



Kein Verlust beim Komfort: Mit einem Sparduschkopf einfach den Wasserverbrauch und die Energiekosten reduzieren.

FOTO: CHRISTIN KLOSE

Wie nachhaltig ist ein Sparduschkopf?

Den alten Duschkopf abschrauben, den neuen montieren, fertig! Ein Sparduschkopf ist schnell angebracht.

„Der Sparduschkopf ist eine der einfachsten, aber besonders effektiven Maßnahmen, um CO₂ und Kosten zu sparen“, sagt Michael Bilharz vom Umweltbundesamt (UBA). „Das Schöne daran: Einmal getauscht, profitiert man davon dauerhaft.“

Sparduschkopf arbeitet mit Luft

Die Grundidee dahinter ist simpel: Der Sparduschkopf reduziert den Wasserdurchlauf. „Gleichzeitig wird mit Hilfe von Mischdüsen der Wasserstrahl mit Luft verwirbelt. Dadurch bleibt er schön füllig“, so Bilharz. „Verbraucher merken bei guten Modellen also keinen Unterschied.“

Ein guter Sparduschkopf kostet meist zwischen 20 und 60 Euro. Weil dadurch weniger Wasser erwärmt werden muss, können Verbraucher laut Bilharz kräftig sparen - wer regelmäßig warm duscht, besonders viel:

- etwa 40 bis 50 Prozent Warmwasser pro Duschgang
- rund 240 Kilogramm CO₂ pro Jahr, bei acht Minuten pro Duschgang und täglichem Duschen - das entspricht etwa einer Fahrt von 1.000 Kilometern mit dem Auto
- über 150 Euro Energie- und

Wasserkosten pro Jahr und Person

Die genauen Ersparnisse hängen - neben den eigenen Duschgewohnheiten - auch davon ab, wie das Wasser erhitzt wird, also etwa mit Strom oder Gas. Wer neugierig ist, kann sein persönliches Sparpotenzial auch mit dem Duschrechner der Verbraucherzentrale NRW ermitteln.

Worauf es beim Kauf ankommt

Entscheidend ist zudem, wie der Wasserdurchlauf im Duschkopf verringert wird. Die Stiftung Warentest erklärt: Im einfachen Fall wird mit einer Lochscheibe lediglich der Durchmesser für den Wasserdurchlauf verringert. Das verhindert jedoch nicht, dass bei hohem Wasserdruck mehr Wasser durch den Duschkopf fließt.

„Bei der Montage muss man aufpassen, welche Scheibe man einsetzt, weil sich häufig verschiedene Lochgrößen in der Verpackung befinden“, sagt Bilharz. Eine Alternative zu Sparduschköpfen sind Durchflussbegrenzer. Bei ihnen verengt ein Quetschring die Leitung. Der Wasserdurchlauf ist dabei konstant und unabhängig vom Wasserdruck.

Grob lässt sich aber in puncto Ersparnis festhalten: «Beträge von mehreren hundert Euro pro Jahr sind in Mehrpersonenhaushalten gewiss. Bei vier oder

mehr Personen, die häufig duschen, können die Ersparnisse sogar im vierstelligen Bereich liegen», sagt Bilharz, der beim Umweltbundesamt die Berechnungen für die gerade aktualisierte «Klimawaage» erstellt hat. Bei dem interaktiven Lerninstrument soll gezeigt werden, wie sich Alltagsentscheidungen auf den CO₂-Verbrauch auswirken können.

Spar ich schon? Ein einfacher Test hilft

Wer sich unsicher ist, ob er schon einen Sparduschkopf zu Hause hat oder welcher Ring der Richtige ist, kann einen einfachen Test machen: Kaltes Wasser voll aufdrehen, 30 Sekunden lang in einen Eimer laufen lassen und dann die Wassermenge messen. „Wenn es weniger als vier Liter sind, handelt es sich um einen Sparduschkopf“, sagt Bilharz. Denn in der Regel haben Sparduschköpfe einen Wasserdurchlauf von sechs bis acht Litern pro Minute, bei herkömmlichen Duschköpfen sind es zwölf bis 15 Liter.

Tipp: Wer noch mehr Warmwasser sparen will, sollte beim Haarewaschen und Einschäumen das Wasser abstellen. Den größten Effekt hat es aber, wenn man kalt duscht. Dann zahlt man nicht nur weniger als die Hälfte fürs Duschen, sondern verursacht dabei auch fast keine CO₂-Emissionen. (dpa)

HERBSTBLÜTE
Wohnen & Pflegen

22. APRIL
10 - 16 Uhr

Tag der Karriere
Arbeiten im Landhaus Herbstblüte

Entdecken Sie unsere Angebote und beruflichen Möglichkeiten. Lernen Sie unser Haus und unser Team persönlich kennen. Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Landhaus Herbstblüte · Brucknerstraße 26 · 38268 Lengede · Tel: 0 53 44 / 95 39 70
12195001_002426

Die Nr. 1 am Wochenende!

hallo
wochenende



Salzgitter zeigt Herz!

Salzgitter zeigt Herz

Eine repräsentative amerikanische Studie der Universität in Michigan kommt zu folgendem Ergebnis: Ein gutes Verhältnis zu den Nachbarn ist viel wert. Demnach wirkt sich eine gute Nachbarschaft auch direkt auf die Gesundheit aus. Wer sich in guten nachbarschaftlichen Strukturen wohl fühlt. Die Auswertung der Daten ergab, dass ein empfundener sozialer Zusammenhalt in der Nachbarschaft verbunden war mit einem reduzierten Risiko einen Herzinfarkt zu erleiden. Autor Eric Kirn und seine Kollegen wollen diesen Aspekt noch genauer untersuchen.

Bis das Ergebnis vorliegt, zeigt Salzgitter schon mal Herz! Berichten Sie von Ihren positiven Erlebnissen in der Nachbarschaft und gewinnen Sie **500 EURO**.

Scannen Sie den QR-Code und machen mit!



TAG Wohnen

05341 188 6200
www.tag-wohnen.de