



Energie-Scouts

Handreichung zur Umsetzung des Projekts 2024

Inhalt

Das Projekt	2
Energie-Scouts suchen und finden	4
Welche Voraussetzungen müssen Energie-Scouts mitbringen?	5
Energie-Scouts finden	7
Mit Energie-Scouts arbeiten	8
Inhaltliche Einarbeitung.....	9
Benötigte Materialien	10
Wertschätzung der Energie-Scouts.....	11
Projekterfolg messen.....	12
Dokumente	14
Energiesparpotenziale nach Räumen	16
Anhang	22

Impressum

Herausgeber: co2online gemeinnützige GmbH
Hochkirchstraße 9, 10829 Berlin, info@co2online.de
Redaktion: Christian Schmidt, Christine Persitzky, co2online gGmbH
Gestaltung & Satz: Juliane Franz
Stand: Februar 2024

Diese Veröffentlichung wird kostenlos abgegeben (solange der Vorrat reicht) und ist nicht für den Verkauf bestimmt.

Titelbild: Fox/ Pexels
Illustrationen: Hanna Günther
Bilder: S. 2, 4, 8, 10, 11, 13, 14, 22 Paul Hoffer/ Indigo Pictures, S. 7 Fox/ Pexels,
S. 16 Giorgio_Fochesato/ Westend61, S. 19 Rawpixel/ iStock, S. 21 Marc Beckmann/ co2online



Das Projekt

Das Konzept der Energie-Scouts wurde im Rahmen des Projektes „Stuttgart knackt die 10 %!“ entwickelt, einer Energiesparkampagne für Stuttgarter Mieter*innen. Diese vom Stuttgarter Klima-Innovationsfonds geförderte und von der co2online gGmbH durchgeführte Kampagne zeigt Einsparpotentiale in Mietwohnungen in den Bereichen Heizen, Strom, Warmwasser und Kühlen auf.

Der Fokus der kostenlosen, digitalen und gleichzeitig individuellen Klimaschutzberatung auf der Kampagnenwebsite **Stuttgart knackt die 10 %!** liegt dabei auf Maßnahmen, die die Mieter*innen eigenständig umsetzen können und die ohne große Investitionen Einsparungen von bis zu 10 % ermöglichen.

Mit Hilfe der Energie-Scouts bekommen interessierte Haushalte die Möglichkeit, sich ganz konkret vor Ort bei sich zu Hause zu individuellen Energie-Einsparpotentialen und -Maßnahmen beraten zu lassen. Energie-Scouts sind Personen, die über ein detailliertes Wissen zum Thema Energiesparen in privaten Haushalten verfügen. Sie bringen diese Kenntnisse entweder bereits als Vorwissen mit oder sind bereit, sich

„Um die Energiewende zu schaffen, benötigen wir eine größere Akzeptanz in der Gesellschaft. Dazu können die Energie-Scouts erheblich beitragen.“

Sebastian Metzger | Mitglied der Geschäftsführung von co2online

diese im Rahmen der Vorbereitung auf ihre Tätigkeit als Energie-Scout anzueignen. Im Rahmen einer Begehung nehmen sie relevante Daten auf und geben Tipps für effiziente Energiesparmaßnahmen.

Diese Broschüre soll interessierten Kommunen als erste Information zum Konzept der Energie-Scouts dienen. Sie enthält Grundlagen und Dokumente, die für die Vorbereitung und Umsetzung der Energie-Scouts benötigt werden. Dazu gehören Ausführungen zu

den Voraussetzungen und zur Akquise entsprechender Personen, zu den benötigten Materialien und den Möglichkeiten der Erfolgsmessung. Außerdem gibt sie eine inhaltliche Übersicht zu Energiespartipps, die die Durchführung der Begehungen veranschaulichen soll. Als weitere für das Projekt relevante Dokumente finden sich im Anhang ein Infoblatt für die Mieter*innen, ein Handout mit Energiespartipps sowie ein Argumentationsleitfaden für die Kommunikation zwischen Mieter*in und Vermieter*in.

Unterscheidung Energieberatung/Energiesparberatung

Energie-Scouts unterscheiden sich von klassischen, zertifizierten Energieberater*innen. Während sich die klassische Energieberatung in erster Linie an Hausbesitzer*innen wendet und größere Maßnahmen wie Sanierungen und Heizungstausch in den Blick nimmt, zielt die Energiesparberatung der Energie-Scouts auf geringinvestive Maßnahmen und Verhaltensänderungen in Privathaushalten, vor allem bei Mieter*innen ab.





Energie-Scouts suchen und finden

Das Projekt Energie-Scouts steht und fällt mit den Personen, die sich für diese Aufgabe zur Verfügung stellen. Wie aber findet man solche Personen? Wer ist geeignet? Gibt es Voraussetzungen, die die angehenden Energie-Scouts bereits mitbringen sollten? Anders als bei zertifizierten Energieberater*innen ist ein spezifischer fachlicher Hintergrund nicht das wichtigste Kriterium. Vielmehr sind es persönliche Eigenschaften, Interesse und Engagement, die überzeugende Energie-Scouts ausmachen.

Welche Voraussetzungen müssen Energie-Scouts mitbringen?

Energie-Scouts besuchen Menschen in deren Wohnung, um sie direkt vor Ort zum Thema Energiesparen zu beraten. Dazu sollten sie einige Voraussetzungen mitbringen.

Interesse und Engagement für das Thema Energiesparen

Die wichtigsten Voraussetzungen, um Energie-Scout zu werden, sind Engagement und Interesse am Thema Energiesparen. Enthusiasmus ist wichtig, um teilnehmende Haushalte und andere Menschen für das

Energiesparen zu begeistern und sie zum Umdenken zu bewegen, ohne dass dies als Belastung empfunden wird.

Soziale Kompetenz

Besonders wichtig für Energie-Scouts sind ein freundliches Auftreten und Spaß am Umgang mit Menschen. Im Rahmen der persönlichen Vor-Ort-Beratungen in privaten Haushalten treffen die Energie-Scouts auf viele unterschiedliche Menschen. Dabei sind nicht nur Vorwissen und Motivlage der zu beraten-

den Person zu beachten, sondern auch deren Persönlichkeit. Eine hohe soziale Kompetenz ist entsprechend von Vorteil.

