

Tipps für das eigene Heim

Einfache Mittel, großer Effekt

Geringinvestive Maßnahmen

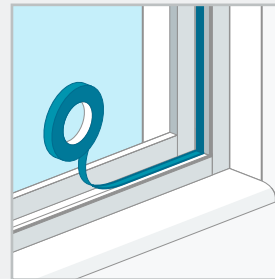
Der Heizenergieverbrauch lässt sich in vielen Fällen deutlich verringern, ohne viel Geld zu investieren. Dadurch sind die Maßnahmen meist sehr wirtschaftlich. Sie sparen das eingesetzte Geld oft binnen weniger Jahre durch geringere Energiekosten ein. Einsparpotenziale gibt es sowohl im Bereich der Heizungstechnik als auch an der Gebäudehülle. Und natürlich wird der Energieverbrauch auch dadurch bestimmt, wie Sie sich beim Heizen und Lüften verhalten.

Geringinvestive Maßnahmen eignen sich, um eine gewisse Energieeinsparung schnell und mit überschaubarem Geldeinsatz zu erreichen. Solche Maßnahmen können eine langfristige Modernisierungsstrategie jedoch nicht vollständig ersetzen.

Wie Sie eine **umfangreiche Modernisierung** auf einen längeren Zeitraum verteilen und wann größere Maßnahmen finanziell, organisatorisch und technisch sinnvoll eingeplant werden, zeigt am besten ein individueller Sanierungsfahrplan, den ein Energieberater oder einer Energieberaterin erstellt.

Gebäudehülle

→ **Alte Fenster** sorgen oftmals für ein ungewolltes Eindringen kalter Luft – es „zieht“. Wenn in nächster Zeit kein Austausch der Fenster geplant ist, dann sollten zumindest die **Fensterfugen abgedichtet** werden.



→ **Ungedämmte oberste Geschossdecken** sorgen für erhebliche Wärmeverluste, weshalb das Gebäudeenergiegesetz hier eine **Nachrüstverpflichtung** beinhaltet. Alternativ zur nachträglichen Dämmung der obersten Geschossdecke kann auch das Dach gedämmt werden.

→ Auch die **Dämmung der Decke** über unbeheizten Kellerräumen sorgt für weniger Wärmeverluste und weniger Fußkälte.

→ Die **Dämmung der Fassade** führt zu hohen Einsparungen, ist aber aufwendig und kostenintensiv. Daher sollte sie zusammen mit dem Außenwandanstrich oder der Putzerneuerung erfolgen.

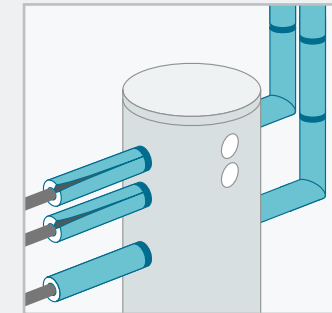
Selber machen oder Profis holen?

→ *Einen großen Teil der geringinvestiven Maßnahmen können Sie in Eigenleistung durchführen. Das Material gibt es im Baumarkt, Fachhandel oder Internet.*

→ *Komplexere Tätigkeiten sollten Sie einem Fachbetrieb überlassen.*

Anlagentechnik

→ Heizungsrohre und Warmwasserleitungen sind möglichst **lückenlos durch eine Dämmung** gegen Wärmeverluste zu schützen. Das betrifft vor allem Rohrleitungen in unbeheizten Bereichen, wie zum Beispiel im Keller. Hier gibt es sogar eine **Nachrüstverpflichtung** im Gebäudeenergiegesetz. Aber auch Leitungen innerhalb der beheizten Bereiche sollten Sie dämmen.



→ Durch den **Einbau smarter Heizkörperventile** lassen sich die Heizzeiten raumweise an den tatsächlichen Bedarf angepasst. Das lohnt sich besonders, wenn nicht alle Räume gleichmäßig genutzt werden und damit eine zentrale Einstellung der Heizzeiten am Wärmeerzeuger nicht möglich ist. Außerdem entfällt das ständige manuelle Einstellen der Solltemperaturen an den Thermostatventilen. Die meisten am Markt erhältlichen Produkte erlauben das Einstellen und Planen der Wunschtemperaturen mit einer Smartphone-App.

→ Ein **hydraulischer Abgleich** der Heizungsanlage sorgt dafür, dass alle Räume gleichmäßig warm werden, eine Über- oder Unterversorgung wird vermieden. Gleichzeitig lässt sich dadurch spürbar Energie einsparen. → *Glossar: Hydraulischer Abgleich*

→ Wenn die Heizung noch mit einer alten **Umwälzpumpe** versorgt wird, sollten Sie diese zeitnah durch eine moderne Pumpe ersetzen. Der Stromverbrauch sinkt dadurch auf einen Bruchteil.

