

## 10 Tipps fürs Heizen, wie Sie Heizkosten sparen

### Verheiz die Kohle nicht!

#### *Zehn Tipps fürs Heizen: Kleiner Einsatz - große Wirkung*

Die Kosten für Heizöl jagen scheinbar unaufhaltsam nach oben. Doch jeder kann der Kostenexplosion entgegen wirken. Die Formel dafür heißt: Energie sparen. Selbstverständlich muss trotzdem niemand frieren. Schon mit wenig Aufwand und kleinen Anschaffungen lässt sich viel Heizgeld sparen. Die Haushaltskasse wird es freuen: Ein durchschnittlicher Haushalt, der in einem Altbau lebt, kann durch Heizen mit Köpfchen und ohne Komfortverzicht bis zu 300 Euro pro Jahr sparen. Ganz nebenbei ist es auch gut für die Umwelt. Weniger Energieverbrauch ist zugleich ein Beitrag zum Klimaschutz.

Zehn Tipps zeigen, wie man einfach und wirkungsvoll seine Heizkosten senken kann:

- 1. Jedes Grad zählt:** Die Raumtemperatur sollte im Wohnbereich möglichst nicht mehr als 20 Grad (°C) betragen. Jedes Grad weniger spart etwa sechs Prozent Heizenergie! Unsere Empfehlung für andere Räume: in der Küche, wo Kühlschrank, Herd und Spülmaschine mitheizen: 18 °C, im Schlafzimmer 17 °C. Entscheidend ist, wie behaglich man es selber findet. Das ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich.
- 2. Räume nur nach Bedarf heizen:** Unser Tipp: Bei Abwesenheit bis zu zwei Tagen die Temperatur auf 15 °C, bei längerer Abwesenheit auf 12 °C oder die Frostschutzposition des Thermostatventils einstellen; auch während der Nachtstunden die Raumtemperatur möglichst um 5 °C senken. Moderne Heizungsanlagen steuern die Senkung der Raumtemperatur zentral.
- 3. Gekippte Fenster fressen Energie:** In der dauerhaften Kippstellung heizt man das Geld buchstäblich zum Fenster hinaus. Besser ist es, öfter kurz - höchstens 10 Minuten - und kräftig zu lüften - am besten mit Durchzug. Dabei die Heizung runterdrehen.
- 4. Schluss mit dem "heimlichen" Dauerlüften:** Fugen und Ritzen, durch die die Wärme verschwindet, mit Dichtungsprofilen verschließen; sie sind schon für einen bis 1,50 Euro pro Meter zu haben und schnell angebracht. Dauerhafter - aber mit 7,50 bis 10 Euro pro Meter auch teurer - sind Lippenprofile, die in die Nut eingefräst werden; sie halten dafür fünf bis zehn Jahre.
- 5. 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 die Wärmeverluste um mehr als 20 Prozent verringern, Vorhänge bringen weitere zehn Prozent.
- 6. Wärmestau an Heizkörpern vermeiden:** Heizkörperverkleidungen und Möbel vor Heizkörpern verhindern, dass die Heizungswärme in den Raum geht. Das bedeutet bis zu fünf Prozent mehr Heizkosten. Reichen Vorhänge über die Heizkörper, erhöht sich der Wärmeverlust unter Umständen nochmals erheblich.

**7. Wärmebrücke "Heizkörpernischen":** Eine nachträgliche Wärmedämmung hinter dem Heizkörper schafft Abhilfe und spart bis zu sechs Prozent Heizenergie. Bei Platzmangel hilft eine fünf Millimeter dicke, aluminium-kaschierte Styroporplatte. Diese Investition rechnet sich nach spätestens zwei bis drei Heizperioden.

**8. Thermostatventile bremsen "automatisch":** Sie halten die Temperatur in den einzelnen Räumen konstant auf dem gewünschten Wert - selbst wenn die Sonne ins Zimmer scheint. Das kann vier bis acht Prozent Heizenergie sparen. Auf eines sollte man achten: Keine Gardinen vor die Thermostatventile! Diese funktionieren sonst nicht richtig. Bei einem Stückpreis von höchstens 20 Euro machen sich Thermostatventile meist schon nach zwei Jahren bezahlt.

**9. Elektrische Zusatzheizungen nur im Notfall:** Ein Dauerbetrieb von Heizlüftern und Radiatoren ist reine Energie- und Geldverschwendung. Solche Geräte sollten nur im Notfall eingesetzt werden.

**10. Heizungsanlagen regelmäßig durch Fachpersonal prüfen lassen - am Besten zu Beginn der Heizperiode:** Der Check durch den Fachmann gewährt einen effektiven und wirtschaftlichen Betrieb der Heizungsanlage. Und die Heizkosten lassen sich um fünf bis zehn Prozent senken.