

Beim Heizen sparen lohnt sich für Geldbörse und Umwelt

Verbrauchertipps des Bundesumweltministeriums

Was tun gegen steigende Heizkosten?

Beim Heizen zu sparen scheint auf den ersten Blick wenig attraktiv: Schließlich will während der kalten Jahreszeit niemand auf ein behagliches und warmes Zuhause verzichten. Doch schon mit ein paar einfachen Mitteln kann jeder Heizenergie sparen, sein Portemonnaie entlasten und trotzdem im Warmen sitzen: Ein Großteil der Wärme in unseren Wohnungen und Häusern entweicht ungenutzt durch Dach, Wände, Fenster und Keller. Wer solche Wärmeverluste durch einige Verhaltensänderungen und Modernisierungsmaßnahmen eindämmt, spart viel ein: Bares Geld und jede Menge des klimaschädlichen Gases Kohlendioxid (CO₂). Denn ein Haushalt verbraucht rund 70 Prozent seiner Energie für das Heizen. Damit ist die Raumheizung für immerhin 15 Prozent der klimaschädlichen CO₂-Emissionen verantwortlich. Pro Jahr sind das etwa 140 Millionen Tonnen.

Hier die wichtigsten Spartipps des Bundesumweltministeriums:

Raumtemperatur einhalten

- Nicht überheizen: Als ideale Raumtemperatur für den Wohn- und Arbeitsbereich gelten 20°C. Zu hohe Raumtemperaturen sind nicht nur ungesund und steigern die Gefahr von Erkältungen, sondern kosten auch unnötig Energie und damit Geld: Jedes Grad weniger spart 6 Prozent Heizkosten.
- Unterschiedlich beheizen: In Küche und Flur sind 18°C, im Schlafzimmer 16°C ausreichend.
- Nicht durchheizen: Während der Nachtstunden die Temperatur um 5° absenken. Bei ein bis zwei Tagen Abwesenheit die Durchschnittstemperatur auf 15°C, bei längerer Abwesenheit auf 12°C einstellen.
- In Küche und Bad bedenken: Geräte, wie Herd, Kühlschrank und Waschmaschine heizen mit.
- Heizkörper und Thermostatventile nicht mit Möbeln oder langen Vorhängen verdecken, denn sonst gelangt die abgegebene Wärme gar nicht erst in den Raum.
- Temperatur nicht durch Lüften regeln: Nicht die Fenster ständig auf "Kipp" lassen, sondern nur kurz (nie länger als zehn Minuten), aber kräftig (Durchzug) öffnen - und dabei das Thermostatventil schließen!

Wärmedämmung

Während der kalten Jahreszeit sind Wärmeverluste unvermeidlich:

Sie können aber schon durch einfache Maßnahmen gering gehalten werden:

- Fenster und Haustüren gegen Zugluft abdichten.
- Abends und nachts Rollläden, Fensterläden und Vorhänge schließen.
- An den dünnen Außenwänden der Heizkörpernischen geht besonders viel Wärme verloren: Deshalb hinter Heizkörpern isolieren, am besten mit wärmedämmenden Reflexionsplatten oder Folien, die die Wärme in den Raum zurückstrahlen.

Energetisch sanieren

Noch größere Einsparungen lassen sich durch bauliche Maßnahmen erzielen: Ein verbesserter Wärmeschutz an Gebäuden kann bis zu 70 Prozent der Heizenergie einsparen.

- Außenwände, Dachraum und Keller wärmedämmen.
- Rollläden anbringen.
- Wärmedämmung für Heizungsrohre und Armaturen vorsehen.
- Wärmeschutzverglaste Fenster einbauen: Wärmeschutzverglasungen mit besonders niedrigen Wärmeverlusten sind mit dem Umweltzeichen ausgezeichnet.

