

Heizen und Warmwasser: Einfache ENERGIESPARTIPPS für ZUHAUSE

Hohe Einsparung der Energiekosten ohne komplizierte Eingriffe und Kosten

Achten Sie auf die richtige Einstellung des Thermostats

ca. 7 °C, ca. 12 °C, ca. 16 °C, ca. 20 °C, ca. 24 °C, ca. 28 °C

INFO!
Wenn das Thermostat voll aufgedreht wird, wird es nicht schneller warm.

Die Heizung kurzfristig herunterdrehen verbraucht unnötig viel Energie

Ich gehe kurz weg, solange ist die Heizung aus.

Ein paar Tage bis ich weg, solange ist die Heizung auf 15°C eingestellt.

Elektronische Thermostate haben Vorteile

mechanische Thermostate
Das richtige Einstellen der Heizkörper nervt.

elektronische Thermostate
Alles optimal eingestellt - ich brauche nichts zu tun!

Energie und Kosten sparen mit richtig justierten Thermostaten

Bad: 22°C, Wohnzimmer: 20°C, Schlafzimmer: 15°C, Arbeitszimmer: 20°C

Heizkosten reduzieren, Schimmel vermeiden mit geschlossenen Türen

20°C, 15°C, 20°C feuchte Luft, 15°C trockene Luft

In kühlen Räumen kann warme und feuchte Luft Schimmel begünstigen.

Die kühle Luft lässt die Temperatur sinken.

Richtig lüften: Fenster weit öffnen und auf Durchzug achten

Feuchte und sauerstoffarme Luft wird hinaus und frische Luft hinein gelassen.

Bei gekippten Fenstern wird die Luft nur teilweise ausgetauscht.

Baumarkt-Dichtungen können die Zugluft stoppen

Heizkörpernischen günstig dämmen

Energiebedarf

100 % ohne Vorhang

90 % halber Vorhang

140 % langer Vorhang

Ganz einfach: Heizkörper entlüften

Kein Problem, der Heizkörper muss entlüftet werden. Das kann ich!

Wir müssen das Installateur anrufen... die Heizung glückert.

Glückert... glücklich!

Enormer Wärmeschutz durch herunter gelassene Rollläden

Isolierverglasung: 80 % weniger Wärmeverlust

Wärmeschutzverglasung: 35 % weniger Wärmeverlust

Die Dämmung der Heizungsrohre ist eine sinnvolle Maßnahme:

ungedämmte Heizungsrohre

Das spart Energie und kostet wenig!

Enorme Energie- und Kosteneinsparungen: Heizungsrohre zu dämmen verursacht geringe Investitionskosten.

Rohrisolierung

Ein hydraulischer Abgleich sorgt für gleichmäßige Erwärmung

Der hydraulische Abgleich sorgt für eine gleichmäßige Wärmeversorgung für alle Heizkörper.

OHNE hydraulischen Abgleich

MIT hydraulischen Abgleich

Im Bad lohnt sich das Sparen - hier wird das meiste Trinkwasser verbraucht

Duschen statt baden

Kürzer duschen

sparsamen Duschkopf benutzen

Zahnpfutzbecher benutzen

Durchflussbegrenzer einbauen

Beim Zähneputzen und Rasieren: Wasser abdrehen

Ein tropfender Wasserhahn muss repariert werden

Mit handwerklichem Geschick können Sie den Wasserhahn selbst reparieren.

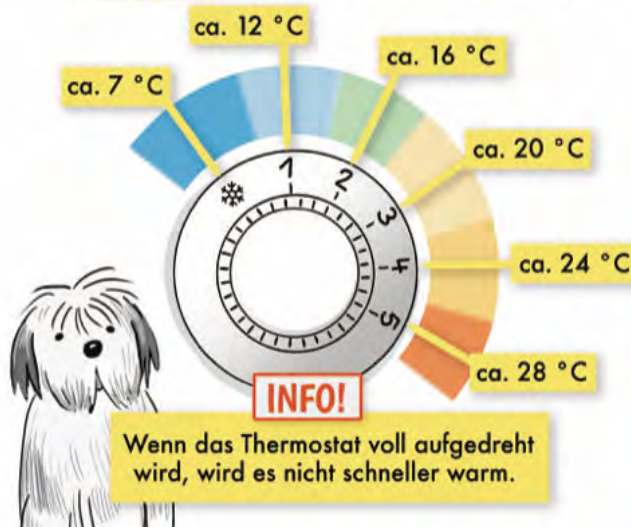
Einhebelmischer: Die Kartusche muss evtl. ausgetauscht werden.

