

## PRESSEINFORMATION



# Energiesparen an Weihnachten: Einfache Tipps für die besinnliche Zeit

Mit dem Beginn der Adventszeit steigt der Energiebedarf im Haushalt oft erheblich: Lichterketten, Plätzchen backen, festliche Kochrituale und Heizen für Familienbesuche treiben die Strom- und Heizkosten in die Höhe. Doch in diesem Jahr gibt es mehr denn je Anlass, auf den Energieverbrauch zu achten. Angesichts der steigenden Energiekosten und der Bedeutung des Klimaschutzes können selbst kleine Maßnahmen einen positiven Unterschied machen – für die Haushaltskasse und die Umwelt. Die Energieberatung der Verbraucherzentralen und die Regionale Energieagentur Ulm geben Energiespar-Tipps für die Festtage, die sich leicht umsetzen lassen.

### 1. LED-Lichterketten und Zeitschaltuhren – festlich und effizient

Eine stimmungsvolle Weihnachtsbeleuchtung muss kein Stromfresser sein. LEDs verbrauchen bis zu 80 Prozent weniger Energie als herkömmliche Glühlampen und haben eine längere Lebensdauer. Mit Zeitschaltuhren lässt sich zudem sicherstellen, dass die Beleuchtung abends automatisch ausgeht und somit auch im Schlaf keine Energie benötigt wird.

### 2. Raumtemperatur flexibel anpassen und heizkostenbewusst lüften

Besonders bei festlichen Zusammenkünften bietet sich ein einfacher Klimaschutz-Tipp an: Wenn viele Menschen in einem Raum sind, kann die Heizung etwas heruntergedreht werden. Schon eine Absenkung der Temperatur um ein Grad Celsius spart etwa sechs Prozent der Heizkosten und trägt zur CO<sub>2</sub>-Reduktion bei. Kurzzeitiges Stoßlüften sorgt zudem für frische Luft und spart Energie, da dabei weniger Wärme verloren geht als bei dauerhaft gekippten Fenstern.

### 3. Standby-Verbraucher ausschalten

Elektrogeräte wie Fernseher, Router oder Laptops verbrauchen auch im Standby-Modus Strom. Gerade, wenn man über die Feiertage verreist ist und diese Geräte weniger oder gar nicht nutzt, sollten sie möglichst vollständig ausgeschaltet werden. Alternativ lassen sie sich auch über eine Energiesparleiste vom Strom trennen. Diese Maßnahme spart auf das Jahr gerechnet oft mehr Energie ein als viele erwarten, und senkt den Energieverbrauch nachhaltig.



#### Ansprechpartner

Verbraucherzentrale  
Baden-Württemberg e. V.  
Pressestelle  
Tel. (0711) 66 91 73  
presse@vz-bw.de  
[www.vz-bw.de](http://www.vz-bw.de)

Verbraucherzentrale Bayern  
Pressestelle  
Tel. (089) 5527 95177  
energie@vzbayern.de

Regionale Energieagentur Ulm  
gGmbH  
Tel. (0731) 7903 308 0  
info@rea-ulm.de  
[www.regionale-energieagentur-ulm.de](http://www.regionale-energieagentur-ulm.de)

Cofördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



Seite 2 von 2 Seiten des Schreibens vom 13.12.24

Bei Fragen rund um das Thema Energiesparen helfen die Regionale Energieagentur Ulm und die Energieberatung der Verbraucherzentrale mit ihrem umfangreichen Angebot weiter. Die Beratung findet online, telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch statt. Unsere Fachleute informieren anbieterunabhängig, kostenfrei und individuell.

Mehr Informationen gibt es kostenfrei bei der Regionalen Energieagentur Ulm/Neu-Ulm/ADK **unter 0731-7903 3080**. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.

Die Weihnachtszeit ist auch Zeit für Ruhe und Erholung. Aus diesem Grund hat die Regionale Energieagentur Ulm von Weihnachten bis Hl. Dreikönig Betriebsurlaub. Sie erreichen uns wieder ab dem 07.01.2025.

Das Team der Regionalen Energieagentur Ulm wünscht Ihnen frohe Weihnachten und einen guten Neues Jahr 2025!