

**ENERGIESPARRATGEBER**

**Die  
Grüne  
Zone  
rockt!**

**Weniger Energie, mehr Geld**

**Media Markt**

**Ich bin doch nicht blöd.**



**NACHHALTIGKEIT**

# ***Willkommen in der Grünen Zone***

**Machen Sie es sich gemütlich und verwandeln Sie Ihr Zuhause in eine energie- und geldsparende Oase. So einfach war Wohlfühlen und nachhaltiger Umweltschutz noch nie.**

**M**it der Neuanschaffung eines Gerätes stellt sich immer auch die Frage nach dem besten Gerät. Auf welche Punkte kommt es hinsichtlich Kostenersparnis durch Energieeffizienz an? Welchen Komfort bietet mir das neue Gerät? Media Markt hat die Antwort: Besuchen Sie die Grüne Zone auf [www.media-markt.at/gruenezone](http://www.media-markt.at/gruenezone) und sehen Sie verschiedenste energiesparende Elektrogeräte auf einen Blick. Die Auswahl kann in Ruhe zu Hause getroffen werden. Die Umwelt wird es uns danken, denn ihr Schutz ist eine wichtige Aufgabe für uns alle. Verbrauchswerte von Haushaltstechnik sind für umweltbewusste Menschen ein entscheidendes Kriterium. Denn rund 90 % des gesamten Energieaufwands – und damit den größten ökologischen Fußabdruck – verursachen technische Geräte erst während ihres Gebrauchs und nicht schon bei ihrer Herstellung.



### **Effizient und nachhaltig**

Energiesparende Elektrogeräte helfen der Natur genauso wie jedem Einzelnen von uns: Sie sparen Ressourcen wie Wasser und Strom und sind somit effizient und günstig im Betrieb. Der richtige Umgang und Einsatz moderner Technik macht sich also in vielerlei Hinsicht bezahlt. Überlegt mit Energie umzugehen, ist die zeitgemäße Antwort auf hohe Betriebskosten. Mit sparsamen Elektrogeräten kann der Stromverbrauch im Haushalt um bis zu 25 % gesenkt werden. Mit neuen, energieeffizienten Produkten spart man langfristig gesehen bares Geld. Die Vergleichszahlen sprechen für sich! Media Markt hat eine Initiative gestartet, die all jene unterstützt, die besonders umwelt- und energiebewusst einkaufen möchten.

### **Im Vorteil mit der Grünen Zone**

Nur gemeinsam sind wir stark: In Kooperation u. a. mit klima:aktiv (Klimaschutz-Initiative des Lebensministeriums) und [topprodukte.at](http://topprodukte.at) (Informationsplattform für energiesparende, hochwertige Produkte) bietet Media Markt unter dem Motto „Grüne Zone“ einen klaren Überblick und wichtige Details zu energieeffizienten Geräten aus verschiedenen Bereichen. Außerdem erhalten Sie Produktvorschläge und viele weitere nützliche Hinweise zu Ausstattungsmerkmalen, Verbrauchswerten und Energieeffizienzklassen. Besuchen Sie die Grüne Zone unter [www.mediamarkt.at/gruenezone](http://www.mediamarkt.at/gruenezone) und profitieren Sie von den Zusatzinformationen und -services rund um das Thema Energiesparen.

Wir wünschen Ihnen mit diesem kleinen Energiespar-Ratgeber viel Erfolg beim Senken Ihres Energieverbrauchs, beim Geld sparen und beim Umwelt schützen!

## **Inhalt**

### **Diese Schwerpunkte erwarten Sie in diesem Ratgeber:**

- 4** Kühlen und Gefrieren
- 6** Backen und Kochen
- 8** Waschen und Spülen
- 10** TV und PC
- 12** Licht und LED
- 14** Energiesparen und Klimaschutz

---

**Redaktion, Layout und Produktion:**  
Weekend Verlag, Gumpendorfer Straße 19, 1060 Wien



[WWW.MEDIAMARKT.AT/GRUENEZONE](http://WWW.MEDIAMARKT.AT/GRUENEZONE)

## ***Kühlen und Gefrieren***

**Moderne Kühl- und Gefrierschränke sind aus der Küche nicht wegzudenken. Größe und Design sind Geschmackssache. Nichts zu diskutieren gibt es hinsichtlich der Energieeffizienz.**

**D**ie Zeiten ohne Kühl- und Gefrierschrank kann (und will) man sich gar nicht mehr vorstellen. Frisches Obst und Gemüse, Fleisch und Wurst und köstliche Milchprodukte sind Fixstarter eines gesunden Nahrungsplans und wollen ordnungsgemäß gekühlt werden. Wer sich damit beschäftigt, was in welchem Regal aufbewahrt werden soll, kann zusätzlich Energie sparen.

