



„Volle Pulle“ sorgt nicht schneller für warme Räume. Aber es kostet mehr Energie.

Foto: dpa

Beim Heizen sparen, ohne sich kalte Füße zu holen

VERBRAUCHER Ein paar Grad weniger und umsichtiges Verhalten zahlen sich aus. Die MZ hat die besten Tipps zusammengefasst.

VON SIMONE ANDREA MAYER, DPA

BERLIN. Eigentlich sollte alles immer möglichst wenig Geld kosten. Auch beim Heizen gilt das. Aber wer hier zu viel spart, fröstelt natürlich und er schadet obendrein seinem Haus mehr, als er denken mag. Doch beides geht zusammen – hier sind ein paar Heiztipps für den Geldbeutel und das Wohlbefinden.

➤ **Schon wenig bringt viel: Temperatur absenken**

Heizt man das Haus oder die Wohnung mit nur einem Grad weniger, kann das bereits sechs Prozent Energieeinsparung bedeuten. Darauf weist die Deutsche Energie-Agentur (dena) hin. Doch: Zu niedrige Temperaturen sind zwar gut für den Geldbeutel, aber schlecht für das Haus. Denn dann kann sich Feuchtigkeit an den Wänden ablagern und Schimmel bilden, in zu kalten Kellerräumen frieren Rohre ein und platzen. Auch ist es nicht gut, nachts und bei Abwesenheit die Heizung stark zurückzufahren. Denn kühlen auch die Wände zu sehr aus, kostet das Aufheizen extra. Welche Grundtemperatur für das Haus ideal ist, hängt vom Bautyp ab. In Nachkriegshäusern sind die Wände recht dünn, sie verlieren daher schnell Raumwärme, erläutert Claus O. Deese vom Mieterschutzbund in Recklinghausen. „Bei 16 oder 18 Grad bildet sich hier schon Schimmel. Besser ist immer mindestens eine Raumtemperatur von 20 Grad, um die Schimmelbildung zu vermeiden.“ In Bauten, die vor dem Zweiten Weltkrieg entstanden, seien die Wände dicker, auch in neuen, gut gedämmten Häusern sei die Wärmedämmung gut – „hier sind Mindesttemperaturen von 18, 19 Grad sicher ohne Schäden möglich“, so Deese. Um Schimmel zu vermeiden, empfiehlt der Verband

Privater Bauherren (VPB) als Faustregel grundsätzlich für Wohn- und Esszimmer 20 Grad, für Arbeits- und Kinderzimmer 22 Grad, für das Badezimmer während der Benutzung 24 Grad und für das Schlafzimmer ab 16 Grad. Im Keller können es 6 Grad sein.

➤ **Mit programmierbaren Thermostaten arbeiten**

Wer schnell einen kalten Raum aufheizen möchte, dreht gerne die Heizung komplett auf. Aber das bringt nichts. Ein Raum werde mit Stufe Fünf des Thermostatventils nicht wesentlich schneller aufgeheizt als mit Stufe Drei, erklärt die dena. Besser ist es, mit programmierbaren Thermostaten zum Beispiel Abwesenheiten zu berücksichtigen und die Heizung so zu takten, dass sie den Heizkörper hoch- oder runterregelt. Das spart laut cozonline etwa zehn Prozent Heizenergie.

➤ **Lüften: Fenster auf und auf Durchzug schalten**

Das ist logisch: Wer über längere Zeit die Fenster kippt, steigert seine Heiz-

STABILE PREISE BEI ÖL UND GAS

➤ **In den vergangenen Jahren** sind die Preise für Energie, für Öl und Gas, Fernwärme oder Strom, enorm gestiegen. Verglichen mit der Zeit um die Jahrtausendwende müssen private Haushalte für Gas ungefähr das Doppelte bezahlen, für Heizöl sogar das Dreifache. Heizen ist für viele Haushalte richtig teuer geworden.

➤ **Doch seit zwei bis drei Jahren** ist der Aufwärtstrend zum Stillstand gekommen.

➤ **Die Gaspreise** für private Verbraucher haben sich beruhigt und liegen nach dem Index des Verbraucherportals Verivox mit 6,52 Cent je Kilowattstunde sogar leicht unter dem Vorjahr.

➤ **Der Preis für Heizöl** liegt seit Monaten weitgehend stabil bei ungefähr 80 Euro pro 100 Liter und damit deutlich unter den beiden Vorjahren. Die Nachfrage nach Heizöl hält sich ohnehin in Grenzen, weil viele Tanks nach dem milden Winter noch gut gefüllt sind. (dpa)

kosten. Aber gar nicht oder nur wenig zu lüften, ist auch keine Lösung. Es ist dann stickig im Raum, aber vor allem kann die hohe Luftfeuchtigkeit zu Schimmelbildung führen. Der VPB rät stattdessen, die Fenster ganz zu öffnen und das für fünf bis zehn Minuten zweimal am Tag. Die Energieberatung der Verbraucherzentralen empfiehlt sogar, mindestens zwei- bis viermal täglich zu lüften. Gut ist es, wenn gegenüberliegende Fenster geöffnet werden können, so entsteht Durchzug. Ein guter Richtwert ist auch die relative Luftfeuchtigkeit im Raum. Sie sollte 60 Prozent nur kurzzeitig übersteigen. Überprüft wird das mit einem Hygrometer. Klar sollte auch sein: Bei geöffnetem Fenster wird der Heizkörper abgestellt. Sonst reagiert das System auf die hereinströmende kalte Luft und heizt stärker – auch das kostet natürlich Geld.

➤ **Türen zu unbeheizten Räumen geschlossen halten**

Kühle Räume mit der Luft aus zu warmen Zimmern zu heizen, scheint eine schlaue Idee zu sein. Doch das kann Spätfolgen haben: Neben der Wärme gelangt auch Feuchtigkeit in der Luft in den kühlen Raum. Dort steigt die relative Luftfeuchte, worüber sich Schimmelpilze freuen. Daher bleiben Türen zwischen beheizten und kühleren Räumen besser geschlossen.

➤ **Heizkörper nicht mit Möbeln zustellen**

Ein Heizkörper kann die Wärme nur gut verbreiten, wenn er nicht durch Möbel zugestellt oder von Vorhängen verdeckt ist.

➤ **Nachts Vorhänge und Rollläden schließen**

Wer sparen will, sollte nachts nicht nur die Heizung herunterdrehen. Zugedogene Vorhänge und geschlossene Rollläden halten die Wärme im Raum. Laut der gemeinnützigen Beratungsgesellschaft cozonline kann ein durchschnittlicher Haushalt damit Heizenergie im Wert von rund 40 Euro einsparen. (dpa)