

# So viel du brauchst ...

## Fastenaktion für Klimaschutz & Klimagerechtigkeit

Von Aschermittwoch bis Ostersonntag



Foto: reneus/fotolia

### Eine Woche Zeit zum ...



## ... leben mit weniger Energie

Ein wohlig warmes Wohnzimmer, ein gut beleuchteter Flur, eine warme Dusche ... Wärme und Strom machen das Leben angenehm. Rund drei Viertel der Energie eines Haushaltes werden für das Heizen benötigt. Je effizienter und bewusster wir heizen, beleuchten oder kochen und je mehr wir dazu Sonne und Wind statt Gas, Öl oder Kohle nutzen, desto besser für das Klima.

### In dieser Woche ...

- auf elektrische Geräte verzichten und z.B. den Kuchenteig mit der Hand kneten.
- die Wäsche mit 30°C statt 40°C waschen und das Eco-Programm wählen.
- mit einem Raumthermometer die Zimmertemperatur im Blick haben. Mit einem Grad weniger ist es oft ebenso behaglich.  
[www.verbraucherzentrale.de/arten-von-thermostaten](http://www.verbraucherzentrale.de/arten-von-thermostaten)
- prüfen, ob die Heizung regelmäßig gewartet wird. Installateure stellen die Steuerung optimal ein und prüfen, ob Heizungspumpen effizient laufen.
- Stromfresser im Haushalt aufspüren und herausfinden, wie man Haushaltsgeräte sparsamer betreiben kann.  
[www.umweltbundesamt.de/publikationen/energiesparen-im-Haushalt](http://www.umweltbundesamt.de/publikationen/energiesparen-im-Haushalt)
- Gedanken machen, ob ein Neukauf elektrischer Geräte ansteht. Wenn ja, auf [www.ecotopten.de](http://www.ecotopten.de) die klimafreundlichsten auswählen.
- lieber im Café oder Restaurant Platz nehmen und Terrassen mit Heizpilzen meiden.