Vorwissen

Energie-Scout kann man auch ohne spezifische Vorbildung werden. Viel wichtiger ist, dass die Person grundsätzliches Interesse am Thema und Bereitschaft zur ggf. erforderlichen inhaltlichen Einarbeitung mitbringt. Vorwissen zum Thema „Verhaltensbasiertes Energiesparen im Gebäude-

Nützliche Links mit ersten Informationen zum Thema Energiesparen im Gebäudebereich:

- stuttgart-zehn-prozent.de/tipps-und-tricks
- co2online.de/energie-sparen
- verbraucherzentrale-energieberatung.de
- berliner-energiecheck.de
- hamburg.de/energielotsen



bereich“ ist hilfreich, aber nicht notwendig. Alle zur Durchführung einer soliden Energiesparberatung relevanten Informationen lassen sich im Internet finden oder durch gezielte Schulungen etc. vermitteln.

Zeit für die Vorbereitung

Angehende Energie-Scouts benötigen Zeit, um sich einzuarbeiten, sich zusätzliches Wissen und spezifische Informationen anzueignen. Potenzielle Energie-Scouts sollten je nach Wissensstand einige Stunden für die Erarbeitung der theoretischen Grundlagen einplanen. Der konkrete Zeitbedarf kann sehr unterschiedlich sein und hängt

stark von möglicherweise bereits vorhandenem Vorwissen ab. Entsprechend sollte den Energie-Scouts ggf. auch ein passendes Weiterbildungs-Angebot gemacht werden.

Örtliche Nähe

Eine örtliche Nähe der Energie-Scouts zu den teilnehmenden Haushalten ist von Vorteil. Dadurch können Zeit und Fahrtkosten eingespart werden. Zudem ist es so ggf. möglich, glaubwürdige standortspezifische Tipps (beispielsweise zum Lüftungsverhalten) zu geben, da die Berater*innen die klimatischen Bedingungen am Standort kennen und einschätzen können.



Energie-Scouts finden

Um engagierte Personen zu finden, die als Energie-Scout tätig werden wollen, können verschiedene Maßnahmen sinnvoll sein.

Diese hängen davon ab, wo das Projekt durchgeführt wird, wer es organisiert und welche Zielgruppen als künftige Energie-Scouts angesprochen werden sollen. Infos im eigenen Newsletter, Posts in den

Social-Media-Kanälen oder ein Artikel bzw. Aufruf in den Lokalzeitungen, im Mietermagazin oder dem örtlichen Gemeindeblatt bieten sich an. Auch Aushänge oder Flyer bei entsprechenden Veranstaltungen oder an relevanten Orten sind erfolgversprechend. Zur Akquise von Energie-Scouts können verschiedenste Vereine, Organisationen und Institutionen angesprochen

werden, z. B. Umweltorganisationen oder auch Universitäten und Hochschulen. Bereits akquirierte Energie-Scouts oder Personen, welche mit dem Projekt vertraut sind, können zusätzlich in ihrem Umfeld für das Projekt werben. Hilfreich kann es sein, soweit möglich ein kleines Honorar oder eine Aufwandsentschädigung zu zahlen. Das Konzept ist aber auch rein ehrenamtlich umsetzbar.





Mit Energie-Scouts arbeiten

Sind geeignete Personen für den Einsatz als Energie-Scout gefunden, gilt es, sie mit Know-how und allen benötigten Materialien auszustatten. Aber zur Arbeit mit Energie-Scouts gehört auch ihr Engagement anzuerkennen und ihnen entsprechende Wertschätzung auszudrücken. Und schließlich sollte auch der Erfolg ihres Einsatzes gemessen werden.

Inhaltliche Einarbeitung

Personen, die sich für eine Tätigkeit als Energie-Scout interessieren, können sehr unterschiedliches Vorwissen mitbringen. Entscheidend sind die Motivation und das Engagement der Interessenten – die notwendigen fachlichen Kenntnisse lassen sich in der Regel gut vermitteln.

Um die Energie-Scouts gut auf die Vor-Ort-Beratungen in Mietwohnungen vorzubereiten, sind folgende Maßnahmen möglich:

Schulungen und Vorträge

Online-Vorträge zum Thema Energiesparen sind eine gute Möglichkeit, um grundlegendes Wissen aufzubauen. Beispielsweise lassen sich hierfür kostenlose **Vorträge der Energieberatung der Verbraucherzentrale** nutzen.

Bereits vorhandene Unterlagen verwenden

Im Internet bzw. bei co2online gibt es oft schon vorbereitete Checklisten o. Ä. Auch die Dokumente im Anhang dieses Handbuchs stehen zur freien Verfügung.

E-Learning

Um eine umfangreiche und passende Ausbildung der Energie-Scouts sicherzustellen, bietet sich E-Learning an. Sollten die finanziellen Mittel vorhanden sein, könnte ein auf die regionalen Gegebenheiten angepasstes E-Learning-Modul erstellt werden.

Expert*innen-Interviews

Bei fachlichen Fragen zum Energiesparen oder auch für Tipps und Erfahrungswerte, ist es hilfreich, mit Expert*innen von Energieberatungszentren oder ähnlichen Institutionen zu sprechen.

Probe-Beratung

Zum Abschluss der fachlichen Vorbereitung kann es nützlich sein, eine Probe-Beratung durchzuführen. Dadurch können die

Energie-Scouts den Ablauf einer Begehung besser verinnerlichen, um später bei den „richtigen“ Beratungen selbstbewusst und seriös aufzutreten. Denkbar ist auch, dass die neuen Energie-Scouts zunächst eine*n erfahrene*n Scout bei einer oder mehreren Beratungen begleiten.

Austausch mit anderen Energie-Scouts

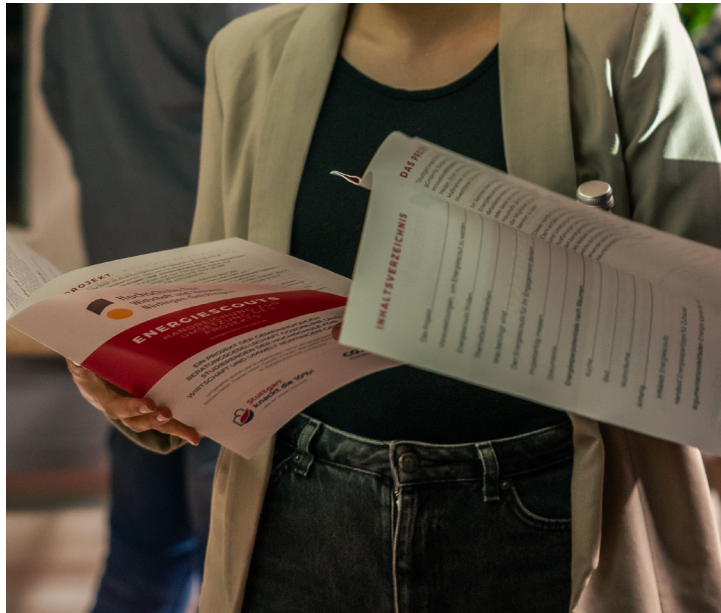
Wir empfehlen, wenn möglich den Kontakt zwischen den Energie-Scouts zu fördern, beispielsweise durch regelmäßige Treffen, bei denen Tipps, Erfahrungen und Herausforderungen ausgetauscht werden können. Dies kann auch die Motivation der Energie-Scouts dauerhaft unterstützen.