Zweigriff-Wasserhahn: Ventile und Dichtungen müssen evtl. ausgetauscht werden.



Vertrauen Sie auf Spezialisten seit 1951!

Achten Sie auf die richtige Einstellung des Thermostats



Tipp: Thermostat richtig einstellen

Stellen Sie das Thermostat auf die gewünschte Raumtemperatur ein. Ist diese höher als erforderlich, verbrauchen Sie unnötig Energie. **Und jedes Grad weniger senkt Ihren Verbrauch um etwa 6 %.**

Stufe 1 entspricht etwa einer Temperatur von 12°C. Der Abstand zwischen einer Stufe und der nächsten beträgt dabei etwa 4°C, die kleinen Striche dazwischen markieren jeweils ein Grad. Stufe 5 entspricht also bereits etwa 28°C.

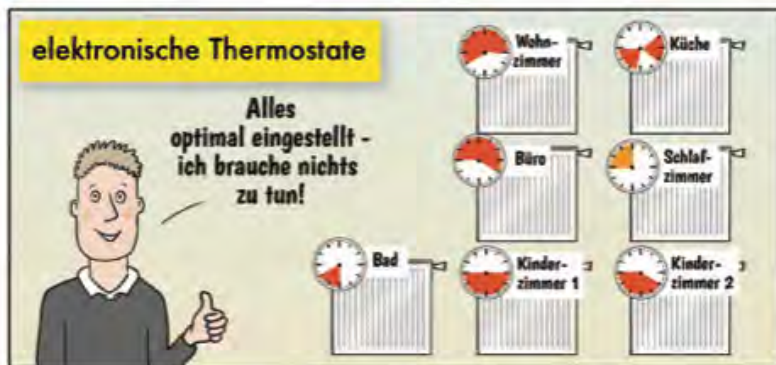
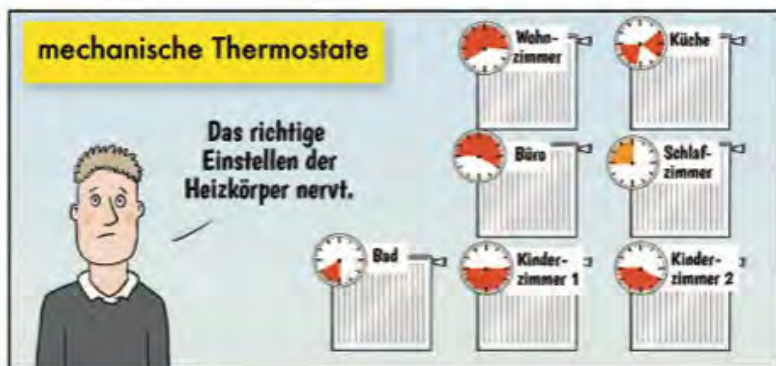
Die Heizung kurzfristig herunterdrehen verbraucht unnötig viel Energie

Tipp: Richtiges Heizen bei Abwesenheit

Bei Abwesenheit bis zu zwei Tagen, die Temperatur bis auf 15°C, bei längerer Abwesenheit bis auf 12°C oder die Frostschutzposition des Thermostatventils einstellen; auch während der Nachtstunden die Raumtemperatur möglichst um 5°C senken. Achtung: die Temperaturen sollten auch bei längerer Abwesenheit nicht unter die angegebenen Grad fallen, andernfalls kostet das Aufheizen zu viel Energie. Je nachdem, wie tief die Temperaturen sinken, könnte das Aufheizen sogar Tage dauern. Nur leicht gebaute Häuser, zum Beispiel aus Holz, lassen sich vergleichsweise schnell wieder aufheizen.