### **Gewusst wie**

Wer sich für ein neues Gerät entscheidet, sollte unbedingt darauf achten, ein Gerät mit hoher Energieeffizienz zu wählen, am besten A+++.

Ältere Modelle sollten auf Dichtheit, Eisschicht im Gefrierfach und eingestellte Temperatur kontrolliert werden. Tipps dazu verraten wir Ihnen auf der nächsten Seite.



**5 Tipps:  
So lässt es sich  
sparen und  
energieeffizient  
kühlen!**

**1 Dichtungen.** Je älter der Kühlschrank, desto härter und brüchiger werden Türdichtungen. Wenn Wärme in den Kühlraum gelangt, steigt der Stromverbrauch. Tipp: Testen Sie mit einer Taschenlampe im Inneren, ob ein Lichtstrahl an der Dichtung erkennbar ist. Oder legen Sie ein Stück Papier in den Spalt und schließen Sie die Tür. Wenn sich das Papier sehr leicht herausziehen lässt, schließen die Dichtungen nicht mehr gut. Läuft das Kühlaggregat häufig ohne Pausen? Auch dann gilt: Der Kühlschrank wird teuer!

**2 Einkauf.** Neuanschaffung fällig? Wählen Sie unbedingt ein A+++ Gerät. Nur so sparen Sie langfristig bares Geld!

**3 Temperatur.** Wer die Einstellung im Kühlfach von 3° C auf 6° C erhöht, spart 20 % Energie. Weiters hilfreich: Kühlgeräte in einer kühlen Umgebung aufstellen, auf gute Belüftung der Kühlschlangen achten und Tiefkühlprodukte im Kühlfach auftauen!

**4 Abtauen.** Regelmäßig abtauen nicht vergessen! Vereiste Geräte verbrauchen mehr Strom und kosten somit mehr Geld. Abtau-Automatik oder „No-Frost“-Funktion verhindern das. Geräte ohne Automatik sollten spätestens bei 1 cm Eisschicht abgetaut werden. Tipp: Auswischen mit Glycerin verhindert rasches Vereisen.

**5 Lagern.** Im Kühlfach fällt die Temperatur von oben nach unten. Im obersten Fach ist es am wärmsten, auf der untersten Ablage am kältesten. Deshalb: Marmelade, offene Gläser, Käse, Butter, Eier nach oben. Milchprodukte wie Joghurt, Schlagobers und Topfen in die Mitte. Auf die unterste Glasplatte leicht verderbliche Lebensmittel wie Fleisch, Wurst und Fisch. Getrennt voneinander kommen Obst und Gemüse in die darunterliegenden Behälter.



[WWW.MEDIAMARKT.AT/GRUENEZONE](http://WWW.MEDIAMARKT.AT/GRUENEZONE)

## ***Backen und Kochen***

**Kochen mit Leidenschaft ist eines der schönsten Hobbys, die es gibt. Im Alltag muss es meistens schnell gehen. Mit dem richtigen Herd und Backrohr macht beides Spaß.**

**U**ndlich viele Kochrezepte führen zu köstlichen Gemüse-, Fleisch- und Fischgerichten. Reis- und Nudelspeisen sorgen für Abwechslung und „Backe, backe Kuchen“ ist nicht umsonst eines der bekanntesten Kinderlieder. Das Spielfeld für ambitionierte Kochkünstler ist weitläufig. Moderne Induktions- und E-Herde bieten immer mehr Möglichkeiten unterschiedlicher, energieeffizienter Kochfelder – das Angebot geht

weit über die vier gängigen Kochplatten hinaus. Wer frisch kocht, lebt darüber hinaus gesünder.

### **Energiesparende Tipps**

Beim Kochen, Braten, Backen gibt es viele Möglichkeiten Energie zu sparen. Moderne Funktionen und einfache Tricks bringen beeindruckende Ergebnisse. Auf der folgenden Seite finden Sie einige sinnvolle Tipps.

**5 Tipps:  
Temperatur,  
Menge und  
Größe sind  
entscheidend!**

# 1 2 3 4 5

**Kleingeräte:** Kleingeräte sind energiesparend. Wasserkocher oder Eierkocher statt Topf verwenden. Toaster dem Backrohr vorziehen. Kleinere Mahlzeiten in der Mikrowelle erwärmen.

