

# Wie hoch ist der Wasserverbrauch beim Duschen?

Der Wasserverbrauch beim Duschen hängt vom Wasserdurchfluss und der Duschdauer ab. Herkömmliche Duschköpfe verbrauchen etwa 12 bis 15 Liter pro Minute. Ein Sparduschkopf kommt dagegen mit etwa 6 bis 7 Litern pro Minute aus – bei gleichem Komfort. So kann ein Dreipersonenhaushalt im Jahr rund 410 Euro und 640 kg CO<sub>2</sub> sparen.



Es sind 36 Bäume nötig, um diese Menge CO<sub>2</sub> zu kompensieren.

Quelle: [Wie viel CO<sub>2</sub> kompensiert ein Baum?](#)

- Sie wollen Ihren Wasserverbrauch beim Duschen senken?
- Überlegen Sie, ob Sie besser kälter oder kürzer duschen sollten?
- Fragen Sie sich, ob es sich bei Ihrem Duschkopf um einen Sparduschkopf handelt?

Entscheidend für Kosten und CO<sub>2</sub>-Emissionen beim Duschen ist nicht der Wasserverbrauch. Wichtiger sind die Wassertemperatur und die Duschdauer. **Wer kalt duscht, spart am meisten. Wer kurz duscht, spart ebenfalls viel.** Doch auch wer nicht auf Komfort verzichten will, kann einiges tun. Am einfachsten ist das Nutzen eines **Sparduschkopfs**, der schon ab etwa 20 Euro zu haben ist. Der Tausch gegen einen herkömmlichen Duschkopf rechnet sich innerhalb kurzer Zeit, wie das Beispiel zeigt. Noch schneller geht es, wenn das **Warmwasser mit Strom erhitzt** wird. Denn dann sinken in einem durchschnittlichen Dreipersonenhaushalt die Kosten um 560 Euro und die CO<sub>2</sub>-Emissionen um 690 kg pro Jahr.\*