Elektronische Thermostate haben Vorteile



Tipps: Elektronische Thermostatköpfe

Sie sollten die Betriebszeiten der Heizung Ihrem Bedarf anpassen. Die Verwendung von programmierbaren Thermostatventilen mit Nachtabsenkung vermindert Ihre Heizkosten erheblich. Die Absenkung um ein paar Grad können Sie auch tagsüber nutzen, wenn Sie regelmäßig außer Haus sind. Bei zentral beheizten Häusern können Sie Ihre individuellen Heizzeiten bequem über elektronische Thermostatventile programmieren. Zum Beispiel das Wohnzimmer den ganzen Tag über auf 20°C zu halten, auch wenn Sie den ganzen Tag außer Haus sind, ist reine Verschwendung. So können Sie das elektronische Thermostat so programmieren, dass es unter Tag, bei Ihrer Abwesenheit, nur 17-18°C hält und eine Stunde vor Ihrer Rückkehr wieder auf 20°C umschaltet. Auch für das Bad braucht es normalerweise unter Tag nicht dauernd 20-22°C. So können Sie bis zu 30% der Heizenergie einsparen. Lassen Sie sich ein kostenloses Angebot der Fa. Oilcontrol für elektronische Thermostatköpfe unterbreiten: einen elektronischen Thermostatkopf bester Qualität bekommen sie heute schon ab ca. 15€!

Tipp: Wieviel Grad sind ideal?

Unsere Empfehlung:

- Im Wohnbereich 20°C
- In der Küche, wo Kühlschrank, Herd und Spülmaschine mitheizen: 18°C
- Im Schlafzimmer 15°C - 17°C
- Im Bad und Kinderzimmer dürfen es, während ihrer Benutzung, ruhig 22°C - 23°C sein.
- Im Flur und unbenützten Räumen braucht es nicht mehr als 15-16°C sein.

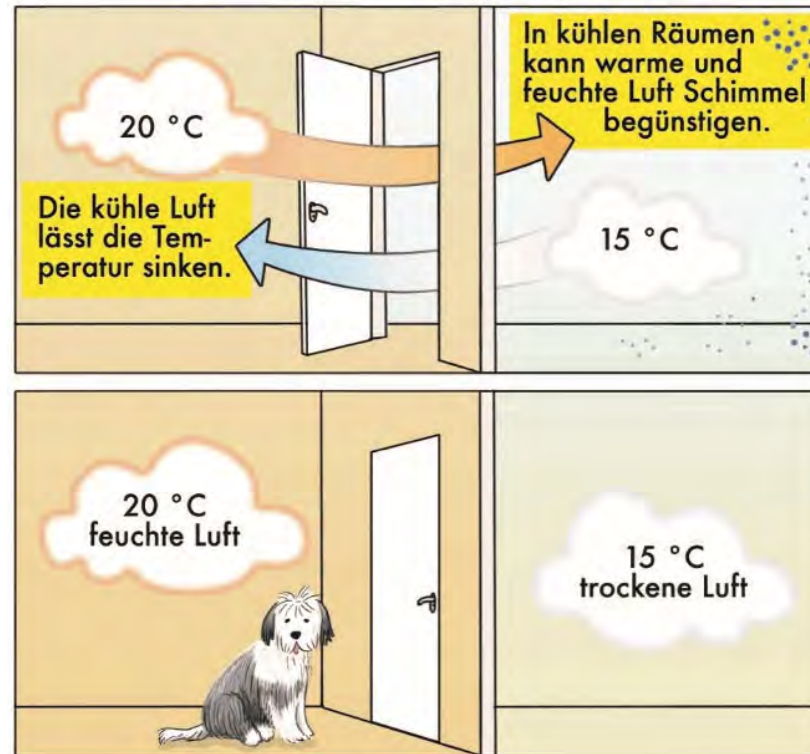
Energie und Kosten sparen mit richtig justierten Thermostaten



Entscheidend ist, wie behaglich man es selber findet. Das ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich, aber Gewohnheit spielt dabei eine große Rolle. Eine Absenkung der Raumtemperatur in einer Wohnung von 50 m² um 3°C, zum Beispiel von 23°C auf 20°C, spart rund 18 Prozent an Heizenergie. Viel niedriger sollte es nicht werden. Sinkt die Temperatur unter 15°C, kann es zur Kondensation von Feuchtigkeit kommen. Schimmel kann die Folge sein.

Nicht durchgehend genutzte Räume wie Schlafzimmer, Bad und Küche haben ihre optimale Temperatur bereits bei 15 bis 18 Grad Celsius erreicht. Das entspricht Thermostatstufe 2. Sind die Bewohner nicht zu Hause, reicht eine Temperatur von 15 bis 16 Grad bei Thermostatstufe 1 bis 2. Das gilt auch nachts. Zusätzliche Kosten spart zudem, wer die Heizung eine Stunde vor dem Schlafengehen herunterdreht. Und dies hat noch einen zusätzlichen, sehr erfreulichen Effekt für unsere Gesundheit: mehrere Studien haben ergeben, dass unser Körper bei einer **Raumtemperatur zwischen 15 und 18 Grad Celsius** am besten in den Schlaf findet. Die regenerierenden Prozesse, die unser Körper über Nacht durchläuft, werden bei dieser Temperatur ideal unterstützt. Wer die Heizung zu hoch aufdreht, **riskiert dagegen einen ungesunden Schlaf.**

Heizkosten reduzieren, Schimmel vermeiden mit geschlossenen Türen



Tipp: Türen schließen!

