



## - Diät täglich „Strom“

<b>IM BAD gespart</b> Auf Föhnen (5 min) verzichten und die Haare an der Luft trockenen lassen.	- 54 g
<b>BEIM FRÜHSTÜCKEN</b> Das Teewasser mit dem Wasserkocher statt auf dem Elektroherd kochen. Beim Eierkochen auf dem Elektroherd den Deckel auf dem Topf nicht vergessen oder Eierkocher verwenden.	- 33 g - 220 g
<b>BEIM ARBEITEN</b> Den Farblaserdrucker über eine abschaltbare Steckerleiste betreiben statt 24 Stunden im Sleep-Modus. DSL-Router mit WLAN komplett vom Netz trennen, wenn er nicht mehr benötigt wird (16 Stunden).	- 240 g - 128 g
<b>BEI DER HAUSARBEIT</b> Die Wäsche nur mit 40 Grad und nicht mit 60 Grad waschen. Zum Trocknen kommt die Wäsche auf die Leine und nicht in den Abluft-trockner Eine halbe Stunde mit 1000 Watt statt 2000 Watt staubsaugen.	- 650 g - 2150 g - 711 g
<b>BEIM ESSEN</b> Für den Auflauf den Backofen nicht vorheizen und die Umluftfunktion nutzen.	- 320 g
<b>Durch einen sparsamen Umgang mit Strom</b> Eine durchgebrannte Glühbirne von 75 Watt durch eine Energiesparlampe von 20 Watt ersetzen: spart bei täglich 3 Stunden Brenndauer jeden Tag  Auf die Klimaanlage im Haus verzichten (statt sie 4 Stunden zu nutzen).  Die Hifi-Anlage und den Fernseher vom Stromnetz trennen und nicht im Stand-by-Betrieb belassen (24Stunden).	-107 g  - 2000 g  - 40 g
<b>IN DER FREIZEIT</b> Anstelle zwei Stunden fernzusehen einfach mal ein gutes Buch lesen.	- 120 g
<b>An einem Tag eingesparte CO<sub>2</sub>-Menge</b>	6,5 kg
<b>Durchschnittlich verursacht jeder Deutsche pro Tag 30 kg CO<sub>2</sub>.</b>	