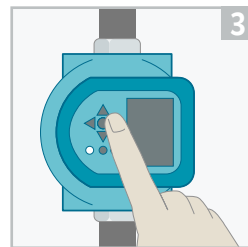
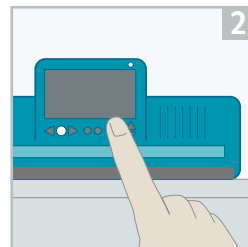
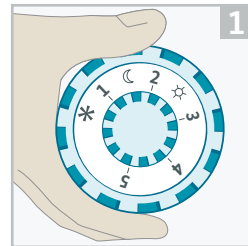
Einstellung von Regelungsparametern

Die **Einstellung der Heizungsregelung** hat einen erheblichen Einfluss auf den Energieverbrauch. Oft lassen sich durch die Wahl geeigneter Parameter die Heizkosten spürbar senken.

Dezentrale Einstellungen

Heizungsanlagen geben ihre Wärme über **Heizflächen** (beispielsweise Plattenheizkörper oder Fußbodenheizung) an die Räume ab.

→ Eine möglichst **niedrige Einstellung der Raumtemperaturregelung** (beispielsweise der Heizkörperthermostate) (1) kann Energie einsparen. Üblicherweise entspricht eine mittlere Einstellung der Heizkörperthermostate einer Raumtemperatur von etwa 20 °C, was für die meisten Wohnbereiche ausreichend ist.



Selbst einstellen oder den Fachbetrieb fragen?

Die Einstellungen am Heizkörperthermostat können Sie selbst vornehmen. Auch an der Regelung des Wärmeeerzeugers können Sie die Einstellung verändern, wenn die Regelungsparameter für Sie verständlich sind. Sonst fragen Sie ihren Heizungsbetrieb, am besten bei der jährlichen Wartung.

Impressum

Herausgeber: Bundesministerium
 für Wohnen, Stadtentwicklung
 und Bauwesen
 → www.bmwsb.bund.de
 Wissenschaftliche Begleitung:
 Bundesinstitut für Bau-, Stadt-
 und Raumforschung
 Autorinnen und Autoren: ifeu,
 Ahnen & Enkel, ITG Dresden
 Stand 04-2024

Zentrale Einstellungen

- **Heizbeginn und -ende** (2) sind entsprechend Ihrer **individuellen Nutzung** auszuwählen. Die Heizung sollte erst eine Stunde vor dem Aufstehen in Betrieb gehen. Sie können sie eine Stunde vor dem Schlafengehen abschalten, da Heizkörper und Räume noch warm sind.
- **Im Sommer** sollten Sie die Heizung **komplett abschalten**. Ab welcher Außentemperatur die Abschaltung erfolgen kann, hängt vom energetischen Standard Ihres Gebäudes ab. Ein üblicher Wert ist 15 °C.
- Für die richtige Regelung müssen **Datum und Uhrzeit der Heizungsregelung** korrekt sein. Sie sollten sie daher überprüfen, insbesondere nach der Umstellung auf Sommer- oder Winterzeit.
- Die **Heizkurve** gibt die Heizungsvorlauftemperatur in Abhängigkeit von der Außentemperatur vor – je niedriger die Außentemperatur, umso höher die Vorlauftemperatur und umgekehrt. Die Einstellung der Heizkurve erfolgt dabei in Abhängigkeit vom energetischen Niveau des Gebäudes und der Art der Heizflächen.
- Die **Warmwasserzirkulation** sollte nur in den Zeiten laufen, in denen Warmwasser genutzt wird.
- Die Solltemperatur des **Warmwasserspeichers** sollte gering eingestellt sein, meist reichen 50 °C für komfortables Duschen und Waschen.
- Auch **Heizungsumwälzpumpen** müssen für einen energiesparenden Betrieb korrekt eingestellt sein (3). Dies gilt auch für moderne Umwälzpumpen, die über eine selbsttätige Regelung verfügen.

Richtiges Verhalten spart Energie

So lässt sich Energie ohne Änderungen am Gebäude oder der Heizungsanlage einsparen:

- Senken Sie die Raumtemperaturen **in den Aufenthaltsräumen**, soweit es mit ihren Behaglichkeitsvorstellungen vereinbar ist.
- **In selten genutzten Räumen**, wie Gästezimmern oder Hobbyräumen, können Sie die Raumtemperaturen deutlich verringern.
- Sorgen Sie durch **kurzes Stoßlüften** für frische Luft, vermeiden Sie dauerhaft angekippte Fenster. Nach dem Stoßlüften wird die gewünschte Raumtemperatur schneller wieder erreicht, da die Zimmerwände nicht so stark auskühlen.
- Sorgen Sie dafür, dass die **Heizungsanlage nachts abgeschaltet** oder zumindest heruntergefahren wird.
- Stellen Sie Ihre **Heizungsanlage aus** (nötigenfalls auf **Frostschutzbetrieb**), wenn Sie in den Urlaub fahren. Am besten machen Sie dies zentral am Wärmeeerzeuger.
- Sie können den Energieverbrauch auch senken, indem Sie **sparsam mit warmem Wasser** umgehen. Duschen verbraucht weniger Wasser und Energie als eine volle Badewanne. Ebenso sparen Sie warmes Wasser, wenn Sie die Armatur beim Duschen nicht voll aufdrehen.

