

Der größte Teil der Energie zu Hause wird für Heizung und Warmwasser benötigt. Daher lohnt es sich hier besonders, auf Effizienz und Sparsamkeit zu achten. Schon mit wenig Aufwand können Sie Energie sparen und Kosten reduzieren, ohne auf Komfort zu verzichten.

Mit unseren Tipps zeigen wir Ihnen wie.

Empfohlene Raumtemperaturen

Durch reguliertes Heizen kann man ganz einfach Energie sparen. Schon ein Grad weniger Raumtemperatur spart rund sechs Prozent Energie. So reichen in Schlafzimmer, Küche und Flur 16 - 18 °C völlig aus, in Wohn- und Kinderzimmern sind 20 - 22 °C angemessen, während es im Bad ruhig ein bisschen wärmer sein kann. Nachts und bei einer mehr als acht Stunden langen Abwesenheit sollte die Heizung heruntergedreht werden.

Lassen Sie die Temperatur aber niemals unter 16 °C sinken, da sonst Schäden entstehen können, etwa durch Schimmelbildung. Zudem wird viel Energie benötigt, um ausgekühlte Räume wieder aufzuheizen.

Regelmäßig und richtig lüften

Sorgen Sie für einen regelmäßigen Luftaustausch. Das reduziert die Feuchtigkeit in den Räumen, vermeidet Schimmelbildung und die Heizwärme verteilt sich besser. Wir empfehlen, drei- bis viermal pro Tag für rund fünf Minuten kräftig zu lüften. Am besten ist Stoßlüften mit voll geöffneten Fenstern: Je kälter es draussen ist, desto kürzer und dafür häufiger. Drehen Sie die Heizkörper dabei ab.

Bei kalten Temperaturen empfehlen wir das Fenster nicht dauerhaft in Kippstellung zu lassen, weil dabei kaum Luft ausgetauscht wird und die Wände stark auskühlen. Das Wiederaufheizen kostet viel Energie.

Bayernwerk Natur GmbH Carl-von-Linde-Straße 38
85716 Unterschleißheim T 089 - 52 08 - 41 30
bayernwerk-natur@bayernwerk.de www.bayernwerk-natur.de



Richtig Heizen

Mit einfachen Tipps Energie sparen
und Kosten reduzieren

Bayernwerk Natur

bayernwerk



Thermostatventile sorgen für Wohlfühltemperatur

Mit normalen Thermostatventilen können Sie die Wärmeabgabe des Heizkörpers regeln und Ihre Wunschtemperatur ganz genau einstellen. In der Regel bedeutet Stufe 1 unabhängig vom Fabrikat eine Raumtemperatur von etwa 12 °C. Jede weitere Stufe bringt drei bis vier Grad mehr. Die Thermostate verfügen über einen Temperaturfühler und halten die Wärme im Raum konstant. Auch dann, wenn die Sonne ins Zimmer scheint und zusätzlich wärmt. Das spart Heizenergie. Allerdings sollten die Thermostate nicht verdeckt sein, damit sie richtig regeln können.

Mit programmierbaren Thermostatventilen lässt sich die Raumtemperatur automatisch an Ihre Bedürfnisse anpassen. Sie können die Temperatur in der Nacht und bei Abwesenheit automatisch herunterregeln und so dafür sorgen, dass es warm ist, wenn Sie wieder zu Hause sind. Programmierbare Thermostate lohnen sich übrigens auch für Mieter, denn sie sind einfach zu montieren und können beim Umzug mitgenommen werden.

Heizkörper freihalten

Möbel, Heizkörperverkleidungen oder auch Gardinen vor Heizkörpern verhindern, dass sich die Wärme optimal im Raum verbreiten kann. Das kann bis zu fünf Prozent mehr Heizkosten verursachen. Achten Sie deshalb darauf, dass Ihre Heizkörper nicht zugestellt sind.

Rollläden und Vorhänge helfen Energie sparen

Gerade wenn es nachts eisig ist, geht immer auch etwas Wärme über die Fenster verloren. Rollläden und Vorhänge helfen, den Wärmeverlust über die Fenster zu verringern. Die Vorhänge sollten die Heizkörper aber nicht verdecken.

Heizkörper entlüften

Wenn der Heizkörper nicht warm wird oder gluckert, sollten Sie ihn entlüften. Durch die Luft im Heizkörper kann das Wasser, das die Wärme verteilt, nicht mehr ungehindert zirkulieren und die Heizleistung wird beeinträchtigt.

Warmwasserspeicher regelmäßig warten

Eine regelmäßige, gründliche Wartung und Reinigung des Warmwasserspeichers ist Grundlage für einen energiesparenden, sicheren und hygienischen Betrieb. So sollte einmal im Jahr ein Fachbetrieb oder Installateur den Warmwasserspeicher überprüfen. Dabei sollten folgende Punkte kontrolliert werden:

- Funktion des Sicherheitsventils
- Dichtheit der Trennwände zwischen Heizschlange und Boiler-Inhalt
- die Opferanode, ein unedles Metallstück, das als Korrosionsschutz für die Funktionsteile des Warmwasserspeichers dient

Zudem sollten Ablagerungen entfernt werden. Die Wassertemperatur des Boilers sollte mindestens 60 °C betragen. So können sich im Trink- und Brauchwasser keine Legionellen bilden.

Wärme- und Energieverluste durch Isolierung vermeiden

Halten Sie die Türen von beheizten Räumen geschlossen, so kann keine Wärme verloren gehen. Wenn es durch Fenster- und Türritzen zieht, können Zugluftstopper oder schwere Vorhänge helfen. Zugige Fugen und Ritzen können mit Dichtungsprofilen aus Voll- oder Moosgummi verschlossen werden. Sie sind relativ günstig und schnell angebracht.

Hausinstallation überprüfen

Durch Alterungsprozesse, bei Montagefehlern oder bei Umbauarbeiten können auch in Ihrer hausinternen Heizungsinstallation Leckagen auftreten. Dies kann nicht nur zu Wasserverlusten, sondern auch zu schweren Schäden führen. Die Dichtheit Ihres Heizungssystems sollte daher regelmäßig kontrolliert werden.

Eine einfache Möglichkeit, festzustellen, ob es zu Wasserverlusten in Ihrer Hausinstallation kommt, ist es, alle Verbraucher wie Wasserhähne, Spülmaschine, Waschmaschine und Toilettenspülung zu schließen und dann zu überprüfen, ob sich das Flügelrad des Wasserzählers bewegt oder Fließgeräusche auftreten. Am besten machen Sie dies über einen längeren Zeitraum, zum Beispiel nachts und schreiben sich den Zählerstand des Wasserzählers auf. So spüren Sie auch kleine Leckagen auf. Wenn sich der Zählerstand am nächsten Morgen nicht verändert hat, ist alles in Ordnung – wenn doch, sollten Sie sich Unterstützung von einem Fachmann holen.