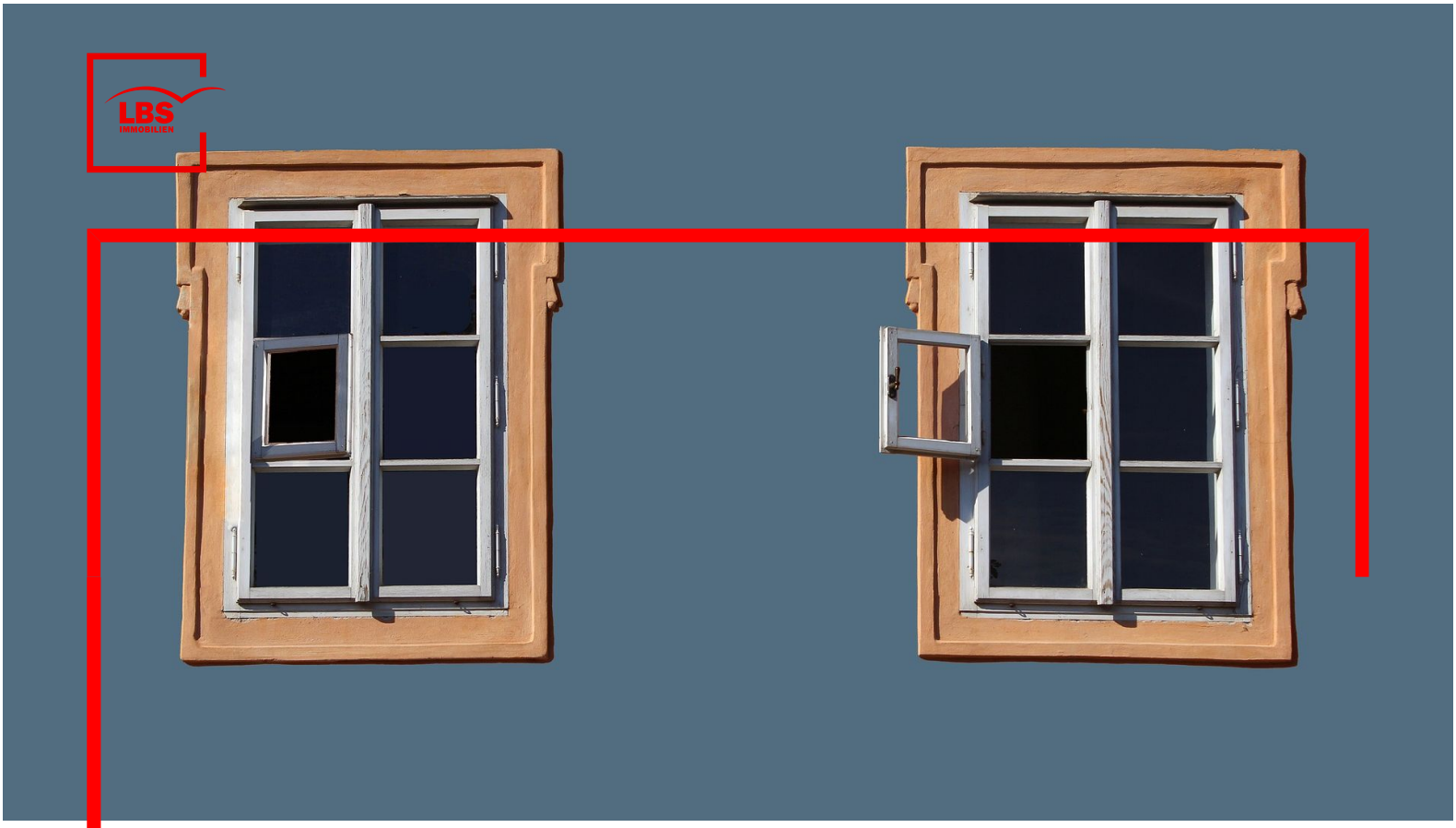


Jetzt Energie sparen: Richtig heizen und lüften

Für das Energiesparen gab es wohl noch nie so überzeugende Argumente wie heute. Ein geringerer Energieverbrauch zahlt sich nicht nur im eigenen Portemonnaie und für die Umwelt aus, sondern ist auch wichtig, um die Abhängigkeit von Lieferungen aus Russland zu verringern. Richtig heizen und lüften ist ein erster Schritt dahin.