Heizungsanlage

- Die Heizungsanlage regelmäßig warten lassen: Am besten jährlich vor Beginn der Heizperiode: Der Brennstoffverbrauch wird z. B. durch Ruß im Heizkessel um bis zu fünf Prozent erhöht.
- Heizkörper entlüften: Wenn der Heizkörper trotz aufgedrehten Thermostatventils nicht mehr richtig warm wird, hat sich vielleicht während der heizfreien Zeit ein Luftpolster gebildet. Hier kann leicht Abhilfe geschaffen werden: Entlüftungsventil am Heizkörper öffnen, Gefäß darunter halten und warten, bis Wasser kommt. Entlüftungsventil wieder schließen.
- Thermostatventile nutzen: Sie halten die Raumtemperatur konstant auf dem eingestellten Niveau und können so verhindern, dass der Raum unnötig überheizt wird. Außerdem registrieren Thermostatventile andere Wärmequellen wie zum Beispiel die Sonneneinstrahlung in Wohnräumen und drosseln automatisch die Wärmezufuhr durch die Heizung. Thermostatventile sind bei Neuanlagen vorgeschrieben und können bei Altanlagen leicht nachgerüstet werden.
- Elektrische Heizlüfter und Radiatoren nur im Notfall (bei Ausfall eines anderen Heizsystems) und nur kurzfristig benutzen. Ein Dauerbetrieb dieser Geräte ist reine Energie- und Geldverschwendung! Schließlich gehen 2/3 der eingesetzten Primärenergie bei der Erzeugung des Stroms verloren.
- Eine veraltete Heizungsanlage durch eine neue ersetzen, denn moderne Öl- oder Gasheizungen kommen bei gleicher Leistung mit wesentlich weniger Energie aus. Besonders sparsam und emissionsarm sind Heizungssysteme mit dem Umweltzeichen.
- Die Sonne mitheizen lassen: Sonnenkollektoren nutzen die Wärmestrahlung der Sonne - auch bei bedecktem Himmel. So lässt sich mit ihrer Hilfe nicht nur das Brauchwasser erwärmen, sondern auch die Heizung unterstützen.

Information und Beratung

- Die bundeseigene Kreditanstalt für Wiederaufbau fördert mit zinsverbilligten Darlehen die Umsetzung von Energieeinsparmaßnahmen in Wohngebäuden.

Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW)

Palmengartenstraße 5 - 9, 60235 Frankfurt/Main

Telefon: (01801) 33 55 77, Fax: (069) 7 43 16 43 55

E-Mail: iz@kfw.de, Internet: www.kfw.de

- Der Bundesverband der Verbraucherzentralen e.V. (ehemals Arbeitsgemeinschaft der Verbraucherverbände, AgV) führt gemeinsam mit den Verbraucherzentralen eine unabhängige und kostenlose Energieberatung durch.

Verbraucherzentrale Bundesverband e.V. (VZBV)

"Pillbox" - Markgrafenstraße 66, Besuchereingang: Kochstraße 22, 10969 Berlin

Telefon: (030) 25800-0, Fax: (030) 25800-218

E-Mail: [▼ info@vzbv.de](mailto:info@vzbv.de), Internet: [▼ www.vzbv.de](http://www.vzbv.de)

- Über das Förderprogramm "Vor-Ort-Beratung" des Bundesministeriums für Wirtschaft und Technologie ([▼ www.bmwi.de](http://www.bmwi.de)) können sich Hauseigentümer von Experten beraten lassen, welche energetischen Modernisierungsmaßnahmen sinnvoll und wirtschaftlich sind. Eine Liste mit Ingenieuren, die "Vor-Ort-Beratungen" durchführen, ist online verfügbar auf den Webseiten des Bundes der Energieverbraucher ([▼ www.energieverbraucher.de](http://www.energieverbraucher.de)) und des Rationalisierungs- und Innovationszentrums der Deutschen Wirtschaft (RKW, [▼ www.rkw.de](http://www.rkw.de)).
- Die Bürgerinformation Neue Energietechniken, Nachwachsende Rohstoffe, Umwelt (BINE) informiert über den Entwicklungsstand umweltfreundlicher und ressourcenschonender Energietechniken und deren Anwendungsmöglichkeiten:

