

Wir sparen  
gemeinsam  
beim Heizen.  
Dann erreichen  
wir mehr.

swa Energie

Gemeinsam  
nachhaltig

Mach mit!

Wertvolle  
Energiespartipps  
findest du unter:

[swa.to/energiespartipps](https://swa.to/energiespartipps)



 swa

Immer an deiner Seite

# Energie sparen ist wichtig. Heute ist es noch wichtiger als früher.

Denn seit dem Ukraine-Krieg steigen die Preise für Energie. Deshalb müssen wir bei Strom und Gas sparen. Hier haben wir einige Tipps für dich aufgeschrieben.



## Heizung runter drehen

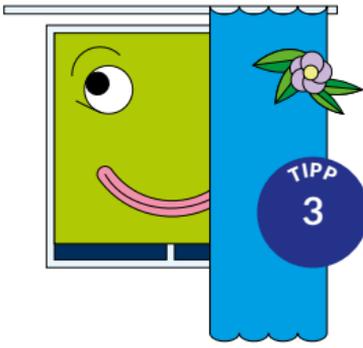
Im Wohnzimmer soll es ungefähr 20 °C warm sein. Stell' die Heizung auf Stufe 3. Wenn du unterwegs bist: Dann reichen 18 °C. Das ist die Stufe 2 oder 3. Wenn du länger weg bist: Dann reichen 15 °C. Das ist die Stufe 1 oder 2. Bitte beachte: Mach in der Nacht die Heizung **nicht komplett aus**. Denn die Wände und Böden kühlen dann schnell ab. Und am nächsten Tag braucht man **viel Energie**, damit die Wohnung wieder warm wird. **Wichtig:** Heize nicht mit elektrischen Heizlüftern. Sie verbrauchen sehr viel Strom und Strom ist teuer.



## Nicht die Fenster kippen

Wenn du dein Fenster kippst, dann geht viel Wärme verloren. Drehe die Heizung runter und lüfte kurz. Mach' die Fenster weit auf. Das bringt schnell frische Luft. Und die Möbel und Wände werden **nicht kalt**. Danach kannst du die Heizung wieder hochdrehen.





So bleibt die Wärme in der Wohnung. Schließe abends die Rollläden. So geht in der Nacht **weniger Wärme** verloren.



TIPP  
4

### Duschen statt baden

In vielen Wohnungen in Deutschland wird Wasser mit Gas erhitzt. Beim Baden verbrauchst du viel warmes Wasser. Ungefähr 3 Mal so viel wie beim Duschen. Beim Duschen sparst du also **warmes Wasser**. Und somit sparst du **Gas**.

TIPP  
5

### Die Heizungen müssen frei sein

Oft werden Gegenstände auf den Heizungen abgelegt. Oder die Heizungen sind hinter Möbeln. Aber verdeckte Heizungen verbrauchen mehr Energie. Achte darauf: Die Heizungen **müssen frei** sein. So dass sich die Wärme zu allen Seiten gut verteilen kann.

### Moderne Duschköpfe

Kauf' dir einen modernen Duschkopf. Moderne Duschköpfe verbrauchen **viel weniger Wasser** als alte Duschköpfe. Und du verbrauchst viel weniger Energie. Mit modernen Duschköpfen kannst du trotzdem ganz normal duschen.



Noch mehr Tipps zum Energiesparen findest du unter:

[swa.to/energiespartipps](https://swa.to/energiespartipps)

**Du suchst Hilfe  
in der Not?  
Die Stadt Augsburg  
unterstützt dich.  
Alle Infos findest  
du unter:**



[www.augsburg.de/energie](http://www.augsburg.de/energie)