

# Energie-Tipp

## Mit Sparduschkopf warmes Wasser sparen

Beim Duschen wird weniger warmes Wasser verbraucht als bei einem Vollbad, lautet die gängige Meinung. Tatsächlich hängt das aber davon ab, wie lange man unter der Dusche steht. Mit einem handelsüblichen Duschkopf liegt der Wasserverbrauch bei etwa 18 Liter pro Minute. Für eine Badewannenfüllung werden rund 150 Liter warmes Wasser benötigt. Man kann also circa acht Minuten lang für ein Vollbad duschen. Acht Minuten – was sich im ersten Moment nach einer halben Ewigkeit anhört, ist für manchen Langduscher Normalität. Auch, weil er während des Einseifens nicht auf den Wasserstrahl von oben verzichten will. Wer Energie sparen möchte, sollte also nicht zu lange duschen und das Wasser beim Einseifen und Schamponieren abstellen. Sehr wirkungsvoll ist zudem der Einbau eines Sparduschkopfs. Dieser kostet zwischen 20 und 70 Euro und lässt sich sehr leicht montieren. Einfach den alten Duschkopf runter drehen und die wassersparende Variante auf den Schlauch schrauben. Auf diese Weise sinkt der Warmwasserverbrauch deutlich – um mehr als 50 Prozent, mit manchen Modellen sogar um über 60 Prozent, ohne dass der Komfort wirklich darunter leidet. Wie das geht? Der Sparduschkopf mischt mehr Luft in den Wasserstrahl, der sich dann voller anfühlt, als er tatsächlich ist.

eza!

Energie- und  
Umweltzentrum Allgäu

verbraucherzentrale



Energieberatung

[www.eza-energieberatung.de](http://www.eza-energieberatung.de)