

ABC-LISTE

A	
B	
C	
D	
E	
F	
G	
H	
I	
J	
K	
L	
M	
N	
O	
P	
Q	
R	
S	
T	
U	
V	
W	
X	
Y	
Z	

ABC-LISTE – BEISPIELLÖSUNG

- A** Abschalten von Licht, wenn man es nicht braucht. Standby-Verbrauch durch eine Steckerleiste mit Kippschalter vermeiden. Diese trennt die Geräte vom Netz. Damit kann man je nach Anzahl über 100 Euro pro Jahr an Stromkosten sparen.
- B** Bio-Lebensmittel brauchen bei ihrer Erzeugung um bis zu zwei Drittel weniger Energie! Regionale, saisonale Produkte haben den Vorteil, dass sie nur kurze Transportwege hinter sich haben. Bei Lebensmitteln, die bei uns nicht wachsen, sollte zumindest darauf geachtet werden, dass sie aus fairem Handel stammen. Dies garantiert eine faire Bezahlung für die Produkte in ihren Anbaugebieten.
- C** Checken der Einsparpotentiale in den verschiedenen Bereichen – z. B. mit der Energie-Checkliste (s. o.)
- D** Deckel drauf. Wird ohne Deckel gekocht, verbraucht man etwa dreimal so viel Energie wie beim Kochen mit Deckel.
- E** Energiesparlampen und LED-Lampen statt Glühbirnen
- F** Frische Luft: Stoßlüften statt Fenster kippen
- G** Gänge sind meist keine Aufenthaltsorte und brauchen nicht so stark beheizt werden.
- H** Heizkörper entlüften
- I** Informationen über Energiespartipps lesen
- J** Jeder Zentimeter Unterschied zwischen der Topfgröße und der Herdplatte hat 20-30 Prozent Mehrverbrauch zur Folge.
- K** Kühlschrank nicht neben den Ofen stellen, Gefriertruhe an einen unbeheizten Ort platzieren.
- L** Label für Energieeffizienz: Beim Kauf von Elektrogeräten sollte immer auf das Energielabel geachtet werden – dieses gibt Auskunft über die Energieeffizienzklasse und somit auch darüber, ob es sich bei dem Gerät um ein sparsames Modell handelt (Effizienzklasse A bis A+++ oder um einen Energiefresser (Effizienzklasse B bis D).
- M** Mit Druck sparen! Mit einem Druckkochtopf lässt sich etwa die Hälfte der Energie und sehr viel Zeit sparen. Hat der Topf den entsprechenden Innendruck erreicht, kann die Herdplatte auf eine geringe Stufe zurückgeschaltet werden.
- N** Nachtabsenkung oder Absenkung der Raumtemperatur, wenn alle außer Haus sind. Aber Achtung: Räume nicht völlig auskühlen lassen! Denn will man wieder auf Wohlfühltemperatur kommen, braucht das viel Energie.
- O** Obst und Gemüse nach Saison, aus regionaler und biologischer Landwirtschaft kaufen.
- P** Produktion braucht Energie! Daher: langlebige Produkte kaufen und überlegen, ob das Produkt/Gerät überhaupt gebraucht wird. Privatfahrzeuge sind für 12 % der CO₂-Emissionen in der EU verantwortlich. Die Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel, das Radfahren und zu Fuß gehen sind billigere und gesündere Alternativen.

- Q** Qualitätsprodukte kaufen, denn diese halten länger und gelangen nicht so schnell in den Müll.
- R** Raumtemperatur im Winter in allen Räumen um 1 Grad senken spart mind. 6-7% der Heizkosten.
- Recycling hilft Energie sparen – mach mit! Das Recycling einer Aluminiumdose zur Produktion einer neuen erfordert ein Zehntel der Energie, die zur Produktion einer ganz neuen Dose erforderlich ist. Bei der Herstellung von Papier aus alten Zeitungen verbrauchen Papierfabriken weitaus weniger Energie als bei der Papierproduktion aus Zellstoff.
- S** Stecker raus! Elektrische Geräte wie Computer, Fernseher, DVD-Player usw. verbrauchen auch in abgeschaltetem Zustand Energie. Nur, wenn diese Geräte vollständig vom Stromnetz getrennt sind, kannst du dies verhindern. Dazu müsstest bei diesen Geräten der Stecker aus der Steckdose gezogen werden. Einfacher geht es, wenn du sie mit Hilfe einer Steckerleiste vom Stromnetz trennst. Spare Warmwasser, in dem du duschst anstatt zu baden – dazu ist viermal weniger Energie erforderlich.
- T** Trockner brauchen viel Strom. Besser ist es, die Wäsche auf der Wäscheleine trocknen zu lassen.
- Trinke möglichst wenig in Flaschen abgefülltes Wasser. Es ist in jedem Fall tausendfach teurer als Wasser aus der Leitung. In Europa ist Leitungswasser meistens ohne weiteres trinkbar und es ist sogar möglich, einen Filter anzubringen, um es weiter zu reinigen. In Flaschen abgefülltes Wasser ist in der Produktion und Vermarktung mit Energieverbrauch verbunden, und in manchen Ländern werden Kunststoffflaschen einfach entsorgt und nicht recycelt.
- U** Umsteigen vom Auto aufs Fahrrad oder auf öffentliche Verkehrsmittel, kurze Strecken zu Fuß zurücklegen.
- V** Vorhang, Kästen und Tische gehören nicht vor den Heizkörper – diese sperren die Wärme vom restlichen Raum ab. Vermeide Lebensmittel, für deren Produktion oder Transport viel Energie benötigt wird wie beispielsweise Fleisch und Fertiggerichte.
- W** Warmwasseraufbereitung: Bei der Umstellung der Warmwasseraufbereitung von Gas auf Sonnenenergie kann man bis zu 90% Energie einsparen. Wenn du ein Heißgetränk zubereitest, koche nur die Wassermenge auf, die du brauchst. Fülle den Wasserkessel nicht ganz auf, wenn es nicht nötig ist.
- X** X-fach erinnern: Durch viele kleine Maßnahmen kann man viel Energie einsparen, man muss nur daran denken. Einfach lustige Hinweiskärtchen basteln und zum Lichtschalter, Computerbildschirm usw. hängen.
- Y** Youtube, Facebook, Google & Co: für die Nutzung des Internets wird in den USA bereits ein Zehntel des Gesamtstromes verbraucht. Einen Großteil des Stroms bei der Computernutzung „fressen“ Rechner und Bildschirm. Die meisten Computer verbrauchen auch im abgeschalteten Zustand weiterhin Energie. Nur wenn Geräte vollständig vom Stromnetz getrennt sind, kannst du dies verhindern (Steckerleiste!).
- Z** Zettel und Papier doppelseitig drucken und Recyclingpapier verwenden. Ziehe auch das Ladegerät für dein Handy aus der Steckdose, wenn das Handy aufgeladen ist – das Ladegerät verbraucht weiter Strom, auch wenn das Handy nicht angeschlossen ist.

Quelle: in Anlehnung an: FORUM Umweltbildung; Carbon Detectives; 5.–8. Schulstufe