Pressemitteilung der Energieagentur Schwarzwald-Baar-Kreis,
Niederlassung der Energieagentur Landkreis Tuttlingen

Geld sparen durch richtiges Heizen und Lüften

Tipps von der Energieagentur Schwarzwald-Baar-Kreis:

Im Winter fallen in deutschen Haushalten oft hohe Heizkosten an. Wer auf die richtige Zimmertemperatur achtet und effizient lüftet, kann diese deutlich senken, rät Tobias Bacher, Niederlassungsleiter der Energieagentur Schwarzwald-Baar-Kreis:

Effizient Heizen

Die Daumenregel ist alt und vertraut: Die Heizkosten reduzieren sich um sechs Prozent, sinkt die Temperatur um ein Grad Celsius. Wer etwa von 24 auf 21 Grad absenkt, spart ganze 18 Prozent Kosten. „Als vernünftiger Maßstab gelten im Wohn-, Arbeits- und Kinderzimmer sogar 20 Grad. Zu diesem Zweck wird das Thermostatventil auf drei ein-
gestellt“, so Tobias Bacher.
In den restlichen Räumen wie Küche, Flur und Schlafzimmer reichen 16 bis 18 Grad. Beim Bad hängt es von den persönlichen Vorlieben ab, etwas wärmer ist da oft angebracht.

Nachts ist in der gesamten Wohnung eine Absenkung der Temperatur auf 15 Grad sinnvoll. Gestartet wird die Drosselung am besten eine Stunde vor der Bettruhe, wieder aufgehoben werden sollte sie eine Stunde vor dem Aufstehen.
„Wer in seiner Wohnung keine Lust hat, die Temperatur jedes Mal per Hand neu einzustellen, sollte sich ein programmierbares Thermostatventil besorgen“, rät Bacher. „Das kleine Gerät regelt automatisch sowohl am Tag als auch nachts die Temperatur. Ferner können auch geänderte Aufheizzeiten für das Wochenende eingestellt werden. Im Einfamilienhaus erledigt diese Aufgaben der Heizungsregler. Die Einstellungen sollten hier geprüft und ggf. angepasst werden“.

Richtig Lüften

Ein zweiter Schritt, um die Heizkosten zu senken, ist richtiges Lüften. Am effektivsten ist es morgens, mittags und abends alle Fenster zu öffnen und für fünf Minuten einen Durchzug herzustellen. Durch die Querlüftung wird die verbrauchte, feuchte Raumluft durch frische, trockene Außenluft ersetzt, ohne dass die Wände auskühlen. Nach dem Schließen der Fenster ist es dann sehr schnell wieder warm. Besonders bei neuen Fenstern ist dieses Vorgehen wichtig, da moderne Fenster weitgehend luftdicht sind und häufigeres Lüften erfordern.

Bei weiteren Informationen zum richtigen Heizen und Lüften und zur energetischen Gebäudesanierung können Sie sich gerne an die Energieagentur Schwarzwald-Baar-Kreis, Humboldtstraße 11, 78166 Donaueschingen, Tel. 0771/8965964 oder info@ea-vs.de wenden. Für die kostenlose Beratungen bitten wir um telefonische Terminvereinbarung.