

20 Grad sind ausreichend

Steigende Preise bei Gas, Öl und Strom lassen Mieter oder Hausbesitzer nicht kalt. Durch verändertes Nutzerverhalten und technische Maßnahmen kann man aber leicht sparen. Steffen Lier, Energieberater der Verbraucherzentrale, verrät, wie.

Herr Lier, Sie sind als Energieberater der Verbraucherzentrale tätig, betreuen den Südthüringer Raum und haben ein Büro in Ilmenau und Großbreitenbach. Wird Ihre Beratung denn oft in Anspruch genommen?

Ja, die Verbraucher informieren sich konstant das ganze Jahr über über einfache Maßnahmen, wie sich Kosten minimieren lassen.

Besonders ein langer, harter Winter wie dieser trägt nicht gerade zu sinkendem Verbrauch bei Gas oder Öl bei. Kann man denn dagegen etwas tun oder muss man die hohe Nebenkostenabrechnung hinnehmen?

Vor allem der lange und strenge Winter hat zu starkem Mehrverbrauch geführt. Aber auch im Frühjahr und im Herbst muss geheizt werden – und zu hohen Kosten kann man das gesamte Jahr über durch das eigene Verhalten wie auch durch technische Maßnahmen entgegnen.

Was kann man denn tun, um Kosten zu sparen, ohne viel zu investieren oder aufwendig umzubauen?

Durch die Energiechecks, die ich seit November vergangenen Jahres in Wohnungen und Häusern mache, konnte ich das Nutzerverhalten recht gut „studieren“. Zu 95 Prozent sind es Frauen, die es gerne etwas wärmer haben. Dabei ist eine Raumtemperatur von 20 bis 21 Grad ausreichend. Jedes Grad mehr bedeutet sechs Prozent mehr Verbrauch – es ist natürlich vom Geldbeutel und dem jeweiligen Wohlbefinden abhängig, wie warm es sein sollte. Über Nacht kann man die Temperatur ruhig absenken, sie sollte aber nie unter 15 Grad fallen, denn sonst kann es zu Schimmelproblemen kommen. Wichtig ist es, den Heizkörper nicht abzudecken, da die Luft dann nicht zirkulieren kann und den Raum nicht gleichmäßig aufwärmt. Das selbe ist der Fall, wenn die Heizkörper mit Umbauten verkleidet sind oder zum Beispiel die Couch zu dicht davor steht. Kann die Lust nicht zirkulieren und sich im Raum verteilen, fühlt es sich kälter an und man dreht automatisch die Heizung hoch. Sparen kann man außerdem, wenn man über Nacht die Rolläden an Fenstern schließt, vielleicht auch noch schwere Vorhänge hat, die man zuziehen kann. Das spart geschätzt 15 bis 20 Prozent, wenn es sich um einen Altbau oder ein Haus mit älteren Fenstern handelt.



Steffen Lier aus Großbreitenbach berät in seinem Büro in der Weimarer Straße und vor Ort.

Fotos: Brüsch

Sollte man, wenn es kalt draußen ist, das Fenster lieber nur kurz ankippen, um zu lüften, um nicht so viel Wärme zu verschwenden?

Nein, auch im Winter muss der Raum bestenfalls drei bis vier Mal am Tag für je fünf bis zehn Minuten quergelüftet werden, die Heizung sollte man in der Zeit auf Sternchen oder Null stellen. Denn wer die Fenster nur kippt, muss sie länger geöffnet lassen, damit ein Luftaustausch stattfindet. Das hat zur Folge, dass auch die Möbel, etwa Schränke oder das Sofa, deutlich weiter herunterkühlen und man dann umso länger braucht, den Raum wieder warm zu bekommen. Was die meisten auch nicht wissen: Frische Luft lässt sich schneller wieder mit Wärme anreichern als abgestandene.

Wie heizt man eigentlich richtig? Ist es besser, die Heizung kurze Zeit auf Stufe fünf zu stellen oder lieber etwas längere Zeit auf Position zwei?

Die Zahl auf dem Thermostat zeigt vereinfacht gesagt an, wie „warm“ es im Raum werden soll. Stufe zwei bedeutet zwischen 20 und 21 Grad. Im Thermostat befindet sich ein Fühler, der die Temperatur im Raum misst. Ist diese erreicht, wird automatisch nicht mehr weiter geheizt. Ein Raum wird also nicht schneller warm, wenn man das Thermostat voll aufdreht. Im Gegenteil: Wenn ich vergesse, es wieder zurückzudrehen, wird es zwar schön warm, ich verbrauche aber mehr. Konstant heizen ist da die bessere Variante.

