Wärmedämmen statt verschwenden

Wärmedämmung schützt die Bausubstanz, schafft ein behagliches Wohnklima, senkt den Energieverbrauch und damit die Schadstoffbelastung der Luft. Gedämmt werden sollten Dachflächen, Außenwände, Decken, Fußböden und Heizkörpernischen, sowie Warmwasserrohre.

Besser als eine Innendämmung der Wände ist die Dämmung der Wohnung von außen. Bei einer Fassadensanierung sollte sie daher unbedingt mit eingeplant werden. Fragen Sie eventuell Ihren Vermieter, ob er in dieser Richtung plant. Wenn nicht, können Sie auch mit einer Innenwanddämmung die Heizkosten um 60-80% reduzieren!

Tipps, Tipps, Tipps...

⇒ Jährliche Wartung des Heizkessels mit Entrußung des Feuerraums bei einer Ölheizung macht sich bezahlt. Schon bei einer Rußschicht von nur 1 Millimeter steigt der Energieverbrauch um 6 %!

⇒ Heizen Sie die Räume entsprechend ihrer Nutzung. Im Wohnbereich sind oft 18-20°C ausreichend. Jedes Grad Raumtemperatur mehr steigert die Heizenergiekosten um 6-8 %.

⇒ Senken Sie die Temperatur nachts ab.

⇒ Schließen Sie Roll- oder Klappläden nachts oder ziehen Sie Vorhänge vor die Fenster. Dabei keine Heizkörper verhängen.

⇒ Schließen Sie Undichtigkeiten in Fensterrahmen, Türen und Rollladenkästen. Dämmen Sie die Rollladenkästen.

⇒ Stellen Sie Heizkörper und Thermostatventile nicht mit Möbeln, Verkleidungen oder Vorhängen zu, damit eine freie Umströmung mit Raumluft nicht behindert wird.

⇒ Achten Sie beim Lüften auf das Außenklima: Bei kalter Witterung und Wind reichen Lüftungszeiten von wenigen Minuten! Vermeiden Sie auf jeden Fall Dauerlüften durch Kippstellung des Fensters.

⇒ Die Zirkulationspumpe (Brauchwasser) sollte nachts und tagsüber bei fehlendem Bedarf oder zumindest bei Abwesenheit abgeschaltet werden (Schaltuhr). Oft reichen Laufzeiten von 60 Minuten pro Tag. Hierdurch lassen sich bis zu 10 % Energie sparen, weil die Wärmeverluste an den Rohren sinken. Zudem sparen Sie auch noch Strom.

⇒ Sorgen Sie für eine gute Isolierung des Heizkessels, des Warmwasserspeichers und offen liegender Rohre.

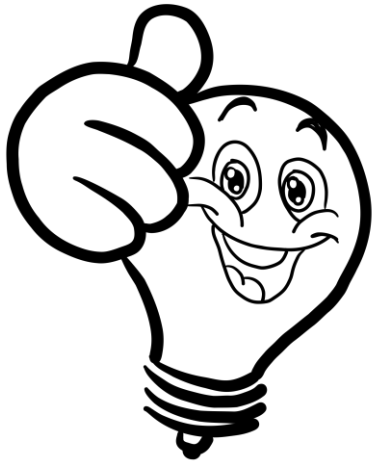
⇒ Lassen Sie sich beraten!

Stand: 01/2025 Grafik Titelblatt: Lou Böhm

Herausgeber

BUND Arbeitskreis Energie und Klimaschutz
Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND)
Landesverband Rheinland-Pfalz e. V.
Hindenburgplatz 3
55118 Mainz
Tel.: 06131 62706-0 Fax.: 06131 62706-66
e-mail: info@bund-rlp.de
www.bund-rlp.de

BUND Rheinland-Pfalz



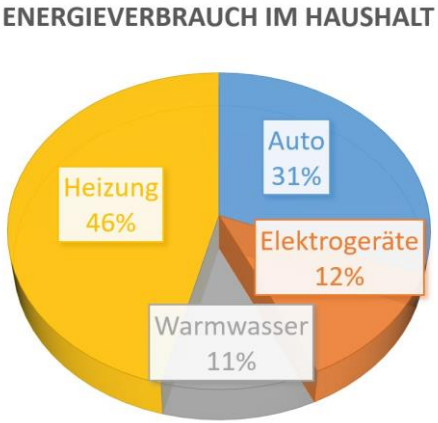
Tipps rund ums Energiesparen beim Heizen

Kostenreduzierung einfach gemacht

BUND Rheinland-Pfalz

Energieeinsatz im Haushalt

Über 50 % des Energieverbrauchs eines normalen Haushalts entfällt auf die Heizung der Räume und die Warmwasserbereitung. Rechnet man ein Auto nicht ein, erhöht sich dieser Anteil sogar auf deutlich über 80 %. Den Rest teilen sich verschiedene Elektrogeräte, vom Herd über den Fernseher bis hin zum Rasierapparat. In beiden Bereichen lässt sich durch den Einsatz moderner, energiesparender Techniken der Energieverbrauch ganz erheblich senken.



Quelle: UBA 2022

Wie die Grafik zeigt, ergeben sich große absolute Einsparmöglichkeiten für Umwelt und Geldbeutel in den Bereichen Heizung und Warmwasser.

