

Laver et sécher

Le linge à bouillir, c'est du passé. Avec les machines modernes et les lessives d'aujourd'hui, le linge est propre même à 30 °C. Utiliser le sèche-linge rarement.

Facile et efficace

- Laver à 40 °C au lieu de 60 °C dépense deux fois moins d'électricité, à 30 °C c'est même 70 pour cent en moins.
- Accumuler le linge et faire la lessive avec une machine pleine.
- Sécher la lessive sur la corde à linge – imbattable!

Peu d'effort

- La quantité minimale (!) de lessive indiquée est suffisante pour l'eau douce de Brême. On peut commander gratuitement des gobelets de dosage au fabricant de lessive.
- Essorer le linge soigneusement (nous recommandons 1500 UpM au minimum). Ainsi, le sèche-linge travaillera plus vite et moins cher.

Acheter à l'économie

- Acheter une machine à laver de classe énergétique A+++ consomme 25 pour cent d'énergie en moins par rapport à une appareil A+. Veillez à la classe d'efficacité d'essorage A.
- Acheter un sèche-linge à pompe à chaleur et de classe d'efficacité énergétique A+++



Foto: fotolia.de © lycocom101

Waschen und Trocknen

Kochwäsche, das war einmal. Mit modernen Maschinen und heutigen Waschmitteln wird die Wäsche auch bei 30 °C sauber. Wäschetrockner selten benutzen.

Einfach (und) gut

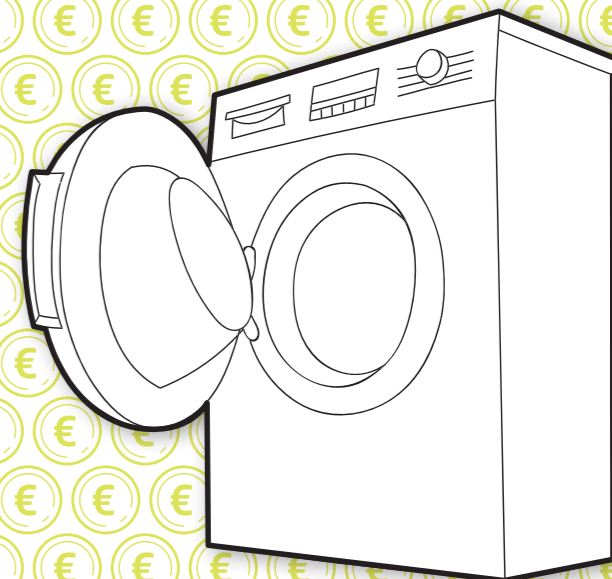
- Mit 40 °C statt 60 °C waschen, das spart die Hälfte an Strom, 30 °C spart sogar 70 Prozent.
- Wäsche sammeln und mit voller Trommel waschen.
- Wäsche draußen auf der Leine trocknen – unschlagbar!

Wenig Aufwand

- Für das weiche Bremer Wasser reicht die kleinste (!) angegebene Menge Waschmittel. Dosierbecher können kostenlos beim Waschmittelhersteller bestellt werden.
- Wäsche gut schleudern (wir empfehlen mindestens 1.500 UpM), dann geht's im Trockner schneller und preiswerter.

Sparsam kaufen

- Waschmaschine kaufen mit Effizienzklasse A+++ verbraucht gegenüber einem A+-Gerät 25 Prozent weniger Energie. Auf Schleuderwirkungsklasse A achten.
- Wäschetrockner mit Wärmepumpe und Effizienzklasse A+++ kaufen.



Economiser
de l'électricité

Réfrigérateur jusqu'au
lave-vaisselle

Strom einfach gespart -
von Kühlschrank bis Spülmaschine

Refrigérer et congeler

Il y a un réfrigérateur et souvent même un congélateur dans chaque cuisine. Ils sont utilisés jour et nuit et toute l'année et sont ainsi les plus grands consommateurs d'électricité du ménage.

Facile et efficace

- Y mettre seulement des aliments refroidis.
- Ouvrir la porte du réfrigérateur le moins souvent possible et brièvement.
- Dégeler le réfrigérateur et le congélateur. Un dépôt de gel est normal. Une couche de glace augmente la consommation d'électricité.
- La grille de ventilation doit être dégagée et propre.

Peu d'effort

- Acheter un thermomètre de réfrigérateur. 7 °C au lieu de 5 °C économise 10 pour cent d'électricité. Pour surgeler, -18 °C sont tout à fait suffisants.
- Dépoussiérer l'échangeur de chaleur situé au fond du réfrigérateur.

