

Überheizen Sie Ihre Räume nicht

Sie sparen bereits ca. 6 % Ihrer Heizkosten, wenn Sie die durchschnittliche Raumtemperatur nur um 1°C senken.

Weil wir in verschiedenen Räumen ein unterschiedliches Wärmebedürfnis haben, empfehlen wir folgende Temperaturen als Richtwerte:

- o Treppen, Flure, Dielen, Hauswirtschaftsräume: 15°C
- o Schlafzimmer: 16°C
- o Küchen: 18°C
- o Esszimmer, Wohnzimmer, Kinderzimmer: 20°C
- o Bäder: 22°C

Verdecken und verstellen Sie keine Heizkörper

Nur wenn ein Heizkörper frei ist, kann er seine gesamte Wärme ungehindert in den Raum geben. Achten Sie daher darauf, dass Sofas und Regale nicht direkt vor Ihren Heizkörpern stehen.

Entlüften Sie Ihre Heizkörper regelmäßig.

Aktivieren Sie Heizprogramme

Nutzen Sie werktags, wenn Sie sich die meiste Zeit des Tages außer Haus befinden, ein anderes Heizprogramm als am Wochenende.

Programmieren Sie Ihre Heizung so, dass sich die Raumtemperatur bereits kurz bevor Sie das Haus verlassen, automatisch herabsenkt und sich erst kurz bevor Sie heimkehren erhöht.

Senken Sie nachts die Raumtemperatur um 3°C bis 5°C, z. B. mit Hilfe intelligenter Thermostate.

Lassen Sie die Räume aber nicht völlig auskühlen. Ein ausgekühltes Zimmer aufzuwärmen kostet weit mehr Energie, als es gleichmäßig bei geringerer Leistung zu beheizen. Zudem kühlt die kalte Luft auch die umliegenden wärmeren Räume ab, die Sie deshalb stärker heizen müssen.

Bei längerer Abwesenheit (Urlaub, Fortbildung, Krankenhausaufenthalt) lohnt jedoch ein Ausschalten der Heizungsanlage.

Unbenutzte Räume brauchen wenig bis gar keine Heizung. Achten Sie jedoch darauf, dass es nicht viel kälter als 15°C wird, wenn die Außentemperatur im Winter unter 0°C fällt, da sonst Schimmel droht.

Lüften Sie richtig

Öffnen Sie Fenster und Türen für kurze Zeit weit, um Durchzug zu erzeugen. Dauerhaft gekippte Fenster lassen viel Wärme hinaus, aber nur wenig Frischluft hinein. Stoßlüften Sie daher lieber zwei bis drei Mal am Tag für jeweils drei Minuten.

Nutzen Sie Rollläden, Vorhänge und Gardinen

Verdecken Sie abends und an kalten Wintertagen ab spätem Nachmittag Fenster und Türen mit Außenjalousien oder Vorhängen. Dadurch entsteht eine isolierende Luftsäule, die den nächtlichen Wärmeverlust verringern kann.

