

Beleuchtung im Haushalt

Besseres Licht mit weniger Strom. Dank der effizienten LED-Technik und mit Hilfe einer optimalen Lichtregelung kann der Stromverbrauch deutlich reduziert werden. Wir zeigen Ihnen, welche Punkte dabei beachtet werden müssen.

Lichtbedarf für effizient und angenehm beleuchtete Räume

Räume haben je nach Verwendungszweck unterschiedliche Lichtansprüche.

Im Wohnzimmer eignen sich rundumstrahlende Stehlampen (je 10-Watt LED). Ein Esstisch lässt sich mit einer Pendelleuchte (2x10-Watt-LED) optimal beleuchten. Im Eingangsbereich eignen sich Deckenspots oder Deckenleuchten (je 5 Watt-LED). Für das Schlafzimmer gibt es bewegliche Tisch- oder Wand-Leseleuchten (5-Watt-LED). Entscheidend für das Wohlbefinden ist die Farbtemperatur in Kelvin. Diese bewegt sich zwischen der Farbtemperatur warm-weiss (2700K) und tageslichtweiss (6500K).

Ersatz von alten Leuchten

Beim Ersatz von alten Leuchtmitteln orientiert man sich am Lichtstrom (Lumen), da die Anzahl Watt wenig über die Helligkeit der Lampe aussagt.

Vergleichen Sie beim Einkauf verschiedene Lampen mit der gleichen Anzahl Lumen und wählen Sie dann jenes Produkt mit der besten Effizienzklasse (siehe Tabelle).

Weiter zu beachtende Punkte

Neben einer hohen Effizienz, spielen auch eine optimierte Lichtlenkung, ein hoher Wirkungsgrad, gute Blendungsbegrenzung und Wartungsfreundlichkeit eine wichtige Rolle. Reflektoren im Innern der Leuchte bewirken zudem eine

Steigerung der Leuchtleistung. Auch ein Überdenken der Beleuchtungsgewohnheiten kann viel zur Senkung des Stromverbrauchs beitragen.

Tipps beim Kauf von Leuchtmitteln

Beachten Sie beim Kauf die Energieetikette und kaufen Sie nur Leuchtmittel der höchsten Effizienzklasse A++ oder A+.

Klasse	Leuchtmitteltyp	Leistung in Watt
A++	LED-Lampen	7
A+	LED- und Leuchtstofflampen	11
A	Spar- und Leuchtstofflampen	15
B	Beste Halogenlampen	40
C	Gute Halogenlampen	50
D	Standard-Halogenlampen	60
E	(verbotene) Glühlampen	grösser 60

«Eine alte 60-Watt-Glühlampe entspricht etwa 800 Lumen und kann mit einer 8- bis 12-Watt-LED-Lampe ersetzt werden»

Lichtstrom*	Glühlampe	Halogen	Sparlampe	LED
1521 lm	100 W	80 W	20 W	15 bis 20 W
1055 lm	75 W	60 W	15 W	10 bis 15 W
806 lm	60 W	48 W	12 W	8 bis 12 W
470 lm	40 W	32 W	8 W	6 bis 8 W
249 lm	25 W	20 W	5 W	3 bis 5 W
136 lm	15 W	12 W	3 W	2 bis 3 W
Einsparung		-20%	-80%	-80% bis -90%

*Referenzlichtströme für LED-Lampen

Tabelle aus der Broschüre «Effiziente Beleuchtung im Haushalt», EnergieSchweiz



Bild: lightpoet/shutterstock.com

Weitere Informationen:

Auf der Website von EnergieSchweiz gibt es vertiefte Informationen zum Thema Beleuchtung und mehr.



<https://www.energieschweiz.ch> z.B. Broschüren:

- Effiziente Beleuchtung im Haushalt, inkl. Licht-Check
- Dimmen von LED – gewusst wie
- Energieeffizienz im Haushalt