

<https://www.youtube.com/watch?v=GmeymL6kKeo>

## **STROM sparen: einfache Tipps für Dein Zuhause – ein Beitrag der Verbraucherzentrale NRW**

**(Anmerkung:** Das Video wurde ursprünglich für die Oberstufe erstellt. Auch wenn die Sprache eher auf Jugendliche abzielt, wird das Thema des Stromsparens jedoch sehr anschaulich präsentiert. Deshalb haben wir uns entschlossen, es auch für den Unterricht mit Erwachsenen zu nutzen.)

### **Audiodeskription**

Hi Leute, da bin ich wieder. Jetzt habe ich ein paar Tipps für Euch, wie Ihr zuhause weniger Strom verbraucht. Ihr wisst ja, das ist wichtig, um das Klima zu schützen und auch um Geld zu sparen. Seid Ihr bereit? Fangen wir in der Küche an.

Cool. Thelma und Lucas sind schon dran. Wir wollten heute nämlich was zusammen kochen. Ich glaube, Lukas hat sogar schon mit den Nudeln angefangen.

Lukas hat das Wasser mit dem Wasserkocher erwärmt, weil das schneller geht und Strom spart. Wenn er jetzt auf dem Herd die Nudeln kocht, dann nur mit Deckel, denn dann kann er die Hitze runterstellen. So kocht auch nichts über.

Bei Kühlschrank und Gefrierfach ist es wichtig, dass Ihr die Tür immer schnell wieder zumacht, damit nicht so viel warme Luft reinkommt. Auch Essensreste erst hineinstellen, wenn sie vollständig abgekühlt sind.

Oft steht in Rezepten oder auf Packungen von Pizza und Brot, dass Ihr den Backofen vorheizen sollt. Das muss aber eigentlich gar nicht sein, sondern verbraucht nur unnötig Energie. Am besten stellt Ihr den Ofen einfach auf Umluft ein und macht ihn schon vor Ablauf der Garzeit wieder aus. Die Restwärme reicht alle mal. Und Ihr könnt ordentlich Strom sparen.

Die Spülmaschine sollte immer richtig voll sein. In eine normalgroße Spülmaschine passen mehr als 80 Teile rein. Und am besten spült Ihr mit dem Eco-Programm. Dauert zwar länger, spart aber Strom und Wasser. Im Gegensatz zum Kurzprogramm, die brauchen sogar mehr Energie als der normale Spülgang.

Für die Waschmaschine gilt dasselbe wie für die Spülmaschine. Vollmachen und Eco-Programm nutzen. Und der Trockner? Tja, den kann man sich eigentlich schenken. Deshalb hab' ich auch keinen. Ich trockne meine Wäsche lieber draußen - oder im Trockenraum auf der Leine. Das verbraucht nämlich einfach mal gar keinen Strom.

So, ich glaube Thelma und Lukas kriegen das hier hin. Gehen wir mal weiter. Was können wir noch machen, um Strom zu sparen?

Habt Ihr bei Euch vielleicht noch Halogen- oder Glühlampen? Dann wird es echt Zeit, die mal auszutauschen. Mit LED spart Ihr bis zu 80% Strom.

Und dann natürlich alle Geräte komplett vom Strom trennen, wenn Ihr sie nicht nutzt. Mein neuer Fernseher läuft zwar sparsam, verbraucht aber im Stand-By-Modus trotzdem Strom, genauso wie Konsole, Rechner oder auch die Soundanlage. Gerät einfach nur ausschalten, reicht da meistens nicht. Ihr müsst schon die Steckerleiste ausschalten oder einfach den Stecker ziehen.

So, das war es mit meinen Stromspartipps. Es wäre echt mega, wenn Ihr ein paar davon in Euren Alltag übernehmt und so helft, unser Klima zu schützen.

Macht's gut. Ich bin raus.