Benötigte Materialien

Damit die von Energie-Scouts angebotene Energiesparberatung professionell gestaltet werden kann, benötigen die Energie-Scouts Anschauungsmaterialien, die während der Beratung eingesetzt werden können.

- Mit Hilfe eines **Strommessgerätes** können die Energie-Scouts den Haushalten aufzeigen, wie viel Strom ihre elektrischen Geräte wie Kühlschrank oder Fernseher verbrauchen. So lässt sich das Bewusstsein der Haushalte zum Thema Stromverbrauch schärfen und über effizientere Geräte informieren.



- Auch der Einsatz eines **Thermodetektors** ist sinnvoll. Mit diesem Gerät kann die Temperatur von Oberflächen bestimmt werden – beispielsweise von Außenwänden. Wird die Messung im Winter durchgeführt, lässt sich damit der Dämmzustand des Gebäudes abschätzen. Ebenso können Bereiche erkannt werden, an denen besonders viel Wärme entweicht,

beispielsweise undichte Fenster, oder wo die Gefahr von Schimmelbildung droht.

- Weiteres Material, das die Energie-Scouts zu Anschauungszwecken während der Energieberatung dabei haben sollten, sind verschiedene **Gummidichtungsbänder für Fenster, digitale Heizkörperthermostate, Mengenregler für Armaturen oder Sparduschköpfe.**

- Den Energie-Scouts sollte zudem eine Art **Checkliste** zum Ablauf der Beratung sowie eine Übersicht über die wichtigsten Energiespartipps zur Verfügung gestellt werden.
- Zu guter Letzt sollten die Energie-Scouts **Infomaterial** in Form von Handouts oder Flyern, die den Haushalten übergeben werden, zu den Beratungen mitbringen.

Wertschätzung der Energie-Scouts

Die Arbeit der Energie-Scouts bei den Beratungen sollte angemessene Anerkennung erfahren. In allen Fällen sollte jede*r Energie-Scout für sein Engagement ein Zertifikat als Nachweis über die absolvierte Tätigkeit erhalten. Doch auch darüber hinaus sollten den Energie-Scouts Wertschätzung entgegengebracht und für ihr Engagement gedankt werden. Dies hat den positiven Effekt, dass die bereits gewonnenen Energie-Scouts motiviert

bleiben – es kann aber auch bei anderen Personen oder Personengruppen Interesse wecken. Dadurch könnte die Anzahl der Energie-Scouts, die Anzahl der Begehungen und damit insgesamt die Menge an in Haushalten eingesparter Energie erhöht werden.

Die folgende Aufzählung ist eine nicht vollständige Ideensammlung möglicher kleiner Aufmerksamkeiten für die Energie-Scouts:

- gemeinsames Abschlussessen
- Gutschein für ein lokales Restaurant
- thematisch passende „Energiespar-Goodies“ wie LED-Lampen oder Solar-Powerbanks
- Gutscheine für nachhaltige Läden wie Unverpackt-Läden
- finanzielle Entlohnung
- Beteiligung im Namen der Energie-Scouts an nachhaltigen Projekten wie beispielsweise einer Mitgliedschaft an einer Energiegenossenschaft oder eine Partizipation als Teilhaber*in regenerativer Energieerzeugungsanlagen
- Aktie eines nachhaltigen Unternehmens

Anmerkung für Kommunen: Es besteht auch die Möglichkeit, Energie-Scouts als ehrenamtliche Mitarbeiter*innen zu beschäftigen.



Projekterfolg messen

Eine Möglichkeit, den Erfolg der Energie-Scouts-Beratungen zu messen, ist im Nachgang zu den Begehungen eine Befragung bei den teilnehmenden Haushalten durchzuführen, beispielsweise nach vier Wochen. Darin können die Haushalte nach den von ihnen umgesetzten Maßnahmen gefragt werden. Die dadurch ermittelte Umsetzungsquote kann so als Kennzahl für den Erfolg der Begehungen verwendet werden. Alternativ kann ein zweiter Termin angeboten werden, in dem die Wirksamkeit der umgesetzten Vorschläge und weiterführende Maßnahmen besprochen werden.

Denkbar ist auch eine Befragung der Energie-Scouts. Diese können vermutlich gut bewerten und einschätzen, ob sich das Bewusstsein der beratenen Mieter*innen durch die Begehung verändert haben könnte, welche Einsparpotentiale es gibt oder wie hoch die Bereitschaft zu Verhaltensänderungen bzw. zum Energiesparen ist.

Gleichzeitig kann durch die Befragung der Energie-Scouts das Projekt kontinuierlich weiterentwickelt werden, bei-

spielsweise indem man die Energie-Scout-Berater*innen etwaige, bei den Begehungen aufgetretene Schwierigkeiten erläutern lässt.

Ein Ziel der Begehungen durch Energie-Scouts ist es, einem möglichst breiten Spektrum unterschiedlichster Haushalte eine Energiesparberatung anzubieten. Weitere Kennzahlen für den Erfolg wären somit noch die Anzahl und die Gesellschaftsstruktur der teilnehmenden Haushalte.



„Fast alle der im Projekt beratenen Haushalte waren mit der Beratung zufrieden, zwei Drittel würden die Beratung der Energie-Scouts ganz klar weiterempfehlen. Das zeigt, welches Potenzial für Kommunen in einer solchen Energiesparberatung steckt.“

Christian Schmidt | Projektleiter von „Stuttgart knackt die 10 %“



Dokumente

Im Rahmen der Energiesparberatung durch die Energie-Scouts sind verschiedene Dokumente hilfreich, die die Vorbereitung der Begehungstermine vereinfachen oder den Mieter*innen im Anschluss ausgehändigt werden können. Beispiele für diese im Folgenden näher beschriebenen Infoblätter oder Handouts finden Sie im Anhang.

