

# Beispiele für Energiespartipps

## Richtig heizen

1. Probieren Sie, ihre Raumtemperaturen zu reduzieren.  
Durch ein Grad Celsius weniger sparen Sie bereits ca. sechs Prozent Energie.
2. Stellen Sie mit elektronischen Thermostatventilen die Temperaturen raumweise ein. Wir empfehlen: Wohnzimmer: 20 – 22° C, Schlafzimmer: 15 – 18° C, Küche: 16 – 18° C, Flur, Diele: 15° C, Bad: 23° C, Kinderzimmer: 20° C, eine Raumtemperatur von 15° C in ungenutzten Räumen und tagsüber im Schlafzimmer
3. Verdecken Sie die Heizkörper nicht, z.B. mit Möbeln oder Textilien.
4. Verdecken Sie Ihre programmierbaren Thermostate nicht, so dass sie gleichmäßig die Raumtemperatur messen können.
5. Entlüften Sie regelmäßig Ihre Heizkörper.

## Fenster und Türen

1. Halten Sie die Türen von beheizten Räumen geschlossen.
2. Auch Türen zu weniger beheizten Räumen nicht offen lassen.
3. Dichten Sie Fenster und Türen gut ab.
4. Isolieren Sie Heizkörpernischen.
5. Schließen Sie abends Fenster und Rollläden, um die Wärme im Haus zu halten.

## Richtig lüften

1. Lüften Sie mindestens drei- bis viermal pro Tag, aber jeweils nur wenige Minuten bei weit geöffneten Fenstern (Stoßlüftung, Durchzug, bis das Fenster nicht mehr „Angelaufen/Beschlagen“ ist)
2. Vermeiden Sie Dauerlüften durch gekippte Fenster
3. Wenn eine längere Fensterlüftung notwendig ist (z.B. in Küche oder Bad), drehen Sie die Heizkörper während dieser Zeit ab.

## Warmwasser

1. Nutzen Sie Sparduschköpfe: Sie verbrauchen weniger Wasser ohne Komfortverlust.
2. Duschen statt baden: Bei einer durchschnittlichen Duschkdauer von rund sechs Minuten kostet einmal baden genauso viel wie dreimal duschen.
3. Drehen Sie die Dusche während des Einseifens ab.
4. Reparieren oder ersetzen Sie tropfende Wasserhähne.