

Elektrogeräte im Standby-Modus verbrauchen den ganzen Tag Strom, auch dann, wenn du sie gar nicht benutzt.

Das Gleiche gilt für Handy-Aufladegeräte oder Drucker. Deshalb solltest du das Gerät über den Netzschalter ausschalten.

Praktisch sind Steckdosen-Leisten mit Kippschalter. Damit kannst du mehrere Geräte mit einem Handgriff vom Stromnetz nehmen.

Für eine volle Badewanne brauchst du ungefähr 120 Liter Wasser - zum Duschen gerade mal 50 Liter; vorausgesetzt, du duschst nicht allzu lange.

Beim Duschen sparst du aber nicht nur Wasser, sondern auch die Energie, die benötigt wird, um das Wasser zu wärmen.

Übrigens: Es gibt Spar-Duschköpfe, mit denen du den Wasserverbrauch zusätzlich reduzieren kannst!

Essen solltest du ganz abkühlen lassen, bevor du es in den Kühlschrank stellst.

Denn je wärmer die Luft im Kühlschrank ist, desto mehr Energie braucht der Kühlschrank, um sie wieder abzukühlen.

Deshalb sollte der Kühlschrank auch nicht neben Geräten stehen, die Wärme abgeben (Herd, Spülmaschine, Heizung).

Ein aufgebackenes Brötchen zum Frühstück? Mit dem Toaster brauchst du um die Hälfte weniger Energie, als wenn du den Backofen benutzt.

Beim Kochen gehört immer der Deckel auf den Topf.

Noch mehr Energie sparst du, wenn du einen Schnellkochtopf benutzt oder wenn du das Wasser für Nudeln im Wasserkocher vorher heiß machst.

Wenn du die Heizung mit Möbeln oder anderen Dingen "zubaust", kann sie die Wärme nicht richtig abgeben.

Du musst dann mehr heizen, um ein Zimmer warm zu bekommen.

Computer brauchen viel Strom, vor allem der Monitor. Deshalb das Gerät ausschalten, wenn du es nicht brauchst - zumindest den Monitor.

Ein Flachbildschirm braucht übrigens weniger Strom als ein Röhrenmonitor.

Das sind ganz schöne Strecken, die eine Tomate aus Spanien oder die Ananas aus Costa Rica zurücklegen muss, bis sie bei uns im Supermarkt landet.

Und das heißt: Unmengen an umweltbelastendem Benzin für den Transport.

Noch ein Nachteil: Das Obst und Gemüse wird meist chemisch behandelt, damit es den langen Transport auch gut übersteht!

Deshalb solltest du Obst und Gemüse aus unserer Umgebung kaufen.