

Der Öko-Tipp

Energie sparen beim Heizen

Heizen ist ein wichtiger Hebel um einen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten und die Energiekosten zu senken. Neben großen, umfassenden Maßnahmen wie der Anbringung einer Dämmung oder dem Austausch der Fenster gibt es auch viele kleine, sogenannte „geringinvestive“ Maßnahmen, die nicht nur Gebäudeeigentümer sondern auch Mieter sehr leicht umsetzen können. Wir wollen im Folgenden drei dieser Maßnahmen vorstellen:

- **Richtig Heizen – Allgemeine Hinweise:**

Heizkörper sollten nie verdeckt sein. Möbel, Vorhänge und Gardinen vor Heizkörpern verhindern, dass sich die Wärme gleichmäßig im Raum ausbreiten kann. Ein Sofa zum Beispiel sollte mindestens 30 cm Abstand zur Heizung haben. Verzichten Sie auch auf Heizkörperverkleidungen und halten Sie die Heizkörper sauber – auch Flusen und Staub können die Wärmeabgabe mindern. Damit in kalten Nächten keine Wärme nach draußen gelangt, sollten Rollos, Vorhänge und Jalousien geschlossen werden.

Wenn Heizkörper gluckern und nicht mehr richtig warm werden, obwohl das Thermostat voll aufgedreht ist, befindet sich Luft im Heizkörper, die unnötige Energie verschwendet. Mit einem Entlüfterschlüssel können Sie ganz einfach selbst die Luft aus dem heißen Heizkörper rauslassen. Bevor Sie ein Entlüftungsventil öffnen, stellen Sie einen kleinen Behälter darunter, mit dem Sie austretendes Wasser auffangen können und legen einen Lappen bereit. Drehen Sie das Thermostatventil nun vollständig auf (meist Stufe 5) und lassen den Heizkörper warm werden. Dann öffnen Sie kurz das Entlüftungsventil, bis die Luft entwichen ist und nur noch heißes Wasser herauskommt. Danach das Ventil wieder fest verschließen. Jetzt können Sie das Thermostat wieder herunterdrehen. Prüfen Sie vor als auch nach einer Entlüftung den Druck im Heizungssystem und füllen Sie gegebenenfalls Wasser nach. In einem Mehrfamilienhaus mit Zentralheizung ist dafür eine Rücksprache mit der Gebäudeverwaltung nötig. Erstreckt sich Ihre Wohnung über mehrere Etagen, ist es sinnvoll, zuerst die unteren Heizkörper zu entlüften und zum Schluss die obersten.

Falls das nicht hilft, können andere Ursachen der Grund dafür sein, dass Heizkörper nicht warm werden: Die Heizkurve der Heizungsregelung ist nicht optimal eingestellt oder es ist ein hydraulischer Abgleich notwendig. Auch diese beiden Maßnahmen, die von einer Fachfirma durchgeführt werden sollten, sind vergleichsweise kostengünstig und führen zu einer deutlichen Reduktion der Heizenergie und damit der Heizkosten.

- **Elektronische Thermostatventile**

Bei klassischen Drehreglern steht jede der Stufen (in der Regel 1-5) für einen bestimmten Temperaturbereich. Stufe 1 entspricht etwa einer Temperatur von 12 °C. Der Abstand zwischen den Stufen beträgt etwa 4 °C, sodass Stufe 5 bereits etwa 28 °C entspricht. Im Wohnzimmer sind wohlige 20 °C empfohlen, im Schlafzimmer reichen 16-18 °C. Ungenutzte Räume werden mit einer Einstellung zwischen Stufe 1 und 2 auf einer Temperatur gehalten, die keine Schimmelbildung begünstigt.



Foto: Pixabay

Wer mehr Kontrolle und Überblick über seine Kosten gewinnen will, kann seine Heizkörper auch mit programmierbaren Thermostaten nachrüsten. An solchen Reglern können Sie exakt eingeben, wann, wie lange und auf welche Temperatur Sie einen Raum heizen wollen. Das ist bequem und hat den Vorteil, dass Sie nicht jedes Mal daran denken müssen, die Regler herunterzudrehen, wenn Sie das Haus verlassen. Programmierbare Thermostate passen in der Regel auf jeden Heizkörper und lassen sich mithilfe eines Adapters auch von Laien anbringen. Auch in einer Mietwohnung können Sie selbstständig das Thermostat austauschen. Bewahren Sie aber die alten Thermostate unbedingt auf, damit Sie beim Auszug den Ursprungszustand der Wohnung wiederherstellen können. Tipp: einige neuere Thermostate haben eine sogenannte „Boost“-Funktion, mit der die Heizung automatisch für kurze Zeit auf voller Leistung läuft und sich dann wieder abschaltet. Ideal, um beispielsweise das Bad an einem Wintermorgen schnell (und vergleichsweise energiesparend) für kurze Zeit aufzuwärmen.

- **Abgedichtete Fenster und Türen**

Ein ganz einfacher, aber hocheffektiver Tipp: Türen zwischen geheizten und ungeheizten Räumen geschlossen halten, also z.B. die Türen zum Flur, Keller, Dachboden oder auch des Windfangs vor der Haustür.

Undichte Fenster oder Außentüren sorgen für unangenehme Zugluft und Wärmeverluste in der Wohnung. So prüfen Sie schnell und einfach, ob Ihre Fenster und Türen dicht sind: Klemmen Sie ein Blatt Papier zwischen Fensterrahmen und Fensterflügel ein. Falls Sie das Papier bei geschlossenem Fenster nicht herausziehen können, ist das Fenster an dieser Stelle dicht. Wiederholen Sie den Papiertest an mehreren Stellen.

Bei Fenstern reicht es meistens schon, die Dichtung zu erneuern oder die Fensterflügel zu justieren. Bei Wohnungs- oder Haustüren mit offenem Türschlitz kann oftmals nachträglich eine Dichtung – ein sogenannter Kältefeind – eingebaut werden. Die Investition in Dichtungsband lohnt sich durch die Einsparung der Heizenergie bereits nach wenigen Jahren.

Für umfangreichere Maßnahmen an der Gebäudehülle, wie beispielsweise Gebäudedämmung oder Fenstertausch, kann die Bundesförderung für effiziente Gebäude (kurz BEG) genutzt werden. Informationen zum Förderprogramm gibt es unter www.bafa.de/beg. Bei dieser Förderung wird es voraussichtlich Anfang nächsten Jahres zu einigen Änderungen kommen. Wir werden die aktualisierten Förderbedingungen dann im Rahmen eines Öko-Tipps erläutern.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg beim Energie sparen!

Ihr AK Ökologie
des Pfarrgemeinderats Scheyern

Quellen: <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/energie/heizen-und-warmwasser/heizung-10-einfache-tipps-zum-heizkosten-sparen-13892>;
https://www.bund.net/fileadmin/user_upload_bund/publikationen/energiewende/energiesparen_tipps_heizen.pdf;
https://www.oekotest.de/freizeit-technik/Richtig-heizen-13-Tipps-die-maechtig-Heizkosten-sparen_10827_1.html

<Foto von Gerd Altmann auf Pixabay>