

# Praktische Tipps rund um die Energiesparlampe



KlimaschutzAgentur  
Landkreis Reutlingen

## Der schnelle Dreh für den Klimaschutz: Glühlampe raus – Energiesparlampe rein

Tauschen Sie Glühlampen gegen Energiesparlampen aus. Das ist ein kleiner Handgriff, der das Klima schont. Gleichzeitig entlasten Sie damit Ihre Haushaltskasse spürbar. Egal ob warmweißes Licht (rund 2.700 Kelvin) für eine gemütliche Wohnatmosphäre oder ein Tageslichtweiß (rund 6.000 Kelvin) für den Arbeitsplatz – Energiesparlampen gibt es für jede Stimmung.

## Die passende Lampe für jede Leuchte

Bei geschlossenen Leuchten eignen sich – wegen der größeren Lichtausbeute – Energiesparlampen mit sichtbaren Röhren ohne Ummantelung. Diese sehen in etwa aus wie gefaltete Mini-Neonröhren. Bei offenen Leuchten reicht die Palette von der klassischen Birnen oder Tropfenform bis zur Kerze für den Kronleuchter.

## Wie viel Energie spart eine Energiesparlampe?

Zwischen 49 und 177 Euro sinken Ihre Stromkosten, wenn Sie eine alte Glühlampe gegen eine gleich helle, qualitativ hochwertige Energiesparlampe austauschen – gerechnet auf 10.000 Betriebsstunden, also je nach Nutzungsintensität innerhalb von drei bis zehn Jahren (Berechnungen der Stiftung Warentest).

## Wie lange hält eine Energiesparlampe?

Während herkömmliche Glühlampen im Allgemeinen nur 1.000 Stunden halten, leben Energiesparlampen deutlich länger – je nach Qualität zwischen 1.500 und 15.000 Stunden. Es gibt viele Energiesparlampen, die ein häufiges “An und Aus” verkraften. Fragen Sie danach!

## Verbrauchen Energiesparlampen beim Einschalten unnötig Strom?

Wenn Sie eine Energiesparlampe einschalten, geht der Stromverbrauch kurz nach oben. Die Zeitspanne ist aber so kurz, dass der erhöhte Stromverbrauch nicht weiter ins Gewicht fällt.

## Kann ich Energiesparlampen auch dimmen?

Ja! Fragen Sie gezielt im Fachhandel nach geeigneten Modellen. Die dimmbaren Lampen sind speziell gekennzeichnet, allerdings ein wenig teurer als normale Energiesparlampen. Am besten setzen Sie die dimmbaren nur dort ein, wo sie wirklich nötig sind.

## Enthalten Energiesparlampen Quecksilber?

Ja, aber nur in geringen Mengen. In der Europäischen Union gilt der einheitliche Höchstwert von 5 Milligramm. Viele Lampen kommen schon mit der Hälfte dieser Menge aus, Spitzenreiter schaffen es sogar mit nur 1,23 Milligramm. Wussten Sie schon, dass durch den Einsatz von Energiesparleuchten Kohlekraftwerke weniger Strom produzieren und somit auch weniger Quecksilber freisetzen? Dieser Einspareffekt ist deutlich größer als der Quecksilberanteil von Energiesparlampen.

## Wo entsorge ich ausgediente Energiesparlampen?

Energiesparlampen gehören nicht in den Hausmüll und auch nicht in den Glascontainer. Sie sind – wie alte Batterien – gesondert zu entsorgen. Bitte erkundigen Sie sich bei der Abfallberatung vor Ort oder unter [www.lightcycle.de](http://www.lightcycle.de), wo der nächstgelegene Wertstoffhof oder eine Sammelstelle zu finden ist.