Infoblatt Energie-Scouts für Mieter*innen

Bevor die Haushalts-Beratungen stattfinden können, wird im Vorfeld ein Infoblatt an die Haushalte ausgegeben, das Informationen über den Sinn und Zweck des Projektes, das Team und den Ablauf enthält. Dieses Dokument soll die Mieter*innen auf die Begehung vorbereiten und ihnen die Bedeutung des Themas Energiesparen näherbringen. Außerdem werden hier bereits Gebäudedaten abgefragt, die von den Energie-Scouts zur Ersteinschätzung genutzt werden. Zudem sollten die Mieter*innen eine Datenschutzerklärung für das Projekt Energie-Scouts unterschreiben.

Handout Energiespartipps

Im Anschluss an die Begehungen wird den Mieter*innen ein Handout mit verschiedenen Tipps zum Energiesparen übergeben. Dieses Dokument umfasst Vorschläge und Maßnahmen, die in den Begehungen thematisiert werden. Damit haben die Mieter*innen auch im Anschluss eine Übersicht mit wichtigen Informationen und verschiedenen Handlungsmöglichkeiten.

Notizen für Begehungen

Um während der Begehung strukturiert vorgehen zu können und keine Energiespartipps zu vergessen, dienen entsprechende Listen

(siehe Anhang) als Hilfestellung. Darin sind die jeweiligen Tipps und Maßnahmen – nach Räumen und Bereichen (zum Beispiel Heizen, Beleuchtung, etc.) gegliedert – aufgeführt. Diese Dokumente können in digitaler oder analoger Form mitgenommen werden. Dazu gehört auch eine Checkliste mit einer Übersicht über die verschiedenen Geräte in einem Haushalt und den dazugehörigen Einsparpotenzialen.

Infoflyer Strom-/Heizspiegel

Wasserspiegel, Stromspiegel und Heizspiegel sind Produkte von co2online, die es ermöglichen, den eigenen Energieverbrauch zu verstehen, ihn einzuordnen und zu senken. Die Flyer zu den Online-Angeboten wasserspiegel.de, stromspiegel.de und heizspiegel.de können den Mieter*innen ausgehändigt werden. Sie bieten Referenzwerte für Strom- und Heizenergieverbrauch je nach Größe und Art des Haushalts, ergänzt durch ein anschauliches Ampelsystem, mit dem sowohl die Energie-Scouts als auch die Mieter*innen die Verbräuche einschätzen können.

Argumentationsleitfaden für die Kommunikation mit Vermieter*innen

Ideal wäre es, anschließend an die Begehungen auch den/die Vermieter*in mit einzubeziehen und für weitere Energie-

sparmaßnahmen – zunächst eine professionelle Energieberatung für das Gebäude – zu gewinnen. Für Mieter*innen, die ihre*n Vermieter*in dafür ansprechen wollen, gibt es einen vorgefertigten Argumentationsleitfaden, in dem Argumente, die sich für eine professionelle Energieberatung anbringen lassen, erläutert werden. So sollen perspektivisch auch Energiesparmaßnahmen, die über geringinvestive und verhaltensbasierte Maßnahmen hinausgehen, umgesetzt werden – beispielsweise bauliche Maßnahmen wie Fassadendämmung oder Dachsanierung. Ein beispielhaftes Dokument befindet sich im Anhang dieser Broschüre.

Umfrage

Um eine Auswertung der Beratungen und der umgesetzten Maßnahmen zu erhalten, kann eine Befragung zu den Begehungen durchgeführt werden. Darin kann erhoben werden, wie zufrieden die Mieter*innen mit der Begehung waren und welche Auswirkung sie auf den Energieverbrauch des Haushalts hatte. Eine solche Befragung kann entweder digital oder auf Papier umgesetzt werden.

Energiesparpotenziale nach Räumen

Küche

Gefrieren und Kühlen

- Der Stromverbrauch der Kühlgeräte beträgt im Durchschnitt 10–15 % des gesamten Verbrauchs an Strom im Haushalt.
- Die richtige Kühlschrankgröße: Bei Einzel- und Zwei-Personen-Haushalten genügt in der Regel ein Kühlschrank mit 100–160 Liter Fassungsvermögen. Für jede weitere Person können zusätzlich 50 Liter Fassungsvermögen hinzukommen.
- Die Temperatur des Kühlschranks kann oft um einige Grad erhöht werden: Die optimale Temperatur beträgt 7 °C.

- Warmes Essen oder Getränke sollten erst abkühlen, bevor sie in den Kühlschrank gestellt werden.
- Tiefgefrorene Lebensmittel im Kühlschrank aufzutauen, unterstützt die Kühlwirkung.

Standort

- Kühlschrank nicht neben einer Wärmequelle, wie z. B. Herd, Heizkörper, Ofen oder Ort mit direkter Sonneneinstrahlung, positionieren
- Bei Einbaugeräten die vorhandenen Lüftungsschlitze freihalten; Abstand zur Wand mind. 5 cm, da Abwärme von Wärmetauscher entweicht

Abtauen

- Dickere Reif- oder Eisschicht an den Innenwänden der Kühlgeräte erhöht den Energieverbrauch deutlich
- Routinemäßig zweimal im Jahr alle Geräte abtauen
- Schadhafte Dichtungen fördern die Vereisung. Sie sollten regelmäßig kontrolliert und ggf. ausgetauscht werden.

Geschirrspülmaschine

- Die meiste Energie beim Geschirrspülen wird für Wassererwärmung verbraucht: Eco-Programme dauern etwas länger,

haben aber eine niedrigere Wassertemperatur.

- Die Kapazität ausnutzen und die Spülmaschine nur ganz gefüllt laufen lassen, eine halbvolle Beladung ist ineffizient.
- Auf Vorspülen von Hand verzichten! Anhaftende Speisereste nur bei Bedarf mit kaltem Wasser abspülen oder einweichen.
- Alle Geschirrf Flächen sollen vom Wasserstrahl erfasst werden.
- Die Spülmaschine pflegen, um die Effizienz zu bewahren: Siebe, Sprüharme und Düsen regelmäßig reinigen.
- Einmal im Monat einen Spülgang im Hygieneprogramm oder bei höchster Spültemperatur anwenden, um Ablagerungen und Keime zu entfernen.