Türen zu Räumen, die weniger beheizt werden, sollten nicht offenstehen. Dadurch kühlen Zimmer, die eigentlich warm bleiben sollen, aus, während Räume, in denen Kühle herrschen sollte, unnötig erwärmt werden. Außerdem steigt dadurch die Gefahr der Kondenswasserbildung. Dies kann an den Außenwänden des kühleren Zimmers entstehen, sobald wärmere Luft aus anderen Räumen eindringt. Das ist auch der Grund dafür, warum Schlafzimmer morgens gelüftet werden sollten. So kann die Feuchtigkeit, die über Nacht entstanden ist, besser entweichen.

Richtig lüften: Fenster weit öffnen und auf Durchzug achten



Tipp: Richtiges Lüften

Besser: Dreimal am Tag Fenster öffnen, Thermostatventile schließen, fünf bis zehn Minuten lang auf kräftigen Durchzug achten. Durchschnittlich gelangen täglich in die Raumluft eines Vier-Personen-Haushalts 15 Liter Wasserdampf. Bleibt der Austausch der feuchten Luft aus, droht Schimmel. Auch damit sich krankmachende Schimmelsporen nicht vermehren können, ist regelmäßiges Lüften in der kalten Jahreszeit das A und O. Die Faustregel lautet: Je niedriger die Raumtemperatur, desto häufiger muss gelüftet werden. Aber **ACHTUNG:** Gekippte Fenster leiten teure warme Luft ungenutzt nach Draußen. In der Regel genügen aber drei bis viermal täglich fünf Minuten Stoßlüften. Bei der Stoßlüftung werden alle Fenster und Zimmertüren der Wohnung weit geöffnet. Die Feuchtigkeit kann entweichen ohne das Mauerwerk und andere Gegenstände abzukühlen. In einer 50m² Wohnung kann allein dieser Tipp eine Ersparnis von weit über 150 Euro im Jahr einbringen.

Verbrauchte Luft ist sehr feucht. Frischluft wärmt sich durch den geringeren Feuchtigkeitsanteil viel schneller auf, als abgestandene Luft. Dies gilt übrigens auch bei Regenwetter. **Nach dem Schließen der Fenster ist die gewünschte Raumtemperatur schnell wieder erreicht.** Das senkt den Energieverbrauch.

Tipp: Schluss mit heimlichen Dauerlüften

Mit Hilfe eines brennenden Teelichts können Sie testen, ob **Zugluft trotz geschlossener Fenster in Ihrer Wohnung besteht**. Füllen Sie Fensterspalten mit Schaumdichtungsband oder Gummidichtungen. Fünf Meter Dichtungsband bekommen Sie für etwa zwölf Euro in jedem Baumarkt. Bei Doppelkassenfenstern nur den inneren Flügel abdichten, sonst sammelt sich das Kondenswasser im Scheibenzwischenraum und Feuchtigkeitsschäden entstehen.

