



Verbraucherzentrale

Check
it!

Energie! Ressourcen bewusst nutzen

Verbraucherchecker: Workshops für junge Menschen





Verbraucherzentrale

Betrachtet den Comic

- Was sind **eure Gedanken** dazu?
- Erkennt ihr euch selbst darin wieder?





Wie ist das bei euch?

- Habt ihr euch bereits mit dem Thema **Energie- oder Wassersparen** auseinandergesetzt?
- Was glaubt ihr, an welchen Stellen in eurem Alltag könntet ihr Energie und Wasser sparen?





Verbraucherzentrale

Aufgabenstellung

- Findet euch in **Kleingruppen** zusammen.
- Nutzt das **Arbeitsblatt** und beantwortet die Frage:

a) Energiesparen – Tipps und Tricks für meinen Alltag

b) Wasser sparen – Bewusster Umgang mit Trinkwasser

- Recherchiert zu eurem Thema im **Checker-Space**.
- Das Arbeitsblatt unterstützt euch bei der Recherche.

Checker-Space

Konsumthemen und Methoden für Recherche und eigene Projekte



[www.verbraucherbildung.de/verbraucherchecker/
checkerspace](http://www.verbraucherbildung.de/verbraucherchecker/checkerspace)



Verbraucherzentrale



**Was habt ihr
herausgefunden?**

Wir freuen uns auf eure Ergebnisse!



Wasser sparen im Alltag

- Im Schnitt verbraucht eine „**sparsame**“ **Person circa 30 Liter** und eine eher „verschwenderische“ Person um die 50 Liter warmes Wasser am Tag.
- Mit einer **Sparbrause** liegt der Wasserverbrauch bei **ca. 6 bis 7 Liter pro Minute** – bei normalen Duschbrausen sind es 14 bis 20 Liter.
- **Duschkauer kurz halten** und Geld sparen: täglich 8 Minuten duschen verbraucht 80 Liter Wasser und kostet im Jahr etwa 350 Euro. Jeden Tag 3 Minuten duschen kostet etwa 130 Euro im Jahr.





Strom-Spar-Tipps für den Alltag

- Wasser im **Wasserkocher** erhitzen.
- Beim Kochen den **Deckel auf dem Topf** lassen und Temperatur der **Heizplatte runterdrehen**.
- **Elektrogeräte**, die nicht genutzt werden, ganz **ausschalten**.
- Geschirrspüler und Waschmaschine immer voll beladen und **ECO-Programm wählen**.
Das dauert zwar länger, verbraucht aber weniger Strom und Wasser.
- **Kühlschrank** selten und möglichst **kurz öffnen**.
- Nur **abgekühlte Lebensmittel** in den Kühlschrank stellen.





Verbraucherzentrale

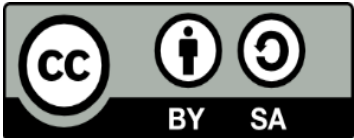


Weitere Infos findet ihr...

- auf dem **Checker-Space** unter:
www.verbraucherbildung.de/verbraucherchecker/checkerspace



- und auf www.verbraucherzentrale.de.



Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz. Der Verbraucherzentrale Bundesverband muss als Quelle genannt und die oben genannte Creative Commons-Lizenz verwendet werden. Lizenztext unter <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Bildnachweise (sofern nicht anders vermerkt):

Verbraucherzentrale Bundesverband

Erstellung:

01. Dezember 2025



Impressum

Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.
Rudi-Dutschke-Straße 17
10969 Berlin
info@vzbv.de
www.vzbv.de

www.verbraucherchecker.de
[instagram.com/verbraucherzentrale.vzbv](https://www.instagram.com/verbraucherzentrale.vzbv)

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Verbraucherzentrale