

# Presseinformation 27/2010

Stuttgart, 7. Oktober 2010

## Richtig heizen lohnt sich

### Heiztipps senken Energiekosten bei gleichem Komfort

#### Landesprogramm Zukunft Altbau hat die wirksamsten Maßnahmen zusammengestellt. Neues Merkblatt erschienen.

Tipps zur richtigen Nutzung der Heizung lohnen sich: Sie kosten nichts und sparen künftig Geld. Die wirksamsten Maßnahmen kann man an einer Hand abzählen. Nach Angaben des Landesprogramms Zukunft Altbau gehören dazu individuell auf die Wohnräume eingestellte Temperaturen, entlüftete Heizkörper, genügend Abstand der Möblierung zu den Heizkörpern und ein zielgerichtetes Lüften. Das könne bei einem durchschnittlichen Altbauhaushalt bis zu 25 Euro monatlich einsparen ohne den Wohnkomfort zu senken, schätzt Claudia Rist, die Leiterin des Programms aus dem Ministerium für Umwelt, Naturschutz und Verkehr Baden-Württemberg. Neben einem vernünftigen Heizverhalten solle aber auch überprüft werden, ob eine Modernisierung der Heizanlage oder Dämmmaßnahmen sinnvoll sind.

Zukunft Altbau hat die Heizungstipps in einem neuen Merkblatt zusammengestellt. Das kostenfreie Merkblatt kann unter dem Beratungstelefon von Zukunft Altbau 08000 12 33 33 bestellt oder unter [www.zukunftaltbau.de](http://www.zukunftaltbau.de), Rubrik Service/Publikationen, herunter geladen werden. Auskunft zum richtigen Heizen gibt es auch bei Energieberatern aus der Region.

Geht es um die richtige Nutzung der Heizung, herrscht in deutschen Wohnräumen nicht selten ein erstaunliches Unwissen. So werden Thermostatventile in Nebenräumen aufgedreht oder die Wärme durch Kippfenster zum Fenster hinausgelüftet. Die dadurch verursachten Mehrausgaben treiben die Heizkostenabrechnung in die Höhe, ohne einen zusätzlichen Komfort zu erreichen.

Dabei ist die Sachlage klar: Geheizt werden sollte nur nach Bedarf. „Das lohnt sich. Ein Grad Celsius weniger spart um die sechs Prozent Heizenergie“, weiß Hermann Dannecker vom Deutschen Energieberater-Netzwerk (DEN). Senkt man in bewohnten Räumen die Temperatur etwa von 23 auf übliche 20 Grad, reduzieren sich die Heizkosten um 15 bis 20 Prozent. „Für Schlafzimmer oder selten genutzte Räume benötigt man 16, für die Küche 18 Grad. Auch das spart enorm. Im Bad können es dafür 22 Grad sein“, so Dannecker. Wenn die Hausbewohner nachts schlafen, reichen in sämtlichen Räumen 16 Grad aus. Dafür sorgt die Nachtabenkungsfunktion der Heizungsregelung. Damit kann



die Solltemperatur bereits eine halbe Stunde vor dem Schlafengehen auf rund 16 Grad abgesenkt werden. Morgens wiederum sollte die Heizung eine halbe Stunde vor den Bewohnern aufwachen.

Auch das Lüftverhalten hat eine große Auswirkung auf die Heizkostenrechnung. „Kurze aber große Lüftaktionen wie Stoß- oder Querlüften sind empfehlenswert“, so Hermann Dannecker. „Die weit geöffneten Fenster tauschen schnell die feuchtwarme Wohnungsluft aus, ohne dass die Innenwände auskühlen. So ist es bereits kurz nach dem Lüften wieder warm.“ Drei mal täglich mehrere Minuten Stoßlüften reicht aus. Vorher sollten die Thermostatventile aber geschlossen werden.

Notwendig ist auch die Vermeidung eines Wärmestaus. Die von den Heizkörpern ausgehende Wärme sollte sich möglichst ungehindert im Raum ausbreiten können. Möbel in unmittelbarer Nähe und Vorhänge, die über die Heizkörper reichen, sind da kontraproduktiv: Ein Teil der Wärme wird dann über die Fenster direkt wieder nach draußen geleitet. Um das zu unterbinden, reichen rund 20 Zentimeter Abstand zwischen Heizkörper und Möblierung aus.

„Große Wirkung hat auch die Heizungsentlüftung“, erklärt Claudia Rist von Zukunft Altbau. „Luft im Heizungssystem verhindert die gleichmäßige Verteilung der Wärme.“ Gluckert es in den Heizkörpern, können die Bewohner mit einem Entlüfterschlüssel die Luft entweichen lassen. Voraussetzung dafür ist ein Stillstand der Heizungsflüssigkeit, den man mit dem Abschalten der Heizungspumpe erreicht. Wichtig ist auch eine ausreichende Menge an Wasser im Heizkreislauf. Nur ein richtiger Betriebsdruck sorgt für die gleichmäßige Wärmeverteilung. Ob hier Handlungsbedarf besteht, zeigt die Wasserstandanzeige.

