



Presseinformation

Dezember 2025

Geduld hilft beim Sparen: Das ECO-Programm der Spülmaschine lohnt sich

Energie beim Geschirrspülen in der Spülmaschine zu sparen, ist ganz einfach: Zunächst das Geschirr von groben Speiseresten befreien und nicht vorspülen. Danach kann durch geschicktes Beladen der Geschirrkörbe die Maschine optimal befüllt werden. Durch die Wahl eines ECO-Programms mit vergleichsweise niedrigeren Temperaturen und längerer Laufzeit werden der Verbrauch an Strom und auch an Wasser gesenkt. In Kombination mit dem gewählten Reiniger werden so auch hartnäckige Speisereste entfernt. Aber mindestens einmal im Monat soll die Maschine aus Hygienegründen bei 60 bis 70 °C laufen, damit sich auch an nicht einsehbaren Stellen kein Fett ansammeln kann. Bodensieb und Sprüharme sollten zusätzlich regelmäßig kontrolliert und, wenn nötig, gereinigt werden.

Am besten funktioniert das Sparen von Energie und Wasser in der Spülmaschine, wenn ein paar einfache Regeln beachtet werden: Es beginnt mit dem Einräumen des Geschirrs, von dem vorher grobe Speisereste entfernt wurden. Ein Vorspülen ist überflüssig, und wer darauf verzichtet, spart Wasser und Energie. Die Geschirrkörbe sollten möglichst voll beladen sein und das Geschirr und Besteck dabei so sortiert, dass die Wasserstrahlen überall hinkommen. Mit etwas Übung findet sich so für jedes Geschirrtel der beste Platz. Das ECO-Programm mit seiner vergleichsweise langen Spül- und Einwirkzeit entfernt in Zusammenarbeit mit einem richtig dosierten Maschinengeschirrspülmittel auch bei niedrigen Temperaturen von 45 bis 50 °C hartnäckige Verschmutzungen. So wird effizient Energie gespart, denn das Erhitzen des Wassers hat den höchsten Anteil am Stromverbrauch. Um die Bildung von Ablagerungen z. B. von Fett zu vermeiden, gilt als Faustregel, mindestens einmal im Monat ein Spülprogramm mit höherer Temperatur von 60–70 °C und einen Reiniger mit Bleiche zu wählen. Die regelmäßige Kontrolle und Reinigung des Bodensiebs und der Sprüharme sorgt für eine dauerhaft gute Leistungsfähigkeit der Spülmaschine.

Im FORUM WASCHEN arbeiten Fachleute aus 35 Behörden, Bundesministerien, Forschungsinstitutionen, einer Gewerkschaft, Herstellern von Wasch- und Reinigungsmitteln und Haushaltsgeräten, Hochschulen, Umweltorganisationen, Universitäten, hauswirtschaftlichen Berufsverbänden und Verbraucherverbänden zusammen.

Das FORUM WASCHEN versteht sich als eine Plattform zum kritischen Dialog aller Hauptakteure, die mit Waschen und Reinigen zu tun haben. Hierzu zählen Fachleute aus den oben genannten Bereichen.

Weitere Informationen rund um nachhaltiges Reinigen und Pflegen stellt das FORUM WASCHEN im Internet zur Verfügung: Das FORUM WASCHEN präsentiert zudem unter <http://www.waschtipps.de> Erkenntnisse zur nachhaltigen Haushalts- und Wäschepflege in animierenden YouTube-Videos und einem Blog.

Abdruck honorarfrei, Belegexemplar erbeten.

Akteure im FORUM WASCHEN: Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungskräfte (AEH) des Deutschen Evangelischen Frauenbundes e. V. (DEF); Berufsverband Hauswirtschaft e. V.; Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL); Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR); Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz (BMJV); Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit (BMU); Bundesministerium für Wirtschaft und Energie (BMWi); Bundesverband hauswirtschaftlicher Berufe MdH e. V.; Deutsche Energie-Agentur GmbH (dena); Deutscher Allergie- und Asthmabund e. V. (DAAB); DHB – Netzwerk Haushalt e. V.; Die Verbraucher Initiative e. V.; GermanFashion Modeverband Deutschland e. V.; Gesellschaft Deutscher Chemiker e. V., Fachgruppe Chemie des Waschens; Hauptausschuss Detergenzien (HAD); HEA - Fachgemeinschaft für effiziente Energieanwendung e. V.; Hochschule Fulda, Fachbereich Oecotrophologie; Hochschule Niederrhein; Hochschule Rhein-Waal, Fakultät Life Sciences; Hochschule Technik und Wirtschaft Berlin (HTW), Studiengang Bekleidungstechnik; Industriegewerkschaft Bergbau, Chemie, Energie (IG BCE); Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel e. V. (IKW); Informationsverbund Dermatologischer Kliniken (IVDK); Institut für Markt-Umwelt-Gesellschaft e. V. (imug); Institut für ökologische Wirtschaftsforschung (IÖW) GmbH, gemeinnützig; Öko-Institut e. V.; SEPAWA/LUV (Vereinigung der Seifen-, Parfüm- und Waschmittelfachleute e. V.); Stiftung Warentest; Thüringer Landfrauenverband e. V.; Umweltbundesamt (UBA); VerbraucherService Bayern im KDFB e. V. (VSB); Verbraucherzentrale Bundesverband e. V. (vzbv); Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt e. V.; WWF Deutschland (World Wide Fund For Nature); Zentralverband Elektrotechnik- und Elektronikindustrie e. V. (ZVEI)