
HEIZENERGIE SPAREN

Richtig heizen: 10 Tipps zum Energiesparen

Heizen gehört zu den größten Energiefressern im Haushalt – bis zu 75 Prozent Ihres Gesamtverbrauchs können dafür draufgehen. Utopia zeigt, wie Sie im Winter richtig heizen und dabei nicht nur Energie, sondern auch bares Geld sparen. Fenster abdichten, Heizkörper isolieren, Stoßlüften: Schon einfache Mittel reichen, um den Energieverbrauch beim Heizen deutlich zu reduzieren.

Bewusst jedes Grad sparen

Jedes Grad weniger spart etwa sechs Prozent an Heizenergie. Sie heizen richtig, wenn die Raumtemperatur im Wohnbereich bei 20 Grad liegt – dies ist die optimale Raumtemperatur. In den anderen Räumen genügen oft weniger. In der Küche heizen Herd und Kühlschrank mit, und im Schlafzimmer reichen 17 Grad für einen behaglichen Schlaf.

Machen Sie nachts die Schotten dicht

Fenster haben nicht die Isolationswirkung einer Wand. Deshalb ist es sinnvoll, Rollläden nach Einbruch der Dunkelheit herunterzulassen. So lassen sich die Wärmeverluste durch Fenster um etwa 50 Prozent reduzieren.

Richtig lüften

Dauerhaft gekippte Fenster sorgen kaum für Luftaustausch. Sie kühlen nur die Wände aus. Richtiges Stoßlüften spart dagegen viel Energie und unterstützt Ihre Gesundheit: Zu wenig Feuchtigkeit im Raum trocknet die Schleimhäute aus, zu viel begünstigt gerade an kalten Wänden Schimmelpilze. Die Fenster also mehrmals am Tag für ein paar Minuten ganz öffnen, damit ein kompletter Luftaustausch stattfindet, zuvor aber das Thermostatventil herunterdrehen.

Machen Sie hinten dicht

Mit diesem Motto feiern Fußballvereine Triumphe, Ihnen hilft es beim richtigen Heizen: Eine Isolationsschicht direkt hinter dem Heizkörper senkt den direkten Wärmeverlust über die Außenwand. Das Material besteht aus Styropor, das mit einer Schicht aus Aluminium bedeckt ist. Der Vorteil: Aluminium reflektiert die Wärmestrahlung. So lässt sich der Wärmebedarf um zehn bis zu 30 Prozent reduzieren.

Halten Sie Fenster und Türen dicht

Kunststoffdichtungen in Fenstern und Türen werden im Lauf der Zeit porös und damit undicht. Im Winter kann das richtig teuer werden. Füllen Sie Spalten mit Schaumdichtungsband oder Gummidichtungen. Diese kleine Fuge hat eine große Wirkung: Bei einem Einfamilienhaus mit Ölheizung lassen sich pro Jahr leicht 90 Euro Energiekosten einsparen.

Nachtabsenkung der Heizung am Tage

Wie bei der Nachtabsenkung der Heizung, kann man auch während des Tages die Heizwassertemperatur senken, wenn tagsüber niemand zu Hause ist. Damit können Sie besonders in Gebäuden mit hohem Verbrauch bis zu 15 Prozent an Heizenergie sparen. Die verringerten Zimmertemperaturen sollten aber 15 Grad nicht unterschreiten, da sonst zu viel Energie für das Wiederaufheizen nötig ist

Verheizen Sie keinen Strom

Mit Strom zu heizen ist sehr ineffektiv und richtig teuer. Verwenden Sie Heizlüfter daher äußerst sparsam. Aus dem selben Grund sollten Sie auch die verschwenderische Nachtstromspeicherheizungen austauschen – wenn Sie Hauseigentümer sind und die Möglichkeit dazu haben.

Kontrollieren Sie Ihren eigenen Stromverbrauch

Die Kosten für Strom und Heizung werden heute meist direkt vom Konto abgebucht. Das ist zwar bequem, führt aber leider auch dazu, dass man schnell den Überblick über die verbrauchte Energiemenge verliert. Achten sie deshalb genau auf Ihren Verbrauch.

Richtiges Heizen mit automatischer Heizkörpersteuerung

Mit programmierbaren Thermostaten an den Heizkörpern können Sie den Heizzyklus in jedem Raum optimal einstellen. Komfortabel geht es auch per Funk von einem Raumregler gesteuert. So beheizen Sie Räume nur zu den Zeiten, zu denen sie genutzt werden. Sie haben jederzeit eine angenehme Raumtemperatur und sparen gleichzeitig Energiekosten. Der Einbau ist einfach: Lediglich der Thermostatkopf wird ausgetauscht.

Energiespar-Ratgeber

Nutzen Sie die verschiedenen Heiz-Ratgeber des Energiesparclubs (Co2online) im Utopia-Energiesparkonto. Erfahren Sie mehr über Ihr Einsparpotenzial und wie Sie langfristig richtig heizen und weniger Heizenergie verbrauchen.

Quelle:

<http://www.utopia.de/ratgeber/energiesparen-zehn-tipps-zum-richtigen-heizen-co2-online-energiesparclub>
(01.01.2014)