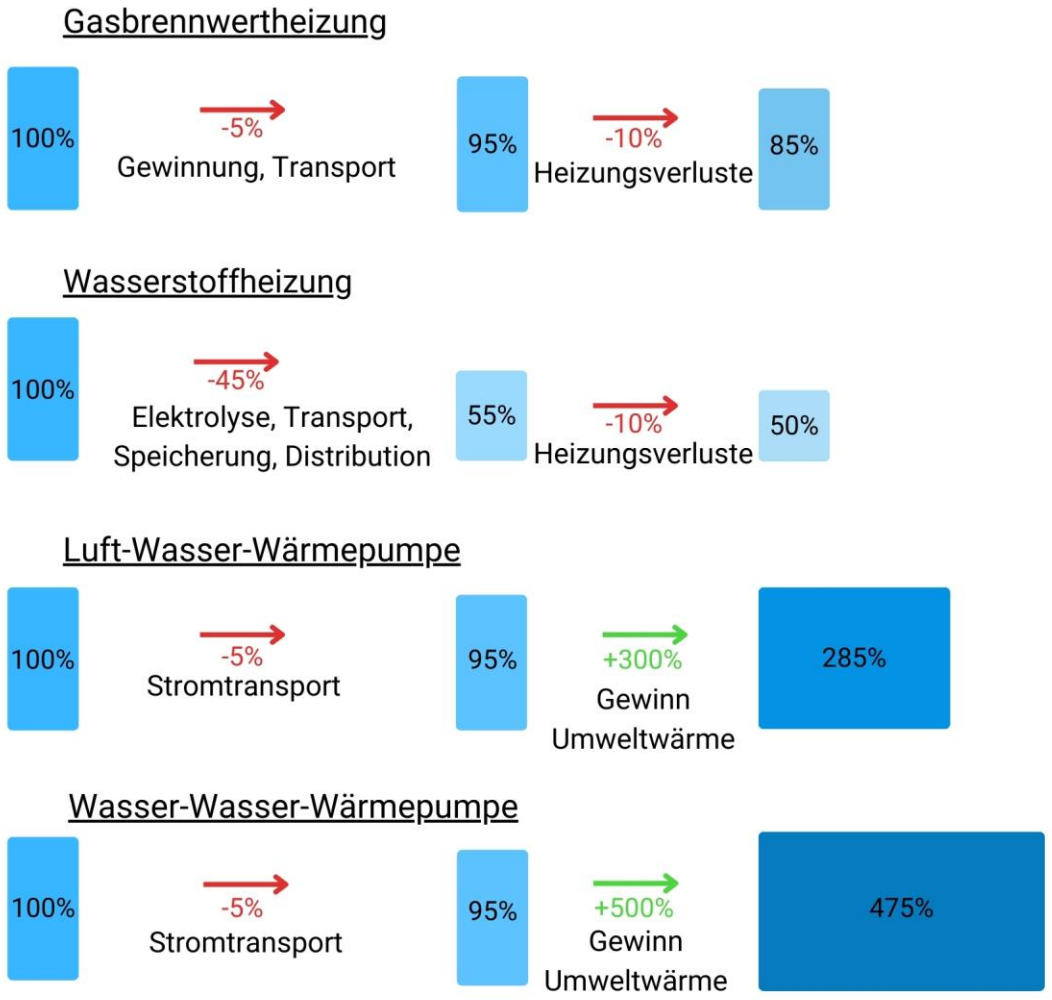
Viele Maßnahmen zur Energieeinsparung kosten wenig und können mit geringem Aufwand umgesetzt werden. Diese nennen wir bei unseren Tipps an erster Stelle.

Aufwändiger und mit höheren Investitionen verbunden sind Maßnahmen, die Wärmedämmung und Heizungsanlage betreffen. Aber auch hier ist ihr Geld gut angelegt und die Investitionen werden durch gesparte Energiekosten wieder eingespielt.

Umweltbewusster heizen

Die allermeisten Heizungen werden heute von Erdgas, Heizöl, Pellets oder Strom (Direktheizung oder Wärmepumpe) betrieben. Erdgas und vor allem Heizöl sind nicht CO_2-frei und damit nicht zukunftsfähig, auch wenn sie nach wie vor in den meistens Heizungskellern anzutreffen sind. Pellets sind zwar erneuerbare Energieträger, sie geben aber bei ihrer Verbrennung das beim Wachstum des Baumes gebundene Kohlendioxid wieder ab. Elektrische Direktheizungen (Speicher) sind in den meisten Fällen weniger sinnvoll, da mit einer Wärmepumpe wesentlich bessere Ergebnisse zu erzielen sind.

Heizungstechniken im Vergleich: Nutzbare Wärmemenge



(Grafik: BUND RLP; Milena Seligmann, eigene Berechnungen)

Neue Heizung?

Ein kritischer Blick auf ihre Heizungsanlage lohnt sich in jedem Fall, wenn diese älter als 15 Jahre ist. Noch deutlich ältere „Heizungsveteranen“ sollten dringend ausgetauscht werden.

Die Stromerzeugung in Deutschland basiert immer mehr auf erneuerbaren Quellen (Wind, Sonne). Diese Tatsache lässt die **Wärmepumpe** immer mehr zur Favoritin für eine Heizungsanlage werden. Sie holt aus der Umwelt drei bis fünf Einheiten Wärme aus einer Einheit Strom (teilweise noch mehr). Die nebenstehende Grafik zeigt die deutlichen Vorteile einer Wärmepumpe beim Energiebedarf auf.