Stromsparen lohnt sich - für Geldbörse und Umwelt

Verbrauchertipps des Bundesumweltministeriums

Egal wie hoch der Strompreis gerade ist - Stromsparen lohnt sich immer! Für die Umwelt und den Geldbeutel. Der billigste und umweltfreundlichste Strom ist der, den wir gar nicht erst verbrauchen. Eingesparter Strom, also Strom, der gar nicht erst erzeugt werden muss, spart Geld und kann weder die Umwelt verschmutzen noch das Klima gefährden. Jede vermiedene Kilowattstunde (kWh) spart dem Verbraucher rund 16 Cent und der Atmosphäre rund 640 Gramm Kohlendioxid.

Und einsparen lässt sich viel - bei gleicher Leistung und ohne Einschränkung des Komforts: Allein Leerlaufverluste, die auftreten, wenn Geräte Strom verbrauchen, ohne ihre eigentliche Funktion zu erfüllen, also unnötig "leer" laufen, machen mehr als 10 % des Stromverbrauches eines Privathaushaltes aus . Ein Durchschnittshaushalt zahlt für die jedes Jahr so anfallenden rund 470 kWh etwa 85 Euro. Davon lässt sich einiges einsparen - nur durch den bewussteren Gebrauch Strom verbrauchender Geräte!

Hier die wichtigsten Spartipps des Bundesumweltministeriums:

Abschalten statt Leerlauf

Viele Geräte verbrauchen auch dann Strom, wenn wir sie gar nicht nutzen: Elektronische Geräte wie Fernseher, Videorecorder, Stereoanlage, Fax und Computer warten in Bereitschaft, englisch stand-by, auf Signale und Eingaben. Meist ist dies erkennbar an einer kleinen roten Leuchtdiode. Durch diese Bereitschaftsschaltung lassen sie sich schneller wieder anschalten, z. B. mit Hilfe einer Fernbedienung. Diese Bequemlichkeit bezahlen wir teuer. Auch wird bei vielen Geräten durch das Drücken des "Aus/Off-Schalters" zwar die Elektronik ausgeschaltet, aber das Netzteil "zieht" weiterhin Strom. Auch dieser Schein-Aus kostet uns einiges.

Eine solche Geld- und Energieverschwendung kann vermieden werden:

- Elektronische Geräte nachts und bei längeren Nutzungspausen ganz ausschalten. Geräte, die parallel benutzt werden, lassen sich schnell vom Netz trennen, wenn sie an eine Mehrfachsteckdose mit Ein-Aus-Schalter angeschlossen werden.

- Aktivieren Sie an Ihrem Monitor den "Schlafmodus": Dann schaltet sich der Monitor bei längeren Pausen automatisch ab und spart so bis zu 60 % Strom. Wenn das bei Ihrem Computer nicht automatisch geht und Sie 15 Minuten oder länger nicht damit arbeiten, sollten Sie Ihren Monitor ausschalten, ohne das Programm zu verlassen.
- Wer nicht auf die Bereitschafthaltung verzichten will, sollte beim Kauf auf eine niedrige Leistungsaufnahme in dieser Betriebsart achten: Diese variiert zwischen 1 und 20 Watt.

Beleuchten

- Energiesparlampen (Kompaktleuchtstofflampen) verbrauchen bei gleicher Helligkeit rund 80 % weniger Strom und brennen acht- bis zwölfmal so lange wie herkömmliche Glühlampen. So sparen sie im Laufe ihrer Lebensdauer ein Mehrfaches ihres höheren Kaufpreises ein. Während man z. B. für die Anschaffungs- und Stromkosten einer 100-Watt-Glühlampe bei einer Brenndauer von 8.000 Stunden ca. 130 Euro rechnen muss, sind es bei einer Energiesparlampe mit vergleichbarer Lichtausbeute nur 43 Euro. Energiesparlampen sollen dort eingesetzt werden, wo Licht über längere Zeit benötigt wird, z. B. in Aufenthaltsräumen.
- Glühlampen haben von allen Lichtquellen den höchsten Energieverbrauch: Sie wandeln weniger als zehn Prozent der Energie in Licht um. Damit geben sie fast den gesamten aufgenommenen Strom nutzlos als Wärme ab. Sie sollten deshalb nur dort verwendet werden, wo kurzzeitig Licht benötigt wird, z. B. in Fluren oder Kellerräumen.
- Halogenlampen verbrauchen zwar weniger Strom als herkömmliche Glühlampen, sind aber keine richtigen Energiesparlampen, weil ihr Trafo oft rund um die Uhr läuft und so Energie verschwendet. Dies kann man daran erkennen, dass der Trafo immer warm ist.

