

Energie sparen beim Heizen

Heizung und Warmwasser-Aufbereitung verursachen rund drei Viertel der jährlichen Energiekosten eines Haushalts. Mit diesen Tipps heizen Sie energiesparender und damit kostengünstiger.

1. Mit Thermostaten können Sie die gewünschte Temperatur ziemlich genau einstellen. Die empfohlene Raumtemperatur und damit verbundene Einstellung des Thermostatventils ist abhängig vom Nutzungszweck:

Raum	Empfohlene Temperatur	Einstellung Thermostatventil
Wohnzimmer	20 °C bis 22 °C	3 bis 4
Schlafzimmer	17 °C bis 18 °C	2
Bad, WC	20 °C bis 22 °C	3 bis 4
Büro	20 °C	3
Hobbyraum	17 °C bis 18 °C	2
Übrige (u. a. Flur)	17 °C bis 18 °C	2

2. Falls Sie bei offenem Fenster schlafen, sollten Sie die Heizkörperventile im Schlafzimmer schliessen.
3. Bei einer Abwesenheit von mehr als zwei Tagen lohnt es sich, die Heizung auf Sparbetrieb umzustellen oder die Thermostatventile eine Position zurückzudrehen. Der quantitative Effekt der Nachtabenkung ist hingegen umstritten.
4. Während Sonnenstrahlen an den Fenstern am Tag die Räume aufheizen, können Sie am Abend den Temperaturverlust reduzieren, indem Sie die Roll- oder Fensterläden schliessen.
5. Vermeiden Sie es, Möbel vor Heizkörper zu stellen, denn so gelangt die Wärme nicht in den Raum. Der gleiche Effekt ist bei schweren Vorhängen festzustellen.
6. Mit Stosslüften erreichen Sie einen gewünschten Luftaustausch, ohne dass der Raum völlig auskühlt. Öffnen Sie wenn möglich Ihre Fenster mehrmals täglich für einige Minuten, damit Durchzug entsteht und die Feuchtigkeit entweicht. Mit dauerhaft gekippten Fenstern findet kaum ein Luftaustausch statt, ausserdem kühlen die Wände aus.

5. Februar 2021