

## **Elektrogeräte effizient nutzen**

---

### **Energieeffizient kochen**

- Mit Deckel kochen: Es geht weniger Energie verloren und das Essen ist schneller gar.
- Wasserkocher statt Pfanne: Ein Wasserkocher benötigt halb so viel Energie, wie eine Herdplatte. (Ausnahme: Induktionsherd)
- Filter des Dunstabzuges reinigen: Kontrollieren Sie monatlich den Dunstabzug und reinigen Sie ihn, wenn nötig. Umlufthauben sollten ebenfalls periodisch ausgewechselt werden.

### **Geschirrspüler effizient nutzen**

- Geschirrspüler immer ganz füllen: Ein halb gefüllter Geschirrspüler verbraucht genauso viel Energie und Wasser, wie ein voller.
- Sparprogramm nutzen: Sie dauern zwar etwas länger, sind aber sparsamer und gründlicher.
- Nicht vorspülen: Sie sparen somit das Wasser des Vorspülens und das Geschirr wird erst noch sauberer, da die Sensoren den korrekten Verschmutzungsgrad des Geschirrs aufnehmen können.

### **Kühl- und Gefriergeräte effizient nutzen**

- Stellen Sie den Kühlschrank auf 7°C und den Tiefkühler auf -18°C ein, das reicht.
- Lassen Sie warme Speisen zuerst abkühlen, bevor Sie sie im Kühlschrank aufbewahren.
- Lassen Sie gefrorene Lebensmittel im Kühlschrank auftauen. Hilft dem Kühlschrank beim kühlen.

### **Backofen effizient nutzen**

- Nicht vorheizen: Die meisten Gerichte gelingen auch ohne vorgeheizten Ofen. Sie können bis zu 20% Energie sparen.
- Benutzen Sie Umluft statt Ober- und Unterhitze.
- Nachwärme nutzen: Schalten Sie den Backofen 5 min vor Backende aus und nutzen Sie die Nachwärme.

### **Waschmaschine effizient nutzen**

- Trommel immer gut füllen: Energie und Wasserverbrauch ist immer gleich.
- Niedrig temperiert waschen: Waschen Sie mit möglichst niedriger Temperatur
- Nutzen Sie Sparprogramme

### **Elektrogeräte effizient nutzen**

- Elektrogeräte wenn möglich immer ganz ausschalten und nicht nur in den Stand-by- oder Schlafmodus schicken. Mit einer Steckerleiste können Sie gleich mehrere Geräte koppeln und durch einen einfachen "Klick" Energie sparen.
- Stromsparmodes aktivieren: Einige Geräte verfügen über einen solchen.
- Akku- anstatt Netzbetrieb: Verwenden Sie akkubetriebene Elektrogeräte (falls Sie die Auswahl haben), diese sind effizienter.

Weitere Infos finden Sie unter: [www.nicht-verschwenden.ch](http://www.nicht-verschwenden.ch)

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an [energie.umwelt@affeltrangen.ch](mailto:energie.umwelt@affeltrangen.ch)