Kochen

- Deckel nicht vergessen, denn sonst entweicht die Wärme, der Kochvorgang dauert länger und es wird viermal soviel Energie verbraucht wie mit Deckel.
- Topf- und Plattendurchmesser aufeinander abstimmen, damit keine Wärme verloren geht. Ist der Topfdurchmesser nur drei Zentimeter kleiner, gehen 30 % Energie verloren.
- Gefrorenes rechtzeitig bei Zimmertemperatur anstatt in Topf, Ofen oder Mikrowelle auftauen.
- Kochplatten und Backofen einige Minuten vor Ende der Koch- bzw. Backzeit abschalten und die Restwärme nutzen.
- Ein elektrischer Eierkocher verbraucht nur halb so viel Energie gegenüber dem Kochen von Eiern im Topf.
- Wer seine Brötchen auf einem Toaster mit Brötchenaufsatz aufbackt, spart bis zu 70 % gegenüber dem Aufbacken im Backofen.
- Schnellkochtöpfe (Dampfdrucktöpfe) sparen bis zu 50 % Energie und Zeit.

Kühlen und Gefrieren

- Zum Kühlen genügen meist rund 6°C. Jedes Grad weniger bedeutet einen Mehrbedarf von ca. 10 % Energie. Mit einem Thermometer lässt sich die Temperatur im Kühlschrank immer leicht prüfen.
- Warme Speisen erst abkühlen lassen, bevor sie in den Kühlschrank gestellt werden.

- Eine dicke Eisschicht erhöht den Stromverbrauch. Deshalb das Gerät regelmäßig abtauen.
- Tür nur kurz und selten öffnen, damit sich nicht so viel Eis bildet.
- Je kühler der Aufstellort, desto geringer der Energieverbrauch. Deshalb Geräte möglichst nicht neben Wärmequellen wie Herd, Spülmaschine, Heizung oder an Orten mit direkter Sonneneinstrahlung aufstellen.
- Bei längerer Abwesenheit kann der Kühlschrank auf kleinster Stufe laufen oder ganz abgeschaltet werden. Im zweiten Falle sollte die Gerätetür offen bleiben, damit sich nicht Schimmel bildet.
- Wer Platz hat, sollte sich zum Gefrieren eine Tiefkühltruhe anschaffen: Sie verbraucht bei gleichem Volumen weniger Strom als ein Gefrierschrank.

Waschen und Trocknen

- Waschmaschine möglichst voll beladen, bei kleineren Waschmengen auf "1/2-Programm" o.Ä. wechseln.
- Bei niedrigen Temperaturen waschen: Für normal verschmutzte Wäsche reichen in der Regel 60 °C. Damit können gegenüber dem 95-°C-Programm rund 30 % Energie eingespart werden.
- Auf den Vorwaschgang kann - außer bei starker Verschmutzung - verzichtet werden. Das spart 10 % Energie und Waschmittel.
- Möglichst viel Wäsche an der Luft trocknen lassen, denn um 5 kg Wäsche zu trocknen, verbraucht ein Wäschetrockner 3-4 kWh.
- Wer nicht auf einen elektrischen Wäschetrockner verzichten will, sollte möglichst kurze Trockenzeiten anstreben: Deshalb Wäsche vorher immer gut schleudern und den Luftfilter (Flusensieb) des Geräts regelmäßig säubern.