- Nur die benötigte Wassermenge verwenden
- Die Nutzung des Wasserkochers ist nur bei kleinen Wassermengen, etwa bei der Zubereitung von Kaffee und Tee, sinnvoll.
- Zu Beginn des Kochvorgangs sollte eine hohe Herdtemperatur gewählt werden, danach kann die Hitze reduziert werden.
- Resthitze der Herdplatten nutzen
- Deckel für Töpfe und Pfannen nutzen
- Kochzeit durch Einweichen bzw. Vorquellen lassen verringern (z. B. bei Reis, Hülsenfrüchten, Getreide)

Sparsam backen

- Auf Vorheizen verzichten, außer bei empfindlichen Teigen
- Restwärme nutzen

- Türe geschlossen lassen – bei jedem Öffnen entweicht ca. ein Fünftel der Energie
- Umluft ist um 15 % effizienter im Vergleich zu Ober-/Unterhitze
- Wenn möglich Temperatur geringer einstellen (z. B. bei Nutzung von Umluft statt Ober-/Unterhitze): ca. 20–30 °C spart 25–40 % Energie

Dunstabzug

- Den Fettfilter regelmäßig reinigen, weil bei Verstopfung die Abzugsmotoren stärker arbeiten müssen.
- Niedrigere Stufe wählen und nach Kochende 5–10 min nachlaufen lassen und Stoßlüften, auch um Schimmelbildung zu vermeiden
- Aufklappschirme nutzen: Fläche der Abzugshaube sollte der Größe des Kochfelds entsprechen



Backen und kochen

- Herd und Backofen machen ca. 10 % des Stromverbrauchs eines Durchschnittshaushaltes aus.
- Verhaltensbasierte Anpassungen haben eine größere Wirkung als effizientere Geräte.

Sparsam kochen

- Die Größe der Herdplatte sollte so groß oder ein wenig kleiner als der Topf/die Pfanne sein.



Bad

Wasserhahn

- Perlstrahler oder Wassermengenregler reduzieren den Wasserdurchfluss und sparen so Wasser und Energie. Sie werden an der Armatur installiert.
- Wassermengenregler sind teilweise bei Durchlauf-erhitzern oder drucklosen Speichern und Boilern nicht möglich. Hier hilft die Beratung durch Fachpersonal.
- Einhandmischer installieren, dann muss die optimale Temperatur nicht immer neu eingestellt werden und es wird kein Wasser verschwendet.

- Das Eco-Programm dauert zwar länger, benötigt aber nur halb so viel Wasser; damit muss auch weniger Wasser erhitzt werden, was weniger Energie verbraucht (Eco-Programme mit niedrigen Temperaturen nicht nutzen, wenn aus hygienischen Gründen 60 °C nötig sind)
- Immer ohne Vorwäsche waschen – außer bei starken Verschmutzungen
- Waschmittel: Auch Waschpulver kann direkt in die Trommel gegeben werden – dies kann die Lebensdauer der Maschine verlängern.



Waschmaschine

- Bei möglichst niedrigen Temperaturen waschen, da hauptsächlich das Aufheizen der Waschlauge Energie verbraucht.
- 60-Grad-Wäsche ist nur aus hygienischen Gründen (z. B. bei Handtüchern) oder bei stark verschmutzter Kleidung nötig.
- Einmal im Monat einen Hygienewaschgang bei 60° und leerer Maschine laufen lassen erhöht auch die Lebensdauer des Gerätes.

Wäschetrockner

- Wenn möglich Wäsche an der Luft trocknen und die Trockenräume gut belüften, um Schimmelbildung zu vermeiden
- Schleudern: Gut geschleuderte Wäsche trocknet schneller, allerdings verbraucht ein Schleudergang bei sehr hohen Umdrehungszahlen mehr Energie.
- Eco-Programme verwenden
- Maschinenpflege: Verunreinigtes Flusensieb erhöht die Trocknungszeit und führt zu erhöhtem Stromverbrauch

Dusche

- Duschen kostet weniger Energie als Baden: Je nach Dauer wird nur die Hälfte oder noch weniger Warmwasser dafür verbraucht – und muss entsprechend auch nicht erhitzt werden.
- Kurze Duschkdauer, Dusche beim Einseifen abstellen
- Niedrige Duschttemperatur
- Sparduschkopf: verringert den Wasserdurchfluss pro Minute um die Hälfte im Vergleich zu einem normalen Duschkopf (nicht einsetzbar bei Gas-Durchlauferhitzern)

Gesamte Wohnung

Gerätenutzung

- Geräte im Stand-by-Modus verbrauchen viel Strom – abhängig von der Ausstattung 6–10 % des Jahresstromverbrauches. Die größten Verluste treten bei Informationstechnik auf, z. B. Fernseher, Computer, Drucker, Laptop usw.
- Nicht genutzte Geräte am besten ganz vom Netz nehmen, z. B. mit Hilfe einer Steckerleiste mit Kippschalter
- Die Bildschirm-Helligkeit zu reduzieren kann die Akkulaufzeit erhöhen und den Stromverbrauch senken. Dafür lassen sich auch Modi mit automatisch angepasster Helligkeit nutzen.

Heizen

- Gut 70 % des Energieverbrauchs eines Haushalts entfallen auf das Heizen.
- Eine um 1 °C niedrigere Raumtemperatur spart bis zu 6 % Energie.
- Türen zu unbeheizten Räumen geschlossen halten
- Jalousien, Vorhängen und Rollos sollten nachts geschlossen werden – dies dient als zusätzliche Isolierung der Fenster.
- Stoßlüften statt Kipplüften: Mehrmals täglich 5–30 Minuten (je nach Jahreszeit) Stoßlüften statt Dauerlüften bei gekippten Fenstern verhindert das Auskühlen der Wände und spart Heizenergie.



- Die Heißwassertemperatur sollte nur so heiß wie nötig eingestellt sein: Bei zentraler Heizung immer 60 °C (zur Vermeidung von Legionellenbildung); bei dezentraler Heizung (Durchlauferhitzer) genügen 38–45 °C



Heizkörper

- Heizkörper freihalten, nicht abdecken oder verkleiden, Möbel sollten mindestens 30–50 cm Abstand haben, keine langen Vorhänge davor
- Werden Heizkörper nicht richtig warm oder gluckern, sollten sie entlüftet werden, denn Luft im Heizkörper verhindert eine korrekte Zirkulation des Heizwassers.
- Elektronische Thermostate (z. T. programmierbar; günstig (ab 15 Euro), schnell installierbar) verwenden und damit Betriebszeit der Heizung auf Bedarf abstimmen: Absenkung der Temperatur bei Abwesenheit und nachts
- Heizkörper regelmäßig entstauben

Räume kühlen

Beschattung

- Bei herkömmlichen, unbeschatteten Fenstern gelangen 50–70 % der einstrahlenden Sonnenenergie in den Wohnraum.
- Eine bauliche Beschattung (z. B. Rollläden, Markisen etc.) sollte, wenn möglich außen angebracht werden. Auch Pflanzen auf dem Fensterbrett oder Balkon können hierzu hilfreich sein.
- Tagsüber Fenster und ggf. vorhandene Rollläden etc. geschlossen halten und in den kühlen Morgen- und Nachtstunden lüften, dabei die Fenster ganz öffnen und nach Möglichkeit für Durchzug sorgen

- Ggf. Ventilatoren zur Unterstützung der Luftzirkulation nutzen
- Falls eine Klimaanlage notwendig ist: effiziente Modelle wählen und Fenster trotzdem von außen beschatten, um den Stromverbrauch der Klimaanlage zu senken

Beleuchtung

- Auf die Beleuchtung entfallen je nach Art der verwendeten Leuchtmittel rund 5–15 % des gesamten Stromverbrauchs eines Haushaltes.
- LED-Lampen sparen im Vergleich zu alten Glühbirnen rund 90 % Energie ein. Auch im Vergleich mit Energiesparlampen schneiden sie besser ab: Sie haben eine doppelt so lange Brenndauer und sind umweltfreundlicher.