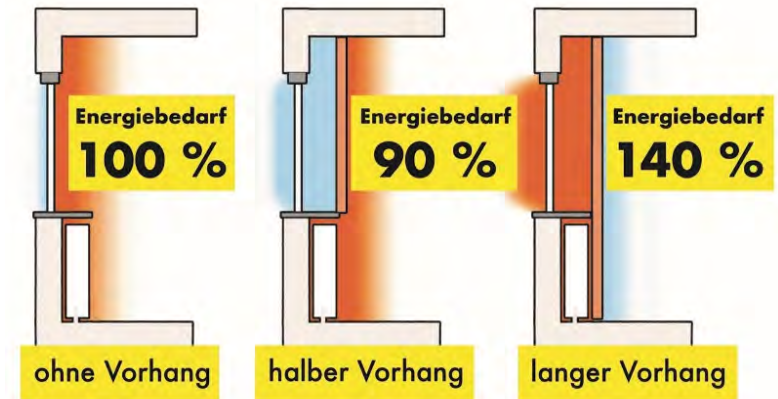


Tipp: Heizkörpernischen dämmen

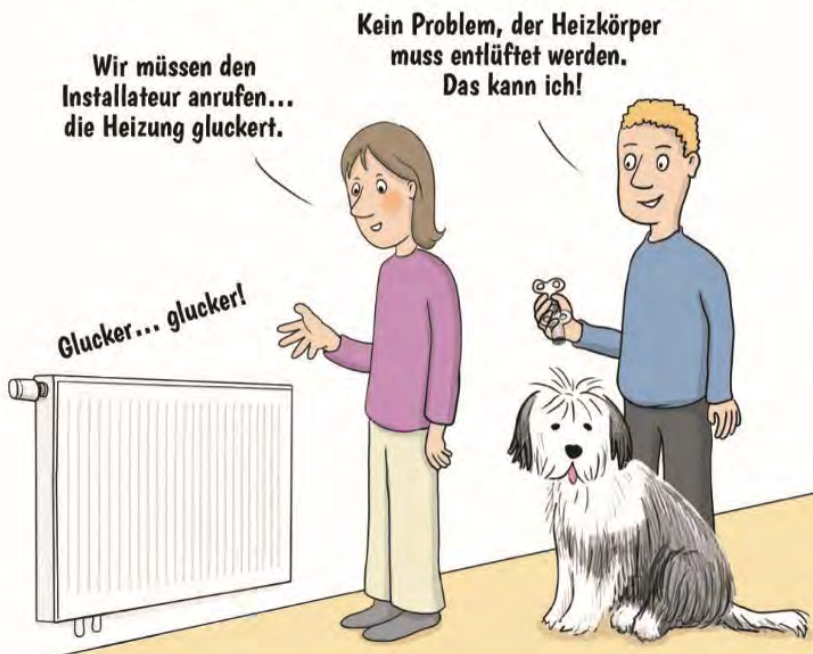
Wände hinter Heizkörpern sind oft dünner und verursachen so einen großen Wärmeverlust. Heizkörpernischen sollten deshalb mit Dämmfolien gegen den Wärmeverlust isoliert werden. Um eine optimale Isolation zu erreichen, sollte der Dämmstoff so dick wie möglich sein. Hinter den Heizkörpern befestigt, reflektiert er die Wärme in den Raum und verhindert so, dass zu viel Energie einfach durch die Wand verschwindet. In Baumärkten gibt es preiswerte Dämmstoffe, die mehrere Millimeter stark und zur Raumseite mit einer Aluminiumfolie beschichtet sind. Viel Geschick sie anzubringen ist selten nötig: Die aufgerollten Bahnen oder quadratischen Platten werden mit einer Schere einfach passend zugeschnitten und mit wasserlöslichem Spezialkleber auf Tapete oder Wand befestigt. Kosten: weniger als 15 Euro pro Heizkörper.

Tipp: Wärmestau an Heizkörpern vermeiden

Heizkörperverkleidungen und Möbel vor Heizkörpern verhindern, dass sich die Heizungswärme in den Raum ausbreitet. Das bedeutet bis zu fünf Prozent mehr Heizkosten. Reichen Vorhänge über die Heizkörper, erhöht sich der Wärmeverlust unter Umständen nochmals erheblich.



**Ganz einfach:
Heizkörper entlüften**



Tipp: Heizkörper entlüften

Ihre Heizkörper gluckern und werden nicht mehr richtig warm, obwohl das Thermostat voll aufgedreht ist? Entlüften Sie sie, denn jede Luftblase bedeutet unnötige Verschwendung. Halten Sie ein Gefäß unter das Entlüftungsventil am Heizkörper und öffnen Sie das Entlüftungsventil. Vorsicht! Das Heizwasser könnte sehr heiß sein! Lassen Sie es geöffnet, bis nur noch Heizwasser in das Gefäß läuft und keine Luft mehr entweicht. Schließen Sie das Entlüftungsventil und heizen Sie wieder normal. Aber Achtung: Wenn sich der Heizkörper mit Thermostatventil oben heiß und unten kalt anfühlt, ist dies normal und bezeugt eine gut eingestellte Heizanlage!

