

# Geld ist nicht zum Verheizen da!

## Zehn Energiespartipps

### 1. Die Raumtemperatur:

In Ihrem Wohnzimmer sollte die Raumtemperatur zwischen 18 und 20°C liegen. Wenn Sie eine warme Decke im Schlafzimmer zur Hand haben, darf die Temperatur dort ruhig zwischen 16 bis 17°C liegen. Im Badezimmer kann es mit 21 bis 23°C am wärmsten sein. Die Temperatur der Küche sollte bei 18°C liegen, da Herdplatten beim Kochen und der Backofen beim Backen, sowie die Abwärme des Kühlschranks nicht zu unterschätzende Wärmelieferanten sind.

Wenn Sie jedoch insgesamt mit weniger Grad Raumtemperatur auskommen sparen Sie bares Geld, denn ein Grad weniger Raumtemperatur in den Wintermonaten spart Ihnen sechs Prozent der Heizkosten.

Medizinisch gesehen ist eine Temperatur von 18°C optimal für die Atemwege. Herrscht in Ihren Räumen eine Temperatur über 25°C schränkt dies sogar die körperliche Leistungsfähigkeit ein.

### 2. nicht sinnlos Heizen:

Wenn niemand zu Hause ist, brauchen Sie auch nicht zu heizen. Sollte am Tage niemand zu Hause sein, reicht es, das Thermostat nicht über 16°C zu drehen. Bei einer längeren Abwesenheit reicht eine Temperatur von ca. 12°C.

Sie sollten jedoch darauf achten die Temperatur an kühleren Tagen nicht zu weit nach unten zu regeln. Wände, Decken und auch die Fußböden kühlen aus und wenn Sie abends wieder in einem warmen Haus sitzen wollen, müssen Sie diese auch wieder mit aufwärmen. Dies steigert wiederum Ihre Heizkosten.

### 3. Das richtige Lüften:

Dauerlüften sollten Sie auf jeden Fall vermeiden, da sonst die Wände und Möbel auskühlen und wieder teuer mitbeheizt werden müssen. Stoßlüften ist am effektivsten. Daher sollte Sie mehrmals am Tag mit weit geöffnetem Fenster und Durchzug lüften. Zu beachten ist, dass nicht länger als zehn Minuten gelüftet wird und dass die Heizung während dieser Zeit heruntergedreht wird, da sonst die Wärme direkt nach draußen entweicht und mit dieser Ihr Geld.

Richtiges Lüften verhindert auch die Schimmelpilzbildung. Grundsätzlich gilt, je kälter die Temperatur desto eher bildet sich Schimmelpilz und umso wichtiger ist das richtige Lüften.

### 4. Schwachstelle Isolierung:

Mit Abdichtbändern aus dem Supermarkt können Sie undichte Bereiche an Fenstern abdichten. Diese machen Sie am besten durch eine brennende Kerze sichtbar. Fängt die Kerze an zu flackern, ist das Fenster undicht.

Nachts empfiehlt es sich die Rollläden, Fensterläden und Vorhänge zu schließen um eine zusätzliche Isolationswirkung zu erreichen.

Auch schlecht isolierte Rohrleitungen im Keller führen zu einem Energieverlust. Die Dicke der Dämmung sollte gleich dem Rohrdurchmesser sein, in der Regel jedoch mindestens 20 mm.

#### 5. Heizkörper nicht „verstecken“:

Auch wenn Heizkörper nicht immer als dekorative Wohnungseinrichtung geeignet sind, sollte der Blick auf sie nicht durch nahe stehende Möbel oder andere Dinge verdeckt sein. Diese nehmen einen nicht unerheblichen Teil der Wärme auf und verursachen somit höhere Heizkosten.

#### 6. Heizkörper entlüften:

Wenn die Heizung blubbert und gluckst bedeutet dies, dass Luft im Heizungskreislauf ist. Dies ist völlig normal, jedoch sollte Sie die Luft ablassen, um nicht die Heizleistung zu schmälern und die Heizkosten nach oben zu treiben. Zum Entlüften der Heizung benötigen Sie kaum handwerkliches Geschick: Nachdem das Thermostatventil geschlossen wurde, einfach mit Hilfe eines Entlüftungsschlüssels das Entlüftungsventil an der Seite der Heizung öffnen und es sofort wieder zudrehen, wenn das erste Wasser austritt. Sicherheitshalber sollten Sie Lappen und Eimer bereitstellen, falls doch mehr Wasser als erwartet herausfließt.

#### 7. Heizkörpernischen dämmen:

Heizkörpernischen verursachen einen großen Teil des Wärmeverlustes, da die dortigen Wände dünner sind. Heizkörperdämmplatten oder flexible Dämmfolien können je nach Abstand des Heizkörpers zur Wand Abhilfe schaffen und Ihnen bares Geld sparen. Zu beachten ist, dass der Dämmstoff so dick wie möglich gewählt wird, um optimal zu isolieren.

#### 8. Die richtige Luftfeuchtigkeit:

Ist die Luftfeuchtigkeit zu gering, die Luft also zu trocken, so wird die Temperatur aufgrund des subjektiven Wärmeempfindens als weniger warm empfunden. Zur Luftbefeuchtung und Heizkostenreduzierung können Sie Verdunstungsgefäße oder Luftbefeuchter aufstellen. Eine Luftfeuchtigkeit von 40 bis 50 Prozent ist optimal.

#### 9. Wartung der Heizungsanlage:

Sie sollten Ihre Heizungsanlage regelmäßig von einem Fachmann warten lassen, um so überflüssigen Energieverlust zu vermeiden. Wenn Sie Ihren Heizkessel vor der Heizperiode reinigen lassen, um Rußablagerungen zu beseitigen, die den Energieverbrauch und die Abgastemperatur erhöhen, sparen Sie ebenfalls Geld.

Alte Heizkessel mit einem Alter über zehn Jahren sollten Sie erneuern lassen. Anlagen mit einem geringen Energieverbrauch und einer geringen Umweltverschmutzung erkennt man am Umweltzeichen („Blauer Engel“).  
Übrigens: Seit dem November 2004 fordert die Bundesimmissionsschutz-Verordnung die Auswechslung von Heizungsanlagen, die eine Leistung von mehr als 25 kWh und Abgasverluste von über zehn Prozent aufweisen. Nach der Energieeinsparverordnung müssen außerdem Heizkessel, die vor Oktober 1978 eingebaut wurden, bis auf wenige Ausnahmen bis Ende 2006 durch Niedertemperaturheizungen oder Brennwertgeräte ersetzt werden.

#### 10. Während der Heizperiode:

Sie sollten darauf achten, dass während der Heizperiode: die Heizkörper in ungenutzten Räumen herunter geregelt werden; die Nachtabenkung bzw. -abstellung richtig eingestellt ist; die Warmwassertemperatur nicht mehr als 60°C beträgt; die Vorlauftemperatur mit dem Sollwert übereinstimmt und der Druck im Heizungssystem stimmt.