Anhang

Im Anhang befinden sich die Dokumente, die den Mieter*innen ausgehändigt werden können. Dazu gehören das Infoblatt, eine Übersicht über die wichtigsten Energiespartipps für zuhause sowie der Argumentationsleitfaden für die Kommunikation mit Vermieterin oder Vermieter.

co2online
Klimaschutz, der wirkt.



Gute Argumente für die Kommunikation: Energiesparen lohnt sich – auch für Vermieter*innen!

Sehr geehrte*r Frau/Herr _____,

wie steht es um die Energieeffizienz Ihrer Immobilie? Das ist nicht nur für Ihre Mieter*innen interessant. Klar: Die zahlen erstmal die Kosten für Heizung und Warmwasser. Aber seit dem Jahr 2023 sind mit der Umlagefähigkeit der CO₂-Abgabe auch die Vermieter*innen in der Pflicht. Es lohnt sich also, wenn beide – Mieter*innen und Vermieter*innen – am selben Strang ziehen und nach Energiesparpotenzialen suchen.

Frau/Herr/Familie _____ hat einen ersten Schritt gemacht und aus Eigeninitiative an dem Projekt „Energie-Scouts“ teilgenommen. Die Energie-Scouts sind eine Gruppe von engagierten Personen, die im Rahmen der Kampagne „Stuttgart knackt die 10 %!“ gemeinsam mit der gemeinnützigen Beratungsgesellschaft co2online gGmbH Mieter*innen in Stuttgart zum Thema Energiesparen beraten.

Im Rahmen der Mieterberatung hat eine Begehung der Wohnung stattgefunden. Es wurden Energiesparpotenziale im geringinvestiven, eingeschränkten Handlungsrahmen der Mieter*innen identifiziert und auch schon entsprechende Maßnahmen umgesetzt. Aber Ihr Haus kann noch viel mehr. Der nächste, logische Schritt wäre nun eine professionelle Energieberatung, die das gesamte Energiesparpotenzial des Gebäudes in den Blick nimmt.

Hierfür sprechen mehrere gute Gründe:

Energieberatungen und Sanierungsmaßnahmen werden gefördert

Vorneweg: Die Kosten für eine Energieberatung müssen nicht komplett von Ihnen getragen werden. Das BAFA (Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle) bezuschusst eine Beratung mit bis zu 80 %. Dabei wird meist ein sog. „individueller Sanierungsfahrplan“ (iSFP) erstellt, in dem Sie einen Überblick über mögliche und sinnvolle Maßnahmen erhalten. Sie können sich dann entscheiden, ob und welche Sanierungsschritte Sie umsetzen möchten. Verpflichtet sind Sie natürlich nicht.

Die Umsetzung der Maßnahmen selbst wird ebenso bezuschusst: So fördert der Staat bspw. eine neue Heizanlage, die auf erneuerbare Energien setzt (z. B. Wärmepumpen) mit bis zu 70 %. Maßnahmen an der Gebäudehülle werden mit bis zu 20 % gefördert.

CO₂-Abgabe

Seit Anfang des Jahres 2023 sind Mieter*innen berechtigt, die auf das Heizen mit Öl und Gas erhobene CO₂-Abgabe teilweise auf Vermieter*innen umzulegen. Je schlechter der energetische Zustand der Immobilie, desto höher der von Vermieter*innen zu tragende Kostenanteil. Vermieter*innen, deren Gebäude vollständig saniert ist, tragen 0 % der CO₂-Kosten, bei nicht sanierten Gebäuden wächst der Kostenanteil für Vermieter*innen auf bis zu 95 %. Im Jahr 2023 betrug die CO₂-Abgabe je Tonne CO₂ bereits 30 Euro, und sie steigt jährlich weiter an.

Energieausweis

Eigentümer*innen, die eine Immobilie vermieten möchten, benötigen nach § 80 Abs. 1 Satz 1 GEG einen auf die gesamte Immobilie ausgestellten Energieausweis. Dieser Energieausweis muss vor der Vermietung dem/der potenziellen Mieter*in offen vorgelegt werden. Einen Energieausweis dürfen ausschließlich Personen mit vorhandenen Qualifikationen ausstellen.

Hierzu zählen z. B. Handwerker*innen oder Architekt*innen. Dem Energieausweis sind allgemeine Angaben zum Gebäude, zu den verwendeten Heizstoffen sowie die Energiekennwerte des Gebäudes zu entnehmen.

Zukünftige Sanierungspflichten bzw. -gesetze

Damit die EU bis 2050 klimaneutral wird, sollen u.a. besonders ineffiziente Gebäude saniert werden. Das bedeutet konkret, dass Wohngebäude bis 2030 mindestens die Energieeffizienzklasse „E“ erreichen sollen und bis 2033 die Energieeffizienzklasse „D“. Für die Sanierungen sollen bis 2030 circa 150 Milliarden Euro aus den EU-Töpfen bereitgestellt werden.

Beschränkter Handlungsspielraum der Mieter*innen

Mieter*innen sind häufig bereits sehr darum bemüht, ihren Energieverbrauch gering zu halten. Sie sind auch diejenigen, die die Mietnebenkosten hauptsächlich tragen. Doch die Handlungsmöglichkeiten der Mieter*innen sind irgendwann erschöpft. Die größten Einsparpotenziale liegen in der energetischen Sanierung des Gebäudes. Und die Möglichkeiten sind immens: Ein vollsaniertes Bestandsgebäude verbraucht im Schnitt 60 % weniger Energie als ein unsaniertes Gebäude. Die baulichen Maßnahmen, die es für eine vollumfängliche oder teilweise Modernisierung braucht, können jedoch nur durch den/die Eigentümer*in ergriffen werden.

