



Gutes Raumklima und angenehme Temperaturen mit zwei Tipps

1. Stoßlüften anstatt Fenster ankippen

Regelmäßig am Tag die Fenster kurz zur Stoßlüftung öffnen und dabei die Heizung bzw. die Klimaanlage ausschalten. Beim Einsatz einer Heizung oder Klimaanlage, sollten wir es vermeiden, die Fenster längere Zeit gekippt stehen zu lassen.

2. Raumtemperatur intelligent regeln

Jedes Grad weniger Raumtemperatur verbraucht bis zu 6 bis 8 Prozent weniger Heizenergie. Der Griff zu Pullover und Socken spart gerade in der Übergangszeit Geld und Emissionen. Ein funktionierendes (elektronisches) Thermostatventil regelt den Rest.

Was macht ein Thermostatventil?



- Die Aufgabe eines Thermostatventils besteht darin, den Wärmenachschub durch den Heizkörper so zu regulieren, dass die Raumtemperatur unseren Wünschen entspricht.
- Welche Temperatur wir im Raum möchten, können wir entweder per Hand durch Drehen des Thermostatknopfs einstellen oder bei elektronischen Thermostatventilen bequem für verschiedene Tageszeiten oder Wochentage einprogrammieren.
- Die Nutzung eines (elektronischen) Thermostatventils spart rund 10 Prozent der Heizkosten, wenn die Temperatur während unserer Abwesenheit um etwa vier Grad gesenkt wird.



Die Idealtemperatur



Es bietet sich an, sich innerhalb der Wohnung an verschiedene Temperaturzonen zu gewöhnen. Ein Thermometer hilft Ihnen die Temperaturen im Blick und im Griff zu behalten.

- Regelbereich 1: 8-12 °C für Treppen und Eingangsbereiche
- Regelbereich 2: 13-17 °C im Schlafzimmer
- Regelbereich 3: 20-22 °C im Wohn- und Kinderzimmer
- Regelbereich 4: 22 °C für das Badezimmer während der Nutzungszeit, sonst 16 °C

Heizen, nur wenn wir was davon haben



Wer nicht daheim ist, kann die Heizung abdrehen. Dabei sollten wir jedoch darauf achten, dass Wände, Decken und Fußböden nicht zu stark auskühlen.

Vor dem ins Bett gehen genügt es, die Einstellung manuell um eine Zahl zu reduzieren (z.B. von „3“ auf „2“), was je nach Modell und räumlichen Gegebenheiten einer Senkung der Raumtemperatur um ca. 3-4 °C entspricht.

Bei längerer Abwesenheit, z. B. während des Urlaubs, kann die Temperatur durch Drehen des Handgriffs bis zur Stellung „*“ für einen längeren Zeitraum abgesenkt werden. Diese Einstellung sichert den Frostschutz.



Noch ein Tipp für den Übergang

In Übergangs- und Schlechtwetterphasen können wir sehr einfach Energie und Geld sparen, wenn wir uns einfach etwas wärmer anziehen, anstatt die Heizung hochzudrehen.

Die Überlegung Wollsocken oder einen dicken Pullover anzuziehen, lohnt sich.



Problemen bei der Temperaturregelung auf den Grund gehen

1. Stellen Sie fest, dass der Handknopf auf eine hohe Einstellung, z.B. „4“ oder „5“ gedreht ist und dennoch der Heizkörper kühl bleibt?
2. Ist trotz einer relativ niedrigen Einstellung, z.B. auf „3“, der Raum überhitzt?
3. Lässt sich der Thermostatkopf kaum drehen?

Ursache kann ein defektes Thermostatventil sein. Auch die unterliegen der Alterung und sollten etwa nach 15 Jahren ersetzt werden.

Bei der Auswahl des passenden Gerätes hilft Ihnen dieser Test der Stiftung Warentest (siehe Linkliste am Ende dieser Seite).



Problemen bei der Temperaturregelung auf den Grund gehen

Es kann auch sein, dass der Heizung Wasser fehlt, dann hilft die Entlüftung der Heizung und das Auffüllen des Heizwassers.

Falls nicht, sollte der Installateur einen hydraulischen Abgleich durchführen. Der sorgt dafür, dass warmes Wasser gleichmäßig zu allen Heizkörpern strömt. Das sorgt nicht nur für angenehme Temperaturen, sondern behebt auch die lästigen Strömungsgeräusche.

Der hydraulische Ausgleich sorgt in Mehrfamilienhäusern auch für mehr Gerechtigkeit. Andernfalls werden Heizkörper nahe am Heizkeller überversorgt. Die am Weitesten entfernten erhalten dagegen zu wenig Heizwasser und Wärme.



Tipps vom Profi

Die Stiftung Warentest hat Thermostatventile getestet. Die Ergebnisse sind kostenlos auf der Seite www.test.de abrufbar. Hier finden Sie auch preiswerte und sehr gute elektronische Thermostatventile, damit es automatisch nur dann und dort warm wird, wo es Ihnen etwas nutzt.

Wer es schätzt, persönlich beraten zu werden, kann für 5 Euro zum Energieberater der Verbraucherzentrale um die Ecke gehen. Und wer diese Beratung lieber daheim, quasi auf der Couch, durchführen möchte, kann sich für 45 Euro auch daheim beraten lassen.

Alle Links zum Thema Heizen finden Sie am Ende dieser Seite.