme. Das Abdichten mit Gummilippen ist zusätzlich eine kleine, aber sinnvolle Investition.

### Den Stromverbrauch von Haushaltsgeräten im Blick behalten

In einem Durchschnittshaushalt entfällt gut ein Fünftel der Energiekosten allein auf die Elektrizität. Mit speziellen Verbrauchszählern, wie sie die Verbraucherzentralen oder Stadtwerke verleihen, lassen sich die größten Stromfresser im eigenen Haushalt feststellen und entweder austauschen oder im Verbrauch senken. Für selten genutzte Geräte (DVD-Player, Monitor, Spielekonsole, Wäschetrockner) kann eine abschaltbare Steckerleiste





sinnvoll sein, denn der Standby-Betrieb verschlingt unnötig Energie - besonders bei älteren Geräten.

### **Verbrauchszähler zeigen, welche Geräte den meisten Strom verbrauchen.**

Konsequent das Licht auszuschalten, sobald ein Raum verlassen wird oder für Keller und Abstellräume entsprechende Bewegungsmelder anzuschaffen – auch das spart Geld.

In der dunklen Jahreszeit sind Lichterketten oder Leuchtdeko sehr beliebt. Das Umrüsten alter Leuchtelemente auf moderne LEDs spart viel Energie ein. Batteriebetriebene Lichterketten sind nicht nur teuer, sondern auch umweltschädlich. Gar keinen Strom benötigen solarbetriebene Lichterketten – hochwertige Produkte leuchten auch im Winter bei wenig Sonnenlicht ausreichend lange. Wer insgesamt weniger beleuchtet oder mit Zeitschaltuhren arbeitet, spart am meisten.

Insbesondere im Homeoffice ist in den letzten zwei Jahren mehr Strom für Laptop oder PC verbraucht worden. Dabei ist der Laptop dem Desktop-PC deutlich voraus: Er braucht nur ungefähr ein Siebtel so viel Strom und spart damit pro Jahr rund 50 Euro. Mit den Energieeinstellungen des Geräts lässt sich allerdings noch einiges herausholen: Display-Helligkeit verringern, Akkulaufzeit durch Energiesparmodus erhöhen und nach Feierabend den Stecker ziehen.

### **Energieverbrauch vergleichen und sich beraten lassen**

Wer genau wissen möchte, wie viel Strom Haushalte in ähnlicher Situation in Deutschland verbrauchen, kann mit dem Stromspiegel für Deutschland den Vergleich machen und sehen, wo der eigene Haushalt steht. Für konkrete Fragen und Einsparideen bieten die Verbraucherzentralen eine individuelle Energieberatung an, die kostenfrei ist. Diese findet am Telefon, online per Video, in einer Beratungsstelle oder per Mail statt.

Für Menschen mit geringem Einkommen gibt es bei der Initiative „Stromsparcheck“ ebenfalls eine kostenlose Beratung. Beim Beratungstermin vor Ort bringen die Experten sogar kostenfreie Hilfsmittel mit, die sofort Einsparungen bringen. Lohnt sich der Austausch zum Beispiel eines alten Kühlschranks, gibt es einen Gutschein über 100 Euro für das Neugerät.

### **Über die Sparkasse Fürth**

*Die Sparkasse Fürth bietet seit 1827 den Menschen in der Region alle Möglichkeiten für den Zahlungsverkehr, zum Sparen und zur Kreditaufnahme. Darüber hinaus sind das Wertpapiersparen, die Vermittlung von Versicherungen, Immobilien und Bausparverträgen aus der S Finanzgruppe wesentliche Geschäftsaktivitäten. Gelder werden primär im Geschäftsgebiet gesammelt und zur Entwicklung dieser Region wieder in Form von Finanzierungen zur Verfügung gestellt. Das Gemeinwohl und die langfristige Entwicklung stehen über einer kurzfristigen Gewinnerzielung.*

