

Energiespartipps für die kalte Jahreszeit

Das Jahr neigt sich dem Ende zu, die Tage werden kürzer, die Nächte werden länger und auch die Außentemperaturen sinken. Die Winterzeit steht vor der Tür. Für viele bedeutet das, dass früher das Licht angemacht wird, häufiger die Badewanne genutzt wird und die Abende gemütlich auf der Couch mit einer Tasse vor dem Fernseher ausklingen. Mit ein paar Kniffen kann dabei auch noch Strom und Energie gespart werden.

Fenster und Türgummis erneuern

In vielen älteren Häusern pfeift durch Ritzen die kalte Luft. Mit Schaumstoffstreifen oder speziellen Klebebändern kann hier viel Energie gespart werden und die Energiekosten gesenkt werden.

Heizkörper regelmäßig entlüften

Heizkörper die gluckern können nicht richtig wärmen. Dieses Gluckern entsteht, wenn im Heizkörper zu viel Luft ist. Mit einem Heizkörperschlüs-

sel kann der Heizkörper entlüftet werden. Einfach das Ventil so lange vorsichtig aufdrehen, bis Wasser kommt. Das ist das Zeichen, dass alle Luft aus der Heizung entwichen ist.

Abstand einhalten

Die Heizkörper dürfen nicht mit Möbeln oder anderen Gegenständen zugestellt werden. Die erwärmte Luft muss zirkulieren können, damit sich die Wärme im Raum verbreiten kann.

Richtige Temperatur

Mit voll aufgedrehtem Heizkörper schadet man nicht nur seinen Geldbeutel, sondern auch der Gesundheit. Durch eine hohe Raumtemperatur sinkt Luftfeuchtigkeit, das belastet die Atemwege, Binde- und Schleimhäute und auch die Haut. Sie trocknen aus und so wird man anfälliger für Krankheiten und Infekte. Mit 1°C gesenkter Raumtemperatur kann bereits bis zu 6% Energie eingespart werden. Mit geschlossenen Vorhängen können

bis zu 50% Wärmeverluste vermieden werden

Für Wohnräume wird eine Temperatur von 20-22°C und für das Schlafzimmer eine Temperatur von 17-18°C empfohlen.

Die Temperatur in den Räumen sollte möglichst konstant sein. Auch im Urlaub sollte die Heizung nicht unter 15°C eingestellt werden; ansonsten kühlen die Räume aus und es kann zur Schimmelbildung kommen.

Licht

Mit einer optimalen Beleuchtung wird es nicht nur hell, sondern man kann auch noch sparen.

Im Vergleich:

Glühlampe 60W – Halogenlampe 45W – Energiesparlampe 35W – LED-Lampe 7W

Mit einer LED-Beleuchtung lässt sich bis zu 80% der Stromkosten einsparen.

Lüften

Mit der richtigen Lüftungstechnik kann bis zu 15% Energie eingespart werden. Fenster mehrmals am Tag zum Stoßlüften öffnen. Die Fenster sollten nicht auf Kipp gestellt werden. Hier geht Energie verloren.

Stromsparen

Das Wasser für die Teetasse sollte mit einem Wasserkocher erwärmt werden, dabei lässt sich bis zu 50% der Energiekosten einsparen. Nicht benötigte Elektrogeräte sollten vom Stromnetz getrennt werden; durch den Einsatz von schaltbaren Steckleisten kann bis zu 60% Stromkosten eingespart werden. Dieser Tipp ist ganzjährig anzuwenden.

Wussten Sie ...

Die Ziffern auf den Thermostat sind Temperaturangaben:

- 1 = 12°C
- 2 = 16°C
- 3 = 20°C
- 4 = 24°C
- 5 = 28°C

