

# Presseinformation 19/2011

Stuttgart, 11. Oktober 2011

## Fünf Tipps zum effizienten Heizen

### Behagliche Temperaturen mit geringeren Kosten erzielen

**Sinken die Außentemperaturen im Winter, steigen die Heizkosten. Durch einfache Maßnahmen lässt sich dennoch sparsam durch die kalte Jahreszeit kommen.**

Niedrige Außentemperaturen, Frost und Schnee lassen die Heizungen im Winter auf Hochtouren laufen. Das kostet oft viel Geld. Wer jedoch ein paar gezielte Vorkehrungen trifft, kann seine Heizrechnung spürbar reduzieren, ohne auf Komfort zu verzichten. Das Landesprogramm Zukunft Altbau des Umweltministeriums Baden-Württemberg hat die fünf wichtigsten Tipps zusammengestellt. Dazu zählen individuell eingestellte Raumtemperaturen, Stoßlüften, das Herunterlassen der Rollläden nachts, das Freihalten der Heizkörper und ihre Entlüftung. Die Kniffe lohnen sich: In mittelgroßen Altbauwohnungen mit 90 Quadratmetern betragen die Heizkosten pro Jahr nicht selten über 1.200 Euro. Effizientes Heizen könne hier bis zu 25 Euro pro Monat einsparen, so Claudia Rist von Zukunft Altbau. Beratung bekommen Hausbesitzer beim Landesprogramm gebührenfrei unter 08000 12 33 33.

Tipp 1: Zimmertemperaturen je nach Nutzung individuell einstellen.

Beim Aufdrehen der Heizung gilt: Das Schlafzimmer kann mit 16 Grad Celsius beheizt werden. Diese Temperatur sollte allerdings nicht unterschritten werden, um die Kondensation von Luftfeuchtigkeit an kalten Oberflächen zu vermeiden. Räume wie etwa das Wohnzimmer benötigen um die 20 Grad. In der Küche reichen meist 18 Grad. „Im Bad darf es am wärmsten sein, so um die 22 Grad“, erklärt Dieter Bindel, Vorsitzender des baden-württembergischen Landesverbands der Gebäudeenergieberater, Ingenieure, Handwerker (GIH).

Eine Faustregel zeigt, dass kleine Temperaturdifferenzen einen großen finanziellen Unterschied machen. „Sechs Prozent Heizenergie spart man, wenn man die Zimmertemperatur um ein Grad absenkt“, so Bindel. Senkt man die Temperatur etwa von 23 auf 20 Grad, reduzieren sich die Heizkosten um 15 bis 20 Prozent. Lohnend ist auch eine Nachtabsenkung der Heizung. Sie sorgt nachts für 16 Grad in allen Räumen.



#### Tipp 2: Die Wohnung richtig lüften

Experten raten, das Kippen der Fenster zu vermeiden. Die Wohnung kühlt dabei zu stark aus. „Energiesparender ist es, stoß- oder querzulüften mit weit geöffneten Fenstern“, so Bindel. „Die Luft wird rasch ausgetauscht, die Wände bleiben warm. Dreimal täglich für drei Minuten reicht in der Regel aus.“ Auch in der Toilette sollte das Fenster nicht ständig gekippt sein.

#### Tipp 3: Nachts Rollläden herunter lassen.

Nach dem Einbruch der Dunkelheit ist es sinnvoll, die Rollläden herunterzulassen. Rollläden wirken wie eine zusätzliche Dämmschicht. Sie verringern die Wärmeverluste durch die Fenster – bei älteren Fenstern stärker, bei Dreifachwärmeschutzfenstern schwächer.

#### Tipp 4: Heizkörper freihalten.

Achten sollten die Bewohner außerdem auf eine freie Umgebung der Heizkörper. So kann sich die Wärme gut verteilen. Vorhänge und Schränke vor den Heizflächen sollten vermieden werden. Ein Mindestabstand von 20 Zentimetern zwischen Heizkörper und Möblierung ist ausreichend, um einen Wärmestau zu vermeiden.

#### Tipp 5: Heizkörper entlüften.

Gluckert es in den Heizkörpern, verhindert Luft die gleichmäßige Verteilung und Abgabe der Wärme. Sie sollte vor der Heizsaison unbedingt herausgelassen werden. Dazu nimmt man einen Entlüfterschlüssel zur Hand und lässt die Luft entweichen. Die Bedingung: Vorher muss die Heizungspumpe abgeschaltet werden, damit die Heizungsflüssigkeit zur Ruhe kommt. Zu prüfen ist auch, ob eine ausreichende Menge Wasser im Heizkreislauf ist. Ob hier Handlungsbedarf besteht, zeigt die Wasserstandanzeige am Heizkessel.

Generell gilt: Ist die Heizungsanlage älter, sollte von einem Gebäudeenergieberater geprüft werden, ob nicht ein Austausch der Heizung sinnvoll ist oder sogar Dämmmaßnahmen an der Fassade.

Zukunft Altbau informiert Wohnungs- und Hauseigentümer neutral über den Nutzen energieeffizienter Altbaumodernisierung und über Fördermöglichkeiten. Das Programm des Ministeriums für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft Baden-Württemberg hat seinen Sitz in Stuttgart und wird von der Klimaschutz- und Energieagentur Baden-Württemberg (KEA) umgesetzt.

#### **Ansprechpartner Pressearbeit:**

PR-Agentur Solar Consulting GmbH, Axel Vartmann,  
Solar Info Center, 79072 Freiburg,  
Tel. +49/761/38 09 68-23, Fax +49/761/38 09 68-11,  
vartmann@solar-consulting.de, [www.solar-consulting.de](http://www.solar-consulting.de)



**Ansprechpartnerin Zukunft Altbau:**

Dipl.-Ing. Petra Hegen, Freie Architektin und Energieberaterin,  
Zukunft Altbau, Gutenbergstraße 76, 70176 Stuttgart,  
Tel. +49/711/489825-13, Fax +49/711/489825-20,  
petra.hegen@zukunf-altbau.de, [www.zukunf-altbau.de](http://www.zukunf-altbau.de)



Heizungstipps für kalte Tage:  
Weniger verbrauchen bei gleichem Komfort.

Foto Zukunft Altbau

**Dieses Foto, Fotos zu energieeffizienten Altbauten, ein Faktenblatt für die Presse und weitere Informationen bekommen Sie bei:**

**Solar Consulting GmbH**