----- Infokasten -----

### Heiztipps

- *Temperatur:* 20 Grad Celsius bei Wohnräumen, 18 Grad in der Küche, 16 Grad bei Nebenräumen, 22 Grad im Bad, Nachtabenkung auf 16 Grad.
- *Lüften:* Stoß- oder Querlüften dreimal täglich mehrere Minuten. Kippfenster in der Heizperiode vermeiden.
- *Wärmestau vermeiden:* 20 Zentimeter Abstand zwischen Möbeln / Verkleidungen und den Heizkörpern, damit sich die Wärme im Raum ausbreiten kann.
- *Heizungsentlüftung:* Mit einem Entlüfterschlüssel solange Luft entlassen, bis Wasser austritt. Dann zudrehen. Auch auf den Wasserstand achten.

----- Infokasten -----

Zukunft Altbau informiert Wohnungs- und Hauseigentümer neutral über den Nutzen energieeffizienter Altbaumodernisierung und über Fördermöglichkeiten. Das Programm des Ministeriums für Umwelt, Naturschutz und Verkehr Baden-Württemberg hat seinen Sitz in Stuttgart und wird von der Klimaschutz- und Energieagentur Baden-Württemberg (KEA) umgesetzt.



**Ansprechpartner Pressearbeit:**

PR-Agentur Solar Consulting GmbH, Axel Vartmann,  
Solar Info Center, D-79072 Freiburg,  
Tel. +49/761/38 09 68-23, Fax +49/761/38 09 68-11,  
vartmann@solar-consulting.de, [www.solar-consulting.de](http://www.solar-consulting.de)

**Ansprechpartnerin Zukunft Altbau:**

Dipl.-Ing. Mareike Soder, Freie Architektin und Energieberaterin,  
Zukunft Altbau, KEA Klimaschutz- und Energieagentur Baden-Württemberg  
GmbH, Gutenbergstraße 76, 70176 Stuttgart,  
Tel. +49/711/489825-13, Fax +49/711/489825-20,  
mareike.soder@zukunftaltbau.de, [www.zukunftaltbau.de](http://www.zukunftaltbau.de)

Dieses Foto, Fotos zu energieeffizienten Altbauten, ein Faktenblatt für die Presse und weitere Informationen bekommen Sie bei:

Solar Consulting GmbH



Energie sparen ohne Komfortverlust – Heiztipps lohnen sich.

Ein neues Merkblatt von Zukunft Altbau gibt lohnende Heiztipps.

Foto: Zukunft Altbau

ZUKUNFT ALTBAU mir zuliebe

Merkblatt

### ! Richtig Heizen und Lüften

Vermittelt Heizverhalten lohnt sich. Mit ein wenig Aufmerksamkeit können Sie viel Energie sparen. Zu den Maßnahmen gehören individuell eingestellte Raumtemperaturen, entlüftete Heizkörper und richtiges Lüften. Ein durchschnittlicher Haushalt in einem Altbau kann so jährlich bis zu 300 Euro einsparen.

**Individuell eingestellte Raumtemperaturen**  
Bei den Heizkörpern zählt jeder Grad. Eine Abweichung um ein Grad Celsius spart rund sechs Prozent Heizenergie. Reduzieren Sie die Raumtemperaturen etwa von 24 auf 20 Grad, sinken die Heizkosten um 20 bis 25 Prozent. Generell gilt: Die Raumtemperaturen sollte immer der Nutzung angepasst werden. Übliche Temperaturen für bewohnte Räume und Kinderzimmer sind 20 Grad, im Bad können es auch 22 Grad sein. Für Schlafzimmer und Nebenräume reichen 18 Grad aus. Nichts kann die Temperatur in allen Räumen auf 16 Grad abgesenkt werden. Diese Temperatur sollte nicht unterschritten werden, um eine Kondensation von Luftfeuchtigkeit an kalten Oberflächen und damit Schimmelbildung zu vermeiden. Während des Urlaubs darf die Temperatur weiter sinken.

**Entlüftete Heizkörper**  
Wenn die Heizkörper glücken, ist die Entlüftung der Heizkörper notwendig. Mit einem Entlüfter können Sie die Luft entfernen lassen. Vor dem Entlüften sollten Sie die Heizungsanlage abschalten, damit die Flüssigkeit im Heizkreislauf zum Stillstand kommt. Ob Wasser im Heizkreislauf nachgefüllt werden muss, zeigt die Druckanzeige am Heizkreislauf. Das ist wichtig, denn nur bei ausreichendem Betriebsdruck ist die gleichmäßige Wärmeverteilung sichergestellt.

**Richtige Möblierung**  
Einen Wärmeeinbruch an den Heizkörpern sollten Sie unbedingt vermeiden. Möbel und Verkleidungen vor den Heizkörpern verhindern, dass sich die Wärme im Raum ausbreitet. Vorherigen Vorlage der Heizkörper, wird ein Gefälle der Wärme sogar direkt wieder über die Fenster nach außen geleitet. Möbel und Verkleidungen sollten auch nicht vor ungedämmten Außenwänden stehen. Gelänge zu wenig Wärme an diese Wände, sinkt die Oberflächentemperatur und das Risiko der Schimmelbildung steigt.

Baden-Württemberg  
MINISTERIUM FÜR UMWELT, NATURSCHUTZ UND VERKEHR