Neuanschaffung von Elektrogeräten

Beim Kauf eines Elektrogerätes sollten Sie neben dem Anschaffungspreis auch auf den Stromverbrauch achten: Billige Geräte verbrauchen oft mehr Strom und sind deshalb über ihre Lebensdauer gesehen teurer als Energie sparende Geräte mit höherem Kaufpreis.

- Für Haushaltsgroßgeräte (Waschmaschinen, Wäschetrockner, Geschirrspüler, Kühl- und Gefriergeräte) besteht eine Kennzeichnungspflicht mit EU-Energieaufklebern. Sie zeigen mit den Buchstaben A bis G die Energieverbrauchsklasse des jeweiligen Geräts an, wobei A für niedrigen und G für sehr hohen Verbrauch steht. Die Einteilung dieser Klassen wurde vor mehreren Jahren vorgenommen. Aufgrund der Weiterentwicklung der Technik sind heute die meisten Geräte den oberen Klassen zugeordnet, ohne daß sie alle nach heutigem Stand noch als sehr gut zu bezeichnen wären. Vergleichen lohnt sich: Scheinbar kleine Verbrauchsunterschiede können im Laufe der Lebensdauer der Geräte (im Allgemeinen bis zu 15 Jahre) über die Stromkosten sich deutlich bemerkbar machen. In der Anschaffung günstige Geräte können so zu einer Belastung werden.
- Niedriger Energieverbrauch wird bei Elektronikgeräten oft durch den Blauen Engel oder das GEEA-Zeichen angezeigt.

Information und Beratung

Das Bundesumweltministerium unterstützt die Kampagne "Klima sucht Schutz", die einen Online-Ratgeber erstellt hat, den Sie auf der Seite <http://www.klima-sucht-schutz.de/strom.0.html> finden.

Das Niedrig-Energie-Institut Detmold erstellt regelmäßig Listen sparsamer Haushaltsgeräte. Im Internet gibt es unter www.spargeraete.de eine Datenbank, die Ihnen sparsame Geräte nennt.

Eine Liste sparsamer Haushaltsgeräte 2005/2006 finden Sie auf www.asue.de/online_praesentation/Sparsame_haushalt_ger.pdf (Link geht direkt zu einem PDF-Dokument der Arbeitsgemeinschaft für sparsamen und umweltfreundlichen Energieverbrauch e.V.)

Die Gemeinschaft Energielabel Deutschland (GED) vergibt für besonders sparsame Elektronikgeräte das GEEA-Zeichen. Listen der prämierten Geräte mit geringem Energieverbrauch werden regelmäßig aktualisiert. Sie können im Internet kostenlos heruntergeladen werden.

Gemeinschaft Energielabel Deutschland (GED)

c/o Berliner Energieagentur

Französische Straße 23, 10117 Berlin

Telefon: (030) 29 33 30-33

Fax: (030) 29 33 30-99

E-Mail: ged@berliner-e-agentur.de

Internet: www.energielabel.de

Der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) informiert unter der Internetadresse www.bund-strominfo.de ausführlich über Stromverbrauch und Einsparmöglichkeiten.

Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland e. V. (BUND)

Am Köllnischen Park 1, 10179 Berlin

Telefon: (030) 27 58 64-0

Fax: (030) 27 58 64-40

E-Mail: bund@bund.net

Internet: www.bund.net

Die Verbraucher Initiative informiert in ihrer Datenbank Label-Online über zahlreiche Umwelt- und Energiesparzeichen, die u. a. niedrigen Energieverbrauch anzeigen.

Verbraucher Initiative e. V.

Elsenstraße 106, 12435 Berlin

Telefon: (030) 536 07 33

Fax: (030) 536 073 45

E-Mail: mail@verbraucher-ini.de

Internet: www.label-online.de

Die Umweltämter vieler Städte und Kommunen sowie zahlreiche Stadtwerke führen Energieberatungen durch und verleihen z. B. kostenlos Strommessgeräte.

Tipps zum Stromsparen gibt das Umweltbundesamt in kostenlosen Broschüren wie z. B. "Ihr Verlustgeschäft - Energieräuber im Haushalt".