Im Winter und auch noch in der Übergangszeit verbraucht die Heizung die meiste Energie im Haushalt. Dort zu sparen, ist also besonders effektiv. Im Frühjahr können die Temperaturunterschiede in Schleswig-Holstein besonders groß sein. Während man es im Binnenland schon auf der Terrasse aushalten kann, bläst der Wind an Nord- und Ostsee oft noch eisig kalt. Es ist aber wenig sinnvoll, das Heizverhalten immer wieder dem wechselhaften Wetter anzupassen. Für einen sparsamen Verbrauch – gerade bei starken Temperaturschwankungen – ist eine konstante Einstellung klüger. Das spart Energie und Heizkosten.

Maximal aufgedrehte Thermostate heizen nicht besser.

Zweckmäßiger ist es, die Heizung tagsüber auf niedriger Stufe laufen zu lassen. Auf keinen Fall sollte man die Heizung auf die niedrigste Stufe herunterfahren. Das gilt besonders für Bewohnerinnen und Bewohner von schlecht gedämmten Häusern mit hohen Decken. Durch übermäßig sparsames Heizen bei frischen Tagestemperaturen kühlt die Wohnung zu schnell aus. Das erneute Aufheizen kostet unnötig viel Energie, wenn die Räume abends wieder behaglich sein sollen. Wer die Wohnung nur für einige Stunden verlässt, sollte die Heizung nicht vollständig abschalten, sondern nur etwas herunter drehen.

Im Frühling verändern sich die Außentemperaturen und die Luftfeuchtigkeit. Das Lüftungsverhalten sollte sich dem anpassen. Anders als im Sommer kann die Luft noch nicht so viel Feuchtigkeit aufnehmen. Um Schimmelbildung effektiv vorzubeugen, ist regelmäßiges Lüften auch bei schwankenden Außentemperaturen wichtig. Im Frühling ist es ratsam, drei bis vier Mal pro Tag für jeweils für zehn bis 15 Minuten zu lüften. In dieser Zeit kann die Luft zusätzliche Feuchtigkeit zum Beispiel aus Bad oder Küche aufnehmen und nach außen abziehen. Während des Lüftens sollten die Heizungsventile geschlossen sein. Grundsätzlich ist Stoß- und Querlüften besser, als die Fenster längere Zeit auf Kipp zu stellen.

Überprüfen Sie die Höhe der Zimmertemperatur

Der Mensch gewöhnt sich schnell an eine bestimmte Raumtemperatur. Was jede und jeder als behaglich empfindet, ist individuell sehr verschiedenen. Ältere Menschen mögen es oft etwas wärmer als jüngere. Die Raumtemperatur hat aber auch einen sehr starken Effekt auf den Energieverbrauch: Die Absenkung der Raumtemperatur um ein Grad spart rund sechs Prozent Energie. Bei vier Grad weniger wären das schon 24 Prozent eingesparte Energie. Bei den aktuell hohen Energiepreisen lohnt es sich, die Temperatur tagsüber anzupassen. Programmierbare Thermostate machen die Einstellung der Raumtemperatur bequemer und lassen sich sogar per App steuern.

Haben Sie Fragen dazu, was Sie noch tun können, um den Energieverbrauch Ihres Hauses oder Ihrer Wohnung zu senken?

Kontaktieren Sie uns ganz unverbindlich.
Wir beraten Sie gern.

Das könnte Sie auch interessieren: Wärmepumpe, Pellets oder Fernwärme? Wie wir künftig heizen