



# Presseinformation

03.12.2024

## Warmes Zuhause ohne hohe Heizkosten

**Mit wenigen Tricks können Verbraucherinnen und Verbraucher Energie sparen und gleichzeitig ihren Geldbeutel schonen. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern gibt hilfreiche Tipps.**

In der kalten Jahreszeit sinken die Temperaturen, gleichzeitig fallen oft höhere Heizkosten an. Mit fünf Tipps der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern bleibt das eigene Zuhause warm und gemütlich, ohne dass die Rechnung unnötig in die Höhe steigt.

### Fenster und Außentüren abdichten

Durch undichte Fenster und Außentüren entweicht oft kostbare Wärme. Ob die Dichtung erneuert oder nachjustiert werden muss, können Verbraucherinnen und Verbraucher mit einem Blatt Papier testen. Dieses wird zwischen Fensterrahmen und Fensterflügel geklemmt. Lässt sich das Papier bei geschlossenem Fenster nicht herausziehen, ist das Fenster an dieser Stelle dicht.

### Heizung entlüften

Luft im Heizsystem erhöht den Energieverbrauch. Um die Heizkörper zu entlüften, sollten Bewohner das Entlüftungsventil mit einem Spezialschlüssel öffnen und die eingeschlossene Luft entweichen lassen. Sobald nur noch warmes Wasser austritt, muss das Ventil wieder fest verschlossen werden. Bei mehrstöckigen Häusern oder Wohnungen sollten zuerst die Heizkörper in den unteren Stockwerken und zum Schluss die in den oberen Stockwerken entlüftet werden.

### Keine Möbel und Vorhänge vor den Heizkörpern

Um die Leistung der Heizung voll zu nutzen, sollten Heizkörper nicht durch Verkleidungen, Möbel oder Vorhänge verdeckt werden. Nur so funktionieren auch die Thermostate optimal. Da auch Flusen und Staub die Wärmeabgabe vermindern können, ist es wichtig, die Heizkörper regelmäßig abzustauben.

### Optimale Raumtemperatur

Jedes Grad weniger Raumtemperatur senkt den Verbrauch um rund sechs Prozent. Angenehm warm sollte es trotzdem sein. Im Wohnzimmer rät die Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern deshalb zu 20 Grad. Im Schlafzimmer reichen dagegen oft 18 Grad, in weniger genutzten Räumen sogar 16 Grad. Auch nachts und wenn niemand zu Hause ist, können Verbraucher die Temperatur absenken. Kälter als 16 Grad sollte es aber nicht werden, sonst droht Schimmelbildung. Ein programmierbares Thermostat hilft beim Einstellen von Zeit und Temperatur.

### Richtig lüften hilft beim Sparen

Auch durch richtiges Lüften lässt sich Geld sparen. Bewohner lüften besser mehrmals täglich stoßweise, anstatt die Fenster dauerhaft zu kippen. Die Fenster sollten für einige Minuten ganz geöffnet werden, möglichst mit Durchzug. Das sorgt für einen schnellen Luftaustausch, ohne dass die Wände auskühlen.

Bei Fragen zum Thema Heizen hilft die Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern. Die Beratung findet online, telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch statt. Die Energie-Fachleute beraten anbieterunabhängig und individuell. Mehr Informationen gibt es auf [www.verbraucherzentrale-energieberatung.de](http://www.verbraucherzentrale-energieberatung.de) oder bundesweit kostenfrei unter 0800 – 809 802 400. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.

**Kontakt für Journalistinnen und Journalisten:**

Verbraucherzentrale Bayern, Nikolaus Hoening, Mozartstraße 9, 80336 München

Tel. (089) 55 27 94 176, E-Mail: [energie@vzbayern.de](mailto:energie@vzbayern.de)