Wertsteigerung & Wohnlichkeit des Gebäudes

Durch Effizienzmaßnahmen an Gebäuden kann die Wohnqualität des Gebäudes erhöht werden. Denn eine besser gedämmte Wohnung sorgt für ein einheitlicheres Raumklima und für ein angenehmeres Wärmeempfinden im Gebäude. Auch im Hinblick auf eine spätere Eigennutzung oder Vererbung des Gebäudes ist dies von Vorteil. Dabei sind Investitionen unerlässlich, um den Wert des Gebäudes zu erhalten oder sogar zu steigern.

Umweltaspekt

Energiesparen ist gleichzeitig auch Klimaschutz. Noch immer steuern fossile, klimaschädliche Energieträger maßgeblich zur Energieerzeugung bei. Je weniger Energie ein Haushalt also benötigt wird, desto besser. Vielleicht ist bei Ihrem Wohnobjekt ja auch die erneuerbare Energiegewinnung mithilfe einer Photovoltaik- oder Solarthermie-Anlage denkbar? Eine professionelle und oftmals kostenlose Energie-Erstberatung kann Ihnen hier Handlungsmöglichkeiten aufzeigen.

Eine Energieberatung läuft in der Regel etwa folgendermaßen ab:

Eine Fachkraft begutachtet mit Ihnen rund 1–2 Stunden das Haus, untersucht es auf die typischen Schwachstellen, prüft dazugehörige Daten und erstellt anschließend ein Sanierungsgutachten. Nach einem persönlichen Gespräch mit der/dem Energieberater*in können Sie selbst entscheiden, ob und welche Maßnahmen Sie umsetzen wollen.

Kontaktaufnahme

Konnten wir Ihr Interesse an einer Energieberatung wecken? Im Folgenden haben wir mögliche Anlaufstellen aufgelistet, an die Sie sich unverbindlich wenden können, um bspw. einen ersten Beratungstermin zu vereinbaren oder sich zunächst zu informieren.

Energieberatungszentrum Stuttgart (EBZ)

Gutenbergstr. 76, 70176 Stuttgart

Telefon: 0711 61 56 55 50

E-Mail: info@ebz-stuttgart.de

Kontaktformular: www.ebz-stuttgart.de/kontakt/

Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e. V.

Paulinenstraße 47, 70178 Stuttgart

Telefon: 0800 809 80 24 00

E-Mail: info@vz-bw.de

Kontaktformular: www.verbraucherzentrale-energieberatung.de/beratung/online/

Energiespartipps für zuhause

Es gibt unzählige Möglichkeiten, um zuhause einfach Energie zu sparen. Hier die besten auf einen Blick:

Küche

Kühlen und Gefrieren

- Die optimale Kühlschranktemperatur beträgt 7 °C, dabei gilt:
- Je verderblicher das Lebensmittel, desto kühler sollte es gelagert werden – dafür die unterschiedlich kalten Zonen des Kühlschranks optimal nutzen:
 - 9 °C, Tür: Butter, Eier, Soßen, Getränke
 - 8 °C, oberer Bereich: Käse, Wurst, Gekochtes, Geräuchertes, Obst und Gemüse (idealerweise im Gemüsefach)
 - 6 °C, mittlerer Bereich: Milchprodukte
 - 2 °C, kälteste Zone (meist über Kaltlager- oder Gemüsefach): roher Fisch, Fleisch, schnell verderbliche Lebensmittel

- Der Kühlschrank sollte nicht direkt neben Wärmequellen (Herd, Backofen, Heizkörper) stehen und mindestens 5 cm Abstand zu Wand haben.
- Das Gefrierfach sollte mindestens zweimal pro Jahr abgetaut werden.

Geschirr spülen

- Der Geschirrspüler spart im Vergleich zum Abwasch per Hand 30 % Energie.
- Geschirrspüler immer voll, aber nicht überladen!
- Eco-Programm benutzen
- Spülmaschine regelmäßig reinigen und Hygiene-Programm laufen lassen

Kochen und backen

- Kochtopfdeckel verwenden
- Backofen nicht vorheizen, Ausnahmen: bestimmte Teige, Fisch und Fleisch
- Backofen früher ausschalten und Gerichte mit Restwärme fertig backen

Energiespartipp für Profis



Austausch defekter Kühl- oder Gefrierschrankschichtungen steigert die Geräteeffizienz!

- Zu Beginn des Kochvorgangs eine hohe Stufe verwenden, Verringerung im Laufe der Zeit
- Fettfilter der Dunstabzugshaube regelmäßig reinigen
- Dunstabzug durch Stoßlüften entlasten

Standort der Geräte

- Kühlgeräte wie Gefrier- oder Kühlschrank nicht neben Wärmequellen wie Herd, Heizkörper, Ofen oder in die Sonne stellen
- Kühlschränke sollten einen Mindestabstand von 5 cm zur Wand haben



Badezimmer

Duschen und Baden

- Duschen statt baden
- Wasserhahn beim Zähneputzen abstellen
- Duschkauer und Wassertemperatur reduzieren

Waschen und Trocknen

- 30 °C-Wäsche reicht meistens aus, nur stark verschmutzte Textilien und Handtücher bei 60 °C waschen
- Schleudern mit hoher Umdrehungszahl am Ende des Waschvorgangs und Wäsche an der Luft trocknen
- Eco-Programme von Waschmaschine und Trockner nutzen



Richtig lüften

- **Stoßlüften statt Dauerkippen:** verhindert das Auskühlen der Wände und sorgt für ausreichend Luftaustausch
- **Querlüften:** Fenster und Türen in gegenüberliegenden Räumen für Luftdurchzug öffnen
- **Im Sommer**
 - In den frühen Morgenstunden lüften für mindestens 25 Minuten
- **Im Frühling/Herbst**
 - 4 x täglich lüften für ca. 10 Minuten
- **Im Winter**
 - 3 x täglich lüften für 3–5 Minuten

Energiespartipp für Profis



Mit Innen- und Außenthermometern lässt sich genau bestimmen, wann die Nachtkühlung zur Senkung der Raumtemperatur eingesetzt werden kann: Ausgiebig lüften, solange es draußen deutlich kühler ist als drinnen.

Schon gewusst?

Zimmerpflanzen erhöhen die Luftfeuchtigkeit – das lässt uns Temperaturen wärmer empfinden.

