



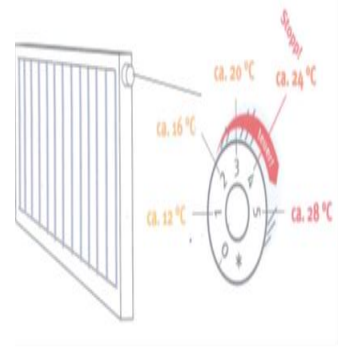
So sparen wir Energie



Heizung richtig einstellen

Die Zimmer müssen nicht gleich warm sein.

- Im Wohnzimmer ist 20 Grad gut.
Das ist Stufe 3
- In der Küche sind 18 Grad gut.
Das ist Stufe 2 bis 3
- Im Schlafzimmer ist 17 Grad gut.
Das ist Stufe 2 bis 3
- Im Badezimmer ist 20 Grad gut.
Das ist Stufe 3
- Nachts ist in allen Zimmern 16 Grad gut.
Das ist Stufe 2



Sie haben Fußbodenheizung

- **Der Punkt oben bedeutet 20 Grad.**



Sie sind länger nicht zu Hause

- die Heizung auf Stufe 2 stellen
- die Heizung im Winter nie auf 0 stellen



Richtig lüften

- das Fenster dreimal am Tag ganz aufmachen
- das Fenster soll 5 bis 10 Minuten offen bleiben
- Heizung aus, wenn das Fenster offen ist
- nach dem Kochen oder Duschen sofort lüften



Im Badezimmer

- Baden ist teuer, Duschen ist besser
- 5 Minuten duschen ist gut
- Wasser nicht laufen lassen beim:
Rasieren, Waschen oder Zähneputzen
- elektrische Zahnbürste:
1 Mal in der Woche auf die Lade-station



In der Küche

- Beim Ab-waschen Wasser nicht laufen lassen
- im Spülbecken oder Schüssel ab-waschen
- Spül-maschine immer voll machen
- Kühlschrank immer nur kurz öffnen
- Wasser im Wasser-kocher heiß machen



Die warme Luft soll im Zimmer bleiben:

- Türen zumachen
- abends Fenster schließen
- Vorhänge und Rollos zumachen
- Zug-luft-stopper vor die Tür legen



In der ganzen Wohnung

Geräte können auf **Standby** gestellt werden.

Das spricht man so: Ständ-bei

Sie sind dann nicht richtig aus.

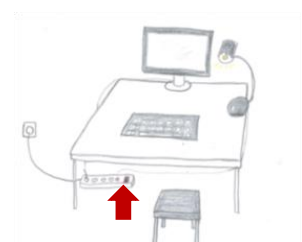
Eine kleine rote Lampe leuchtet.

Das Gerät verbraucht immer noch Strom.



Das Gerät soll keinen Strom verbrauchen:

- mit dem Aus-Knopf das Gerät ganz ausmachen
- oder den Stecker aus der Steckdose ziehen
- oder eine Stecker-leiste auf 0 stellen

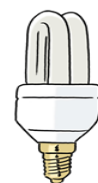


Energie-spar-lampen halten sehr lange.

Und verbrauchen wenig Strom.

Und sind deshalb besser als Glühbirnen.

- Energie-spar-lampen nehmen
- Licht aus, wenn Sie aus dem Zimmer gehen



Wichtig bei **Strom-aus-fall**

Manchmal fällt der Strom aus.

Dann haben Sie kein Licht.

Viele Geräte im Haus funktionieren nicht:

- das Licht geht nicht an
- der Fernseher geht nicht an
- der Kühlschrank ist aus
- die Heizung ist aus



So sorgen Sie vor:

- Sie kaufen eine Taschen-lampe
- Sie kaufen Batterien
- Sie haben eine warme Decke



Wenn Sie Fragen haben

- sprechen Sie mit Ihrer Familie
- sprechen Sie mit ihren Betreuern