**Induktion.** Induktionskochfelder benötigen ca. 20 – 30 % weniger Energie als Glaskeramik-Kochfelder mit Infrarotstrahlen. Die Hitze wird bei Induktion direkt im Topfboden erzeugt. So muss weniger Material erwärmt werden.

**Zudecken.** Kochen und Dünsten mit Deckel spart 3 x so viel Energie! Deshalb: beim Nudeln kochen Deckel verwenden. Nach dem Aufkochen Herd abschalten und Nudeln entsprechend der angegebenen Kochzeit im heißen Wasser ziehen lassen.

**Vorheizen?** Ist bei modernen Geräten nicht nötig! Mit Umluft gelingt alles bei 10° C unter der angegebenen Temperatur. Backrohr frühzeitig ausschalten und Restwärme nutzen.

**Reinigung.** Backrohrreinigung ohne Putzmittel? Bei der „Pyrolyse“ wird das Backrohr auf bis zu 500° C erhitzt. Schmutzrückstände im Backofenraum verbrennen dabei zu Asche, die sich ohne Putzmittel leicht mit einem feuchten Lappen entfernen lässt.

**Tipp: EU-Energie-label**

Ab Jänner 2015 müssen alle Haushaltsbacköfen, die ab diesem Zeitpunkt auf den Markt gebracht werden, mit dem neuen EU-Effizienzlabel gekennzeichnet werden. Mehr Informationen dazu finden Sie auf [www.topprodukte.at](http://www.topprodukte.at)!



Foto: iStockphoto



[WWW.MEDIAMARKT.AT/GRUENEZONE](http://WWW.MEDIAMARKT.AT/GRUENEZONE)

# Waschen und Spülen

**Egal ob es sich um Wäsche oder Geschirr handelt: Kostengünstig wäscht, wer auf moderne, energiesparende Geräte setzt und dabei das volle Fassungsvermögen nutzt.**

**W**er beim Haushaltsbudget den Sparstift ansetzen möchte, sollte sein Augenmerk auf Geräte, die Wasser aufheizen müssen, lenken. Bei Geschirrspülern und Waschmaschinen lohnt sich der Gerätetausch auf Modelle mit Effizienzklasse A+++ . Sie sind im Betrieb wesentlich günstiger und umweltschonender. Moderne Eco-Programme sind sinnvolle Innovationen,

die trotz längerer Laufzeit sorgfältig mit Energie, Wasser und Spülmittel umgehen.

## Smarte Technologie

Moderne Helfer denken mit. Energieeffiziente Geräte mit Automatikprogrammen messen den Verschmutzungsgrad des Wassers und passen Dosierung sowie Laufzeit an.



**5 Tipps:  
Sparen beim  
Waschen und  
Spülen!**

**1 Volle Ladung.** Geschirrspüler und Waschmaschine erst starten, wenn sie komplett beladen sind. Tipp: Wäsche bis zwei Fingerbreit unter den oberen Trommelrand.

**2 Optimierung.** Moderne Geräte stimmen Beladung, Wasserverbrauch und Reinigungsdauer aufeinander ab.

**3 Dosierung.** Pulver- oder Flüssigwaschmittel sparsam verwenden. Geräte mit Dosierautomatik beugen möglicher Überdosierung vor!



**4 Weniger Grad.** Spezialprogramme für verkrustete Töpfe und schonend zu reinigende Gläser nutzen. Bei

Kochwäsche reichen meist 60° C statt 90° C. Keine Vorwäsche (Ausnahme stark verschmutzte Arbeitskleidung etc.).

**5 Schleudern.** Grundsätzlich gilt: Je besser geschleudert wird, desto kürzer dauert der Trockenvorgang. Empfehlung: Schleuderklasse A!

**BEISPIEL: Sparen mit Topprodukten:**

(Vergleich Topprodukt / Standard / altes Gerät (10 Jahre) / Waschmaschine mit 7 kg Füllmenge)

	Topprodukt.GOLD	Topprodukt.SILBER	Neues Gerät (durchschnittliche Effizienz)	Altes Gerät (ca. 10 Jahre)
				
	Effizienzklasse A+++ Schleuderwirkung A	Effizienzklasse A+++ Schleuderwirkung B	Effizienzklasse A+	Effizienzklasse B
Jahresstromverbrauch/Stromkosten für Nutzung über 10 Jahre	160 kWh / 384 €		210 kWh / 504 €	350 kWh / 840 €
Vergleich zu Standardgerät	24 % Einsparung		0 % Einsparung	67 % Mehrverbrauch



[WWW.MEDIAMARKT.AT/GRUENEZONE](http://WWW.MEDIAMARKT.AT/GRUENEZONE)

# ***TV und PC: Stand-by muss nicht sein***

**Große TV-Geräte, Heimnetzwerke, Computer und Drucker: Durch intelligente Steuerung und Programmierung lassen sich der Komfort erhöhen und die Energiekosten senken.**

**S**tand-by – Ja oder Nein? Diese wichtige Frage gilt es schlüssig zu beantworten, wenn es darum geht, die Energiekosten im Haushalt trotz vieler Geräte im vernetzten Zuhause niedrig zu halten.