Tipp: Nachts Rollläden, Fensterläden und Gardinen schließen

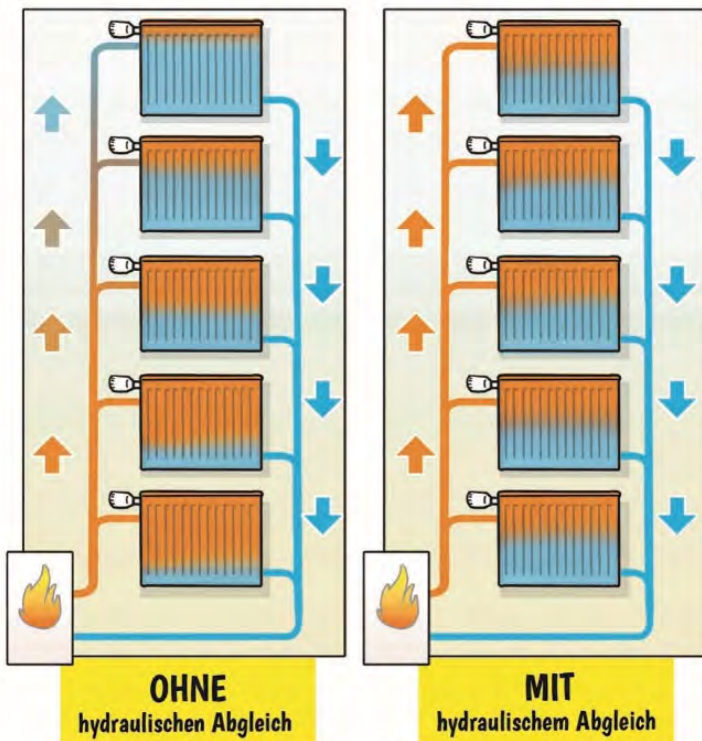
Ist es draußen sehr kalt, geht viel Wärme über Glas und Rahmen der Fenster verloren. **Wer die Rollläden schließt, kann den Wärmeverlust um mehr als 20 Prozent verringern, Vorhänge bringen weitere zehn Prozent.**

Enormer Wärmeschutz durch herunter gelassenene Rollläden



Ein hydraulischer Abgleich sorgt für gleichmäßige Erwärmung

Der hydraulische Abgleich sorgt für eine gleichmäßige Wärmeversorgung für alle Heizkörper.



Tipp: Hydraulischer Abgleich

Dieser Tipp benötigt zwar einen Eingriff in die Heizanlage, aber löst oft Probleme von zu kalten Wohnungen und bringt noch dazu erhebliche Ersparnisse mit sich. Obwohl überall auf Stufe drei gedreht, glüht der Heizkörper in einem Zimmer, in einem anderen wird er nur lauwarm? Die richtige Einstellung des Heizsystems durch einen hydraulischen Abgleich löst das Problem der ungleichmäßigen Wärmeverteilung. Dabei wird für jeden einzelnen Heizkörper die Menge an Heizungswasser so begrenzt, dass zu jedem Heizkörper genug Wärme transportiert wird, aber nicht mehr als nötig. Zugegeben, hier muss der Fachmann ran: Beim hydraulischen Abgleich wird die Wärmeversorgung im Haus so eingestellt, dass alle Heizkörper im Haus gleichmäßig und effizient mit Wärme versorgt werden. Bedingung für diesen Abgleich ist, dass Ihre Heizung bereits voreinstellbare Thermostatventile verwendet. Sie können im Mehrfamilienhaus dies also nicht selber tun, aber wir raten ausdrücklich dies von Ihrer Hausverwaltung zu verlangen! Mit einer richtig eingestellten Heizanlage können Sie bis zu zehn Prozent Energie sparen – so macht sich der Handwerker rasch wieder bezahlt.

Die Dämmung der Heizungsrohre ist eine sinnvolle Maßnahme:



Tip: Wände und Heizungsrohre dämmen

Zimmerwände können auch nachträglich relativ einfach mit einer Innendämmung isoliert werden. Dabei wird das Dämmmaterial an den Zimmerwänden angebracht.

Auch die freistehenden Heizungsrohre sollten gut isoliert werden, beispielsweise mit einer Ummantelung aus Schaumstoff. Leitungen sollte man vor allem dort dämmen, wo sie durch ungeheizte Räume, wie zum Beispiel auch Keller, verlaufen. Die Heizkostensparnis liegt bei rund acht Prozent.

