

**Fernkurs Energiemanagement komplett**  
**Modul 4 –Strom sparen**  
**Aufgabe 1 – Checkliste Strom**

**Stromräuber ausfindig machen**

**Prüfen Sie ob sich in Ihren Gebäuden noch Elektro-Dinosauriere befinden:**

*(Wenn Sie ein Gerät nicht einschätzen können, messen Sie den Stromverbrauch über 24 Stunden mit einem Strommessgerät. Diese Geräte können Sie oft auch von den regionalen Energieagenturen ausleihen)*

	Ja	Nein	Ort
• Glühbirnen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
• Alte Kühlgeräte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
• Alte Heizungspumpen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
• _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____

**Standby- und Scheinausgeräte ausschalten bzw. ausstecken:**

*(Scheinausgeräte sind Geräte mit Netzteilen, die nur auf der Geräteseite ausgeschaltet werden - das Netzteil ist im ausgeschalteten Zustand dann oft noch etwas warm und verbraucht weiterhin Strom – hier hilft nur das Gerät auszustecken. Sollen mehrere Geräte gleichzeitig ausgesteckt werden oder ist die Steckdose schlecht zugänglich, verwenden Sie eine schaltbare Steckdosenleiste)*

	Ja	Nein	Ort
• PCs, Drucker, Kopierer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
• Ladegeräte für Handys...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
• Fernseher und Audiogeräte, Keyboard	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
• Halogen-Stehlampen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
• _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____

**Einsatz von Zeitschaltuhren bei Geräten, die nur zu bestimmten Zeiten benötigt werden:**

*Durch eine Zeitschaltuhr können Geräte in der Zeit, in der diese nicht benötigt werden, vom Netz getrennt werden.*

	Ja	Nein	Ort
• Boiler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
• Kaffee- und Getränkeautomaten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
• Heizlüfter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
• _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____

**Kühltemperaturen, wenn möglich, reduzieren:**

*Wie kalt ist der Kühlschrank, der Gefrierschrank oder ein Klimagerät eingestellt? Kann die Temperatur etwas weniger kalt gewählt werden oder lassen sich die Geräte zeitweilig ganz ausschalten – wie z.B. leerstehende Kühlschränke?*

**Beim Einkauf von neuen Geräten auf Energielabels (A++...) bzw. den Stromverbrauch achten:**

*Informieren Sie sich vor dem Einkauf, wie viel Energie das neue Gerät benötigen wird. Billigere Geräte, die dann im Betrieb mehr Energie benötigen, kommen über die Laufzeit oft deutlich teurer als die sparsamere Variante (z. B. Wasch- und Spülmaschine, Kühlgeräte, Drucker und Kopierer...)*

**Auf Ökostrom wechseln**

*Wer ist Ihr Stromanbieter? Lassen Sie den Stromanbieter wechseln, wenn Sie noch Energie aus dem allgemeinen Strommix beziehen!*

---

**Haben Sie noch weitere Einsparmöglichkeiten gefunden? Wenn ja, dann teilen Sie uns diese doch im Forum mit!**

---

---