## **Hauptzustand statt Nebenfunktion**

Stand-by, (auch Sleep, Eco-Modus, Energiesparen etc.) ist aus modernen Wohnungen nicht mehr wegzudenken. Was eine praktische Nebenfunktion zur Zustands- und Zeitanzeige,

Signalempfang für Fernbedienung, Netzwerk, DVD-Receiver oder rasche Inbetriebnahme sein soll, wird zu oft verwendet. Selbst wenn der Stand-by-Energieverbrauch vieler Elektrogeräte auf max. 0,5 bis 2 Watt begrenzt ist, senkt die sinnvolle Nutzung die Betriebskosten.



**1 Gerätekauf.** Fragen Sie am besten schon beim Gerätekauf nach Produkten mit möglichst geringem Stand-by-Verbrauch!

**2 Zeitschalter.** Hilfen wie Steckerleisten oder Schaltuhren trennen beim Ausschalten alle angeschlossenen Geräte

vollständig vom Strom, (Achtung: Fernbedienungen schalten Fernseher, Stereoanlagen etc. nicht vollständig aus, sondern setzen sie nur auf Stand-by!).

**3 „Aus-Schalter“ verwenden.** So werden Geräte wie PC-Peripherie, Musikanlagen, externe DVB-Receiver etc. komplett vom Stromnetz getrennt.

**4 Umgebungslichtabhängige Steuerung:** TV-Geräte mit ALC (Ambient Light Control) passen die Bildschirmhelligkeit automatisch an die Umgebungshelligkeit an. Das erhöht den Komfort und spart Kosten. Geräte mit Bewegungssensor schalten sich bei Nichtnutzung automatisch ab.

**5 Optimierung.** Das voreingestellte Bild eines neuen TV-Gerätes kann über die Einstellungen für Helligkeit und Kontrast optimiert werden. Auch so kann der Stromverbrauch sinken.



### Energielabel hilft bei Kaufentscheidung

Auch bei TV-Geräten gilt: Achten Sie auf das EU-Label, z. B. A+ oder A++. Dieses eigene EU-Label für TV-Geräte informiert über Energieverbrauch und Effizienzklasse, Leistungsaufnahme in Watt im Standardbetriebsmodus sowie über den Energieverbrauch/Jahr bei zugrundegelegten vier Stunden Fernsehdauer pro Tag. Weiters gibt es Auskunft, ob ein Aus-Schalter zur kompletten Trennung des Gerätes vom Netz zur Verfügung steht.



[WWW.MEDIAMARKT.AT/GRUENEZONE](http://WWW.MEDIAMARKT.AT/GRUENEZONE)

# Ideale Beleuchtung

**LED – so heißt der wichtige Trend fürs Energie sparen beim Licht. Denn moderne LED-Lampen sind wesentlich kostengünstiger im Energieverbrauch als alle Vorgänger.**

**L**EDs (Licht emittierende Dioden) sind Halbleiterelemente, die ohne Glühfaden auskommen und bei Stromzufuhr Energie in der

Wellenlänge von Licht freigeben. Im Vergleich mit anderen Leuchtmitteln zeigen sich die Vorteile schnell:

Lampentyp	Merkmale
LED-Lampen	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ 80 – 90 % weniger Energieverbrauch als Glüh- oder Halogenlampen</li> <li>+ 10 – 30 Mal längere Lebensdauer als eine Glühbirne</li> <li>+ sensationelle Kosteneinsparung über die Lebensdauer!</li> </ul>
Energiesparlampen	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ 80 % weniger Energieverbrauch</li> <li>+ 10 – 15 Mal längere Lebensdauer als Glühlampen</li> <li>+ deutliche Kosteneinsparung über die Lebensdauer</li> <li>Jedoch: merkbare Anlaufzeit („Aufstartzeit“) im Vergleich zu Glühlampen, enthält Quecksilber</li> </ul>
Halogenlampen	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ geringer Kaufpreis</li> <li>+ exzellente Farbwiedergabe</li> <li>+ brillantes Licht</li> <li>Jedoch: geringe Effizienz und Lebensdauer, hohe Stromkosten</li> </ul>

