

Pressemitteilung

Nachhaltiger wohnen: Energiespartipps für die kälteren Jahreszeiten

Sobald die Tage kürzer werden, steigt in den meisten Haushalten der Energieverbrauch – vor allem durchs Heizen. „Der Nachhaltige Warenkorb“ des Rates für Nachhaltige Entwicklung (RNE) zeigt, wie Verbraucherinnen und Verbraucher mit einfachen Maßnahmen zuhause Energie und damit Kosten sparen.

Knapp [ein Viertel](#) des gesamten Energieverbrauchs in Deutschland entsteht in privaten Haushalten, der Großteil davon beim Heizen. Besonders im Herbst und Winter belastet dies nicht nur die Haushaltskasse, sondern auch das Klima. Denn wo Energie in Wärme umgesetzt wird, entstehen auch CO₂-Emissionen. Da Deutschland den CO₂-Ausstoß bis 2020 um mindestens 40 Prozent gegenüber 1990 senken will, sind Politik, Wirtschaft und Gesellschaft gefordert. Verbraucherinnen und Verbraucher können durch einfache Maßnahmen im Alltag ihren Energiekonsum drastisch reduzieren und [nachhaltiger wohnen](#).

Richtig heizen

30 bis 40 Prozent der Heizkosten können [mit einfachen Mitteln](#) eingespart werden. So ist es grundsätzlich nicht notwendig, die Heizung bis zum Anschlag aufzudrehen. Nur ein Grad weniger Raumtemperatur spart nach Schätzungen um die sechs Prozent Energie. Im Wohnbereich reicht im Normalfall eine Temperatur von 20 bis 22 Grad Celsius aus. Wichtig ist auch das richtige Lüften: Die Fenster auf Dauer-Kipp stehen zu lassen, erhöht den Energieverbrauch und die Heizkosten drastisch. Besser ist es nach Bedarf zu lüften, am besten zwei- bis dreimal täglich per Stoßlüftung.

Strom sparen bei Licht und Geräten

Über [300 kWh Strom](#) verbraucht ein Zwei-Personen-Haushalt jährlich für die Beleuchtung. Das sind etwa 10% der Gesamtstromkosten. In Räumen, in denen man kein Licht benötigt, sollte dieses ausgeschaltet werden. Zudem gilt es, die richtigen Lampen zu wählen: LED-Lampen sparen im Vergleich zur überholten Glühbirne bis zu 85 Prozent der Energiekosten ein. Darüber hinaus lässt sich Strom auch an anderer Stelle gut [sparen](#). So kann man [effiziente Haushaltsgeräte](#) nutzen und den [Stand-by-Betrieb](#) elektronischer Geräte vermeiden.

Nachhaltig bauen und sanieren

Bei der [Wahl von Wohnort und Wohnform](#) sollte man langfristig denken. Freistehende Einfamilienhäuser verbrauchen, gemessen an der Zahl ihrer Bewohner, überdurchschnittlich viel Fläche und Energie – im Gegensatz zu Reihen- oder Mehrfamilienhäusern. Lange Wege zu Arbeitsplatz, Kita oder Schule verschlingen Ressourcen und lassen die Gemeinkosten für Infrastruktur steigen. Wer bei Bau- und Wohnentscheidungen auf diese Faktoren achtet, spart Zeit, Ressourcen und schont die Umwelt.

Bei [Neubauten](#) müssen zurzeit die Mindeststandards der Energieeinsparverordnung (EnEV) eingehalten werden. Über höhere Energiestandards wird auf politischer Ebene verhandelt. Absehbar sind verschärfte Anforderungen, die ab 2021 nur noch Passiv- und Nullenergie-Neubauten erlauben. Es ist daher sinnvoll, sich beim Neubau bereits jetzt an hohen Effizienzstandards zu orientieren.

Im [Altbau](#) sind die Einsparpotenziale durch eine energetische Sanierung besonders hoch: eine Reduzierung um bis zu 80 Prozent des Energieverbrauchs für Heizung und Warmwasser ist möglich.

Maßnahmen fördern lassen

Wer nachhaltige Sanierungsmaßnahmen oder den Bau eines Niedrigenergiehauses plant, kann auf [eine Vielzahl unterschiedlicher Fördermittel](#) zurückgreifen. Bei der Suche nach dem passenden Förderprogramm hilft zum Beispiel der Förderratgeber von [co2online.de](#) weiter. Auf [energiefoerderung.info](#) kann man sich zudem über regionalspezifische Programme informieren. Die Adressen anerkannter Expertinnen und Experten finden sich auf Plattformen wie [energie-effizienz-experten.de](#).

Der Nachhaltige Warenkorb

Nachhaltig konsumieren ist heute schon möglich: Wie es geht, zeigt der Nachhaltige Warenkorb des Rates für Nachhaltige Entwicklung. Der Einkaufsführer weist auf nachhaltige Konsumalternativen hin und gibt mit Faustregeln Orientierung für konkrete Konsumententscheidungen zu Lebensmitteln, Reisen und Mobilität, Wohnen und Bauen, Haushalt und Elektronik, Mode und Kosmetik. Zudem bietet er Bewertungen von Siegeln und Produktkennzeichnungen. Der Nachhaltige Warenkorb wird jährlich unter wissenschaftlicher Begleitung aktualisiert. Er ist als Broschüre erhältlich und im Internet.

[www.nachhaltiger-warenkorb.de](#)

Medienkontakt:

Projektbüro „Nachhaltiger Warenkorb“
c/o MediaCompany – Agentur für Kommunikation GmbH
Gunnar Hansen

Tel.: +49 (0)30 2888453-12

E-Mail: kontakt@nachhaltiger-warenkorb.de

Facebook: facebook.de/nachhaltigerwarenkorb

Twitter: twitter.com/nachhaltigjetzt

[www.nachhaltiger-warenkorb.de](#)