Wie viel Sinn machen Isolierplatten, die man zwischen Heizkörper und Wand anbringt?

Diese Variante kann bei alten, schlecht gedämmten Häusern von Vorteil sein. Alukaschierte Isolier-

matten sorgen dafür, dass die Wärme nicht so schnell verloren geht. Wer sich unsicher ist, wo das Haus oder die Wohnung viel Wärme abgibt, dem empfehle ich eine Thermografie. Dieses Verfahren, bei dem mit einer Spezialkamera Aufnahmen vom Haus und den „energiefressenden Stellen“ gemacht werden, kostet im Durchschnitt 200 Euro. Oft deckt man dabei auch im Innenbereich Wohnraummängel auf und entdeckt bereits Feuchtigkeit, die noch nicht an den Wänden sichtbar ist.

Können Sie auch Tipps zum Stromsparen geben?

Natürlich. Der einfachste aber effektivste ist, Kippschalter zu verwenden, seine Geräte also nicht im Standby-Modus laufen zu lassen. Außerdem kann man schon beim Kauf auf den Verbrauch des Gerätes achten, in diese Richtung stehen wir auch beratend zur Seite. Man kann sich bei uns auch kostenlos ein Gerät ausleihen, das den Verbrauch von Waschmaschine, Kühlschrank und Co misst. Was die meisten Verbraucher übrigens oft „falsch“ machen ist, dass sie ihren Kühlschrank zu kalt einstellen. Sieben bis acht Grad wären optimal. Jedes Grad kälter verbraucht unnötig Energie.

Worauf können Hausbesitzer in energetischer Hinsicht achten, was kann man umbauen oder verändern, um zu sparen?

Wichtig bei Hausbesitzern ist, dass sie ihre Heizungsanlage regelmäßig warten lassen. Es ist außerdem zu prüfen, ob die Regelung richtig eingestellt ist, also in der Nacht zwischen sechs bis acht Stunden die Temperatur abgesenkt wird. Auch, ob die Heizung hydraulisch abgeglichen ist, spielt eine Rolle. Zudem sollte die Anlage bei Bedarf entlüftet

werden. Auch Hocheffizienzpumpen tragen zum Sparen bei, denn sie verbrauchen wesentlich weniger Strom als ältere Modelle. Weiterhin kann man darauf achten, ob alle Leitungen und Armaturen ausreichend gedämmt sind. Ist dies nicht der Fall, droht ein unnötiger Wärmeverlust. Auch die Kellerdecke zu dämmen wäre eine Maßnahme. Auch Rollädenkästen zu dämmen empfehlen wir, denn an dieser Stelle geht sonst viel Wärme verloren. Bei Dämmung – egal, ob außen oder innen – ist in jedem Fall ein Fachmann zu konsultieren, der zur Materialwahl berät. Wer mit falschen Dämmstoffen arbeitet, kann seine Wand dadurch schwer schädigen.

Wer sich nicht auskennt kann sich bei der Verbraucherzentrale beraten lassen. Was wird angeboten und wieviel kostet das jeweils?

Wir beraten hier im Büro zu grundsätzlichen Energie-Thematiken, also von effizienten Haushaltsgeräten bis hin zur Dämmung, Energiesparmöglichkeiten und dem Wechsel der Strom- und Gasanbieter, zu Fördermitteln und Krediten bei Umbau. Die Beratung dauert 45 Minuten und kostet fünf Euro. Außerdem gibt es verschiedene Checks, den Basis-Check, den Gebäude-Check und den Brennwert- sowie den Detail-Check, bei denen beim Verbraucher vor Ort alles Wichtige unter die Lupe genommen wird. Von Strom- und Wärmeverbrauch, dem Überprüfen des baulichen Wärmeschutzes, bis hin zur Prüfung des Brennwertgerätes oder eines Details, beispielsweise der Dämmung einer Fachwerkwand. Einen ausführlichen Bericht gibt es zu jedem Check, diese Vor-Ort-Leistungen werden vom Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie gefördert und kosten den Kunden zwischen 10 und 30 Euro, ALG-Empfänger, Wohngeldempfänger, Studenten und andere Gruppen sind befreit und zahlen nichts.

Interview: Jennifer Brüsch

■ Terminvereinbarungen und Informationen: Verbraucherzentrale Thüringen, Energieberatung Ilmenau, Weimarer Straße 76, ☎ 018809/802400 (kostenfrei aus dem Festnetz) oder per Mail: lier@ivl-energie.de www.verbraucherzentrale-energieberatung.de



Die Heizung steht auf Stufe zwei gut.