### Die Vorteile von LED im Überblick:

- Helligkeit kann je nach Bedarf variabel gewählt werden.
- Lichtstrahl ohne Infrarot- oder UV-Strahlung
- Hohe Effizienz mit bis zu 90 % Energieersparnis
- Robust und sicher: LED-Lampen sind sehr widerstandsfähig bei Stößen und Erschütterungen.
- Helligkeit: 100 % Helligkeit schon beim

Lampenstart ohne Flimmern mit konstanter Leuchtkraft

- LEDs enthalten keine giftigen Stoffe (Stichwort Quecksilber)
- Lange Lebensdauer (bis zu 30 Mal länger als klassische Glühbirnen)
- LED-Technologie kann über Zusatzgeräte und Apposiores kontrolliert und programmiert werden



Quelle der Grafik: FEEI

### Wichtige Produktinformationen auf der Lampenverpackung

- |                          |                       |
|--------------------------|-----------------------|
| 1 Energieeffizienzklasse | 6 Lichtfarbe          |
| 2 Energieverbrauch       | 7 Farbwiedergabe      |
| 3 Leistung               | 8 Dimmbarkeit         |
| 4 Helligkeit der Lampe   | 9 Anzahl Schaltzyklen |
| 5 Mittlere Lebensdauer   |                       |

**ENERGIESPAREN UND KLIMASCHUTZ**

# *Schützen wir das Klima!*

**Der Schutz der Umwelt und des Klimas ist eine der größten Herausforderungen, mit denen wir jetzt konfrontiert sind. Mit der Grünen Zone leistet Media Markt seinen Beitrag.**

**A**uf dem Gebiet des Umweltschutzes werden die kommenden Jahrzehnte von der Herausforderung geprägt sein, den durch den Menschen verursachten Treibhauseffekt zu reduzieren. Diese riesige Aufgabe kann nur gestemmt werden, wenn jeder seinen Beitrag leistet: Produzenten, Händler und Konsumenten.

## **Geräte für umweltbewusste Kunden**

In der Grünen Zone bei Media Markt finden umweltbewusste Kunden Geräte, die der eigenen Geldbörse und der Umwelt nützen. Sie entsprechen den Kriterien von „topprodukte.at“, dem neutralen Informationsservice von klima:aktiv, der Klimaschutzinitiative des Bundesministeriums für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und

Wasserwirtschaft. Sowohl die Grüne Zone unter [www.mediamarkt.at/gruenezone](http://www.mediamarkt.at/gruenezone) sowie [topprodukte.at](http://topprodukte.at) informieren über die energieeffizientesten Produkte, welche in Österreich erhältlich sind und zwar in folgenden Kategorien:

- Beleuchtung
- Büro
- Haushalt
- Heizung/Warmwasser/Klima
- Mobilität
- Kommunikation und Unterhaltung

Media Markt und [topprodukte.at](http://topprodukte.at) unterstützen KonsumentInnen bei Auswahl und Nutzung energiesparender Geräte und sind Kooperationspartner.



# Tipp

## Stromsparhelfer – mit wenig Aufwand noch mehr sparen!

Jede Menge Zubehör in hervorragender Qualität zu besten Preisen hilft dabei, noch mehr Strom und Ressourcen zu sparen. Hier nur eine kleine Auswahl jener Energiesparhelfer, die bei Media Markt in ganz Österreich erhältlich sind:

→ Wasserspareinsatz → Steckdosenleiste → Zeitschaltuhr → Dichtungsband → Handbrause

→ Thermostat → Funksteckdose → Heizkörperentlüfter und Heizkörperregler → Heizungssteuerung u. v. m. (siehe auch [www.xavax-greeneco.at](http://www.xavax-greeneco.at) und [www.mediamarkt.at](http://www.mediamarkt.at))

Diese Stromsparhelfer sind sehr kostengünstig und bringen enorme Vorteile – sie ermöglichen sensationelle Ersparnisse bei minimalem Aufwand. Fragen Sie bei Media Markt nach den für Sie passenden Produkten, Sie werden begeistert sein!



 **Grüne Zone – Strom sparen, Geld sparen!**

# **Besuchen Sie die Grüne Zone im Markt oder online!**



[mediamarkt.at/gruenezone](http://mediamarkt.at/gruenezone)

Impressum: MSB, Unternehmenskommunikation, SCS Bürocenter B2 / 2334 Vösendorf,  
Tel.: 01 69907-221, E-Mail: [presse@mediamarkt.at](mailto:presse@mediamarkt.at), [www.mediemarkt.at](http://www.mediemarkt.at)



# **Media Markt®**

**Ich bin doch nicht blöd.**