Elektrische Geräte

Im gesamten Haushalt

- Geräte ausstecken, ausschalten und Stand-by-Modus vermeiden: Vor allem PC, Fernseher und Drucker sind große Energiefresser.
- Netzteile und Ladekabel bei Nichtgebrauch aus der Steckdose ziehen
- Bildschirmhelligkeit reduzieren, um Akkulaufzeit zu erhöhen und Stromverbrauch zu senken:
 - Option für automatisch angepasste Helligkeit nutzen
 - Energiesparmodus von Geräten verwenden

Räume kühlen

Beschattung

- Schlecht isolierte Fenster und Fassadenteile außen durch Rollläden, Sonnensegel, Markisen etc. beschatten
- Rollläden tagsüber schließen

Richtiges Lüften

- Nachtkühlung (spätabends und frühmorgens ausgiebig lüften)
- Luftbewegung durch Ventilator und Durchzug/Querlüftung

Beleuchtung

LED-Lampen

- LED-Lampen sind 8- bis 10-mal effizienter als herkömmliche Glühlampen. So kann bis zu 90 % Energie eingespart werden.
- LED-Lampen haben zusätzlich eine sehr lange Lebensdauer und sind sehr günstig.

Lichtnutzung

- Licht ausschalten, wenn es nicht benötigt wird, z. B. beim Verlassen des Raumes

Heizen

- Empfohlene Raumtemperaturen beachten
- Ein Grad weniger Raumtemperatur spart bis zu 6 % Energie.

Heizkörperfunktion optimieren

- Elektronische Thermostate zur Programmierung der Betriebszeit sind günstig (15–50 €) und schnell installiert.
- Vorhänge und Möbel sollten die Heizkörper nicht verdecken und ca. 30–50 cm Abstand vom Heizkörper haben.

Temperaturunterschiede beachten

- Undichte Fenster mit Gummidichtungen oder Schaumdichtungsband abdichten
- Türen zu unbeheizten Räumen schließen
- Rollläden, Vorhänge und Jalousien über Nacht schließen und tagsüber öffnen

Energiespartipp für Profis



Heizkörper regelmäßig entlüften und entstauben!

Empfohlene Raumtemperaturen:

Raum	Temperatur	Thermostatstufe
Wohnzimmer	19–20 °C	knapp unter 3
Küche	19 °C	knapp unter 3
Bad	21 °C	knapp über 3
Schlafzimmer	17 °C	knapp über 2
Kinderzimmer	19–20 °C	knapp unter 3
Flur	16 °C	2
Arbeitszimmer	19–20 °C	knapp unter 3

Geringinvestive Energiesparmaßnahmen finden und nutzen

Die Energie-Scouts kommen ...

... zu Ihnen nach Hause!

Wir beraten Sie vor Ort zum Thema Energiesparen – beim Heizen, beim Stromverbrauch, beim Warmwasser: überall da, wo auch Mieterinnen und Mieter selbst etwas tun können!

- mit geringen Investitionen, die sich schnell rechnen
- mit großer Wirkung und Einsparungen von bis zu 10 %

Das Projekt

„Stuttgart knackt die 10 %!“ ist die Energiesparkampagne von co2online für Stuttgarter Mieter*innen, die durch steigende Energiepreise vor großen Herausforderungen stehen. Das vom Stuttgarter Klima-Innovationsfonds geförderte Projekt zeigt den Mieter*innen ihre Einsparpotenziale beim Heizen und Kühlen, bei Strom und Warmwasser. Der Schwerpunkt liegt dabei auf Maßnahmen, die ohne große Investitionen deutliche Einsparungen von bis zu 10 % ermöglichen.

Warum Energie sparen?

1. Kosteneinsparungen

Durch simple Maßnahmen können Mieter*innen ihren Geldbeutel entlasten und ihre Energiekosten reduzieren!

2. Klimaschutz

Auf die privaten Haushalte entfällt ca. ein Viertel des gesamten deutschen Energieverbrauchs – Energiesparmaßnahmen in privaten Haushalten tragen enorm zur Minderung von klimaschädlichen CO₂-Emissionen bei!

3. Effizienzmaßnahmen ohne Verzicht

Geringer Aufwand, große Wirkung: Energiesparen im Alltag ist einfach und unkompliziert, ohne große Umstellung!

Die Wohnungsbegehung

Um mit Ihnen das gesamte Energiesparpotenzial in Ihrem Haushalt zu ermitteln, möchten wir gemeinsam mit Ihnen durch Ihre Wohnung gehen und z. B. die elektrischen Geräte, die Wasserverbraucher oder auch die Heizkörper anschauen. Dabei geben wir Ihnen zahlreiche Tipps, wie Sie noch mehr Energie – und damit Geld – sparen können. Die Begehung inkl. Beratung dauert ca. eine Stunde. Um möglichst individuelle Tipps geben zu können, benötigen wir einige wohnungsspezifische Daten von

Ihnen, die wir selbstverständlich vertraulich behandeln und an niemanden weitergeben. Füllen Sie hierzu bitte die Rückseite dieses Infoblatts aus und lassen Sie es uns zukommen.

Hintergrund

- Hohe Energiepreise
- Klimawandel
- Geringer Handlungsspielraum seitens der Mieter*innen

Unser Ziel

- Niederschwellige, kostenlose Energieberatung durch Vor-Ort-Begehung
- Individuelle Energiespartipps
- Möglichkeit, den/die Vermieter*in von einer technischen Energieberatung für das ganze Gebäude zu überzeugen



Geringinvestive Energiesparmaßnahmen finden und nutzen

Datenabfrage

1. Gebäudebaujahr:

2. Gebäudetyp:

Einfamilienhaus
 Mehrfamilienhaus
 Sonstiges:

3. Quadratmeter (Schätzung):

4. Art und Baujahr der Heizung:

5. Name und Anschrift:

Sonstige Fragen oder Anmerkungen:

Selbsteinschätzung:**Bitte schätzen Sie sich auf der Skala selbst ein:**

Ich fühle mich als
 Energiesparexpert*in
 und bin top informiert.
 Ich setze mein Wis-
 sen bereits conse-
 quent im Alltag um.

Ich weiß ziemlich gut
 Bescheid, aber würde
 mich sehr über indi-
 viduelle Tipps zum
 Energiesparen freuen.

Ich weiß, wie man
 Energie sparen kann
 und möchte das
 auch gerne, finde
 es aber schwierig,
 es umzusetzen.

Von Energiesparen
 habe ich schon
 gehört, aber ich weiß
 nicht, wo ich damit
 anfangen könnte.

Ich würde gerne mehr
 über die Grund-
 sätze des Energie-
 sparens erfahren!

Energiesparen inter-
 essiert mich eigentlich
 nicht wirklich.