Acheter à l'économie

- Acheter de préférence des appareils de réfrigération de classe d'efficacité A+++ . Le label énergétique de l'UE se trouve sur chaque appareil.
- Les appareils de réfrigération trop grands consomment trop d'électricité – choisir la dimension appropriée!



Foto: fotolia.de © Guillermo Iobbo

Kühlen und gefrieren

Ein Kühlschrank steht in jeder Küche, oft sogar ein Gefriergerät. Sie sind rund um die Uhr das ganze Jahr im Einsatz und gehören damit zu den größten Stromverbrauchern im Haushalt.

Einfach (und) gut

- Nur abgekühlte Lebensmittel reinstellen.
- Tür möglichst selten und kurz öffnen.
- Kühl- und Gefriergerät abtauen. Ein leichter Reifansatz ist normal, eine Eisschicht erhöht den Stromverbrauch.
- Lüftungsgitter frei und sauber halten.

Wenig Aufwand

- Ein Kühlschrankthermometer kaufen. 7 °C statt 5 °C spart zehn Prozent Strom. Zum Tiefkühlen sind -18 °C völlig ausreichend.
- Wärmetauscher an der Rückwand entstauben.

Sparsam kaufen

- Kühlgeräte am Besten mit Effizienzklasse A+++ kaufen. Das EU-Energielabel ist an jedem Gerät zu finden.
- Zu große Kühlgeräte verbrauchen zu viel Strom – die passende Größe auswählen!

Cuisiner, laver la vaisselle

Après avoir cuisiné, on peut mettre la vaisselle au lave-vaisselle. Une machine complètement chargée est plus économique que de laver à la main.

Facile et efficace

- Au lieu d'utiliser le four, passer les petits pains au four sur le dépôt du grille-pain.
- Ne pas faire préchauffer le four.
- Si possible faire cuire et pâtisser à la chaleur tournante.
- Seulement utiliser le micro-ondes pour faire chauffer des petites portions.
- Ne pas prélever la vaisselle et les casseroles mais seulement les débarrasser des restes du repas avant de les mettre au lave-vaisselle.
- Utiliser le programme économique du lave-vaisselle.

Peu d'effort

- Cuire des portions plus grandes – fait économiser du temps et de l'argent.
- Mettre les plats cuisinés congelés au micro-ondes ou à la casserole de préférence une fois décongelés.
- Utiliser une bouilloire électrique.
- Seulement mettre en marche le samovar si nécessaire.
- Un rinçage à 65 °C une fois par mois prévient les dépôts de graisse dans votre lave-vaisselle et empêche qu'une défaillance technique ne se produise.

Acheter à l'économie

- Pour les fours, veillez à la classe d'efficacité énergétique A++.
- Les lave-vaisselles modernes sont silencieux et aussi très économiques pour la consommation en énergie et en eau pour ceux de classe d'efficacité énergétique A+++.

Kochen und spülen

Nach dem Kochen darf das Geschirr in die Spülmaschine. Eine voll beladene Maschine ist sparsamer, als von Hand abzuspülen.

Einfach (und) gut

- Brötchen auf dem Brötchenaufsatz des Toasters aufbacken statt im Backofen.
- Den Backofen nicht vorheizen.
- Wenn möglich mit Umluft backen und braten.
- Mikrowelle nur zum Erwärmen kleiner Portionen nutzen.
- Geschirr und Töpfe nicht vorspülen, sondern nur grob von Essensresten reinigen, bevor sie in die Spülmaschine kommen.
- Sparprogramm (etwa 50 °C) der Spülmaschine nutzen.

Wenig Aufwand

- Größere Portionen kochen und backen – spart Zeit und Geld.
- Tiefkühlgerichte möglichst an- oder aufgetaut in die Mikrowelle oder den Topf geben.
- Einen elektrischen Wasserkocher nutzen.
- Samovar nur bei Bedarf anschalten.
- Ein Spülgang mit 65 °C einmal pro Monat beugt Fettablagerungen in der Maschine vor und schützt vor einem technischen Defekt.

Sparsam kaufen

- Bei Backöfen auf Energieeffizienzklasse A+ achten.
- Moderne Spülmaschinen sind leise und mit Energieeffizienzklasse A+++ für Energie- und Wasserverbrauch auch super sparsam.