Im Bad lohnt sich das Sparen – hier wird das meiste Trinkwasser verbraucht



Tipp: Wasser sparen

Viele Tätigkeiten im Badezimmer geschehen aus reiner Routine heraus. Das tägliche Zähneputzen zählt ebenso zu diesen Routinehandlungen, wie die allmorgendliche Rasur oder die erfrischende Dusche. Dabei stellt sich die Frage: Muss der Wasserhahn dabei wirklich durchgehend aufgedreht sein?

Wer seinen täglichen Ablauf im Badezimmer bewusst analysiert, wird rasch merken, dass tagtäglich eine große Menge Trinkwasser ungenutzt in den Abfluss läuft. Warum beim Zähneputzen nebenbei warmes Wasser laufen muss, bleibt das Geheimnis vieler Zeitgenossen. So spart man automatisch Wasser ein, wenn zum Spülen ein Zahnputzbecher verwendet wird. Dasselbe gilt für alle, die beim Rasieren das Wasser nicht durchgehend laufen lassen und das Waschbecken nur zur Hälfte mit Wasser füllen.

Dreht man während des Einseifens der Hände den Wasserhahn ab, können rund 15 Liter Wasser allein beim Händewaschen eingespart werden. Auch das Duschen bietet reichlich Gelegenheit dazu, das Wasser zwischendurch kurz abzdrehen. So können alleine bei einer Dusche bis zu 30 Prozent Wasser eingespart werden.

Duschen versus Baden

Generell schont derjenige seine Haut, der eine Dusche einem ausgiebigen Bad in der Wanne vorzieht. Davon abgesehen verbraucht eine erfrischende Dusche zwischen 30 und 80 Liter Wasser, während ein Bad mit einem Wasserverbrauch von 150 bis 200 Liter zu Buche schlägt.

Auch das Duschen selbst bietet reichlich Potenzial zur Einsparung. Während ein herkömmlicher Duschkopf einen Wasserverbrauch von bis zu 25 Liter pro Minute zulässt, reduziert ein Sparduschkopf den selbigen auf acht bis zehn Liter pro Minute. Diese Duschköpfe vermischen das Wasser mit Luft, somit bleibt der Duschgenuss derselbe. Ältere Duschköpfe müssen nicht zwingend komplett ersetzt werden, um Wasser zu sparen. Solche Modelle können mühelos nachgerüstet werden. Der hierfür erforderliche Nachrüstsatz ist bereits um rund fünf Euro erhältlich. Mit nur wenigen Handgriffen montiert, reduziert ein solcher Durchflussbegrenzer den Wasserverbrauch um bis zu 50 Prozent.

Durchflussbegrenzer, die durch die Beimischung von Luft den Wasserverbrauch bei gleichbleibenden Duscherlebnis über 50% reduzieren, gibt es für wenige Euro für alle Typen der handelsüblichen Wasserhähne.

Ein tropfender Wasserhahn muss repariert werden



Tipp: Der tropfende Wasserhahn

Das konstante Tropfen eines undichten Wasserhahns hat bereits Tausenden Menschen wertvolle Nerven gekostet. Meist unbekannt hingegen ist aber die Tatsache, dass ein undichter Wasserhahn ein enormer Verschwender von Trinkwasser ist.

Bereits ein harmlos erscheinendes Tröpfeln summiert sich in Summe auf jährlich mehr als 800 Liter Trinkwasser. Daher sollte ein undichter Wasserhahn möglichst zügig repariert werden. Unliebsame Überraschungen bei der nächsten Wasserrechnung werden somit einfach vermieden.

Wie Sie sehen, gibt es viele einfache Möglichkeiten, um bei Heizung und Warmwasser viel Energie und Kosten zu sparen, ohne große Eingriffe tätigen und ohne auf Lebensqualität verzichten zu müssen. Im Mehrfamilienhaus mit zentralisierten Anlagen ist es jedoch unbedingt notwendig, alle Nutzer zu diesen Einsparnissen zu ermutigen. Somit würde sich auch für jeden Einzelnen den Fixkostenanteil der Heiz- und Warmwasserkostenabrechnung am Ende des Jahres verringern. Dies setzt eine professionelle Erhebung der Verbräuche und Erstellung der Abrechnung für die Nutzer voraus. Es ist einleuchtend: Jeder spart mehr und lieber, wenn sich dies auch im Geldbeutel direkt niederschlägt. Die Techniker der Firma Oilcontrol GmbH, schon seit 1951 im Heizungsbereich tätig, beraten Sie gerne und unverbindlich für die besten Lösungen.

