

17. Mai 2024

Herausforderung Heizen im Frühjahr

Serie zur DBU-Initiative „Zukunft Zuhause“

Osnabrück. Die Deutsche Bundesstiftung Umwelt (DBU) vermittelt mit ihrer nationalen Informationskampagne „Zukunft Zuhause – Nachhaltig sanieren“ einen kompakten und unabhängigen Überblick zum Thema Sanierung. Adressaten sind Hausbesitzerinnen und Hausbesitzer, die ihre Ein- oder Zweifamilienhäuser energetisch fit für die Zukunft machen wollen – von Dämmung bis Photovoltaik. Im heutigen Teil unserer Serie dreht sich alles um das Thema effizientes Heizen, das sich selbst im Frühjahr nicht ganz vermeiden lässt.

Suche nach der optimalen Heizstrategie kann knifflig sein

Im Frühling locken tagsüber zwar die ersten warmen Sonnenstrahlen, während es nachts noch recht kühl sein kann. Die wechselnden Temperaturen in dieser Jahreszeit lassen effizientes Heizen manchmal jedoch zu einer Herausforderung werden. Die entscheidende Frage: Wie kann man trotz dieser Schwankungen ein behagliches Zuhause schaffen, ohne Energie zu vergeuden? Die Suche nach der optimalen Heizstrategie im Frühjahr kann knifflig sein. Doch wenn man einige wichtige Punkte berücksichtigt, können Verbraucherinnen und Verbraucher am Ende nicht nur ein wohliges Zuhause schaffen, sondern auch Energie – und somit Geld – einsparen.

Hoch- und Runterdrehen der Heizung verbraucht unnötig Energie

Kalt, warm, kalt, warm: Bei schwankenden Temperaturen im Frühjahr neigt man dazu, die Heizung ständig hoch- und herunterzudrehen, was jedoch unnötig viel Energie verbraucht. „Wenn die Räume stark abkühlen, wird mehr Energie benötigt, um sie wieder aufzuheizen, als wenn die Temperatur konstant gehalten wird“, sagt DBU-Referent Andreas Skrypietz. Nach seinen Worten ist es ratsam, die Heizung auch tagsüber auf niedriger Stufe laufen zu lassen, insbesondere in schlecht gedämmten Häusern. Für ein energiesparendes Heizen empfiehlt Skrypietz eine Mindesttemperatur von 18 bis 20 Grad Celsius in Wohnbereichen. „In Küchen und Schlafzimmern können die Temperaturen aber niedriger sein“, so Skrypietz. Mit dem Schließen der Türen lasse sich ebenfalls Energie sparen.

Alter und Dämmung eines Hauses entscheidende Faktoren

In Deutschland gibt es keine gesetzliche Regelung zur Heizperiode. Üblicherweise dauert sie vom 1. Oktober bis zum 30. April – aber sie kann eben auch etwas länger anhalten. Laut Skrypietz variiert der Zeitpunkt, an dem die Heizung abgeschaltet werden sollte, je nach Gebäude. Dies hängt insbesondere vom Alter des Hauses und seiner Dämmung ab. Bei älteren und schlecht gedämmten Gebäuden liegt die Abschalttemperatur bei einer

<p>Nr. 066/2024 AZ 38000/04</p> <p>Klaus Jongebloed Lea Kessens</p>	<p>DBU-Pressestelle An der Bornau 2 49090 Osnabrück Telefon +49 541 9633-521 Mobil +49 171 3812888 presse@dbu.de www.dbu.de</p>		<p>Projektleitung Andreas Skrypietz Telefon +49 541 9633-925 zukunft-zuhause@dbu.de https://www.zukunft-zuhause.net</p>
---	---	--	--

Außentemperatur von etwa 15 bis 17 Grad Celsius, während sie bei sehr gut gedämmten Gebäuden bei etwa 12 Grad Celsius liegt. Eine bessere Dämmung führt zu niedrigeren Heizkosten. Solange es draußen nicht über mehrere Tage hinweg dauerhaft warm ist, empfiehlt Skrypietz, die Heizung nicht abzuschalten. Am Ende könnte es nämlich dazu führen, dass die Heizung aufgrund neuer Kältephasen doch wieder angeschaltet werden muss – ein unnötiger Energieverbrauch. „Wann man die Heizung abstellt, hängt allerdings auch immer vom individuellen Wärmebedürfnis ab“, so Skrypietz.

Investition in programmierbare Thermostate lohnt sich

Die warmen Sonnenstrahlen im Frühling können eine kostenlose und natürliche Wärmequelle für das Zuhause sein. „Wenn man tagsüber Vorhänge oder Jalousien offen lässt, kann man mit dem einfallenden Sonnenlicht Räume auf natürliche Weise erwärmen“, sagt Skrypietz. „Sobald die Sonne untergeht, sollte man die Vorhänge oder Rollläden aber schließen, um die Wärme zu speichern.“ Eine Investition in programmierbare Thermostate lohne sich, um Heizzeiten an eigene Bedürfnisse anzupassen. „Man sollte die Heizung so einstellen, dass sie nur dann läuft, wenn man zu Hause ist oder wenn es draußen besonders kalt ist. Damit spart man Energie, ohne auf Komfort zu verzichten“, sagt Skrypietz. Im Frühling wie im Winter gelte: Heizkörper sollten nicht von Vorhängen oder Möbeln verdeckt werden. Andernfalls schlucken sie die Wärme, was zu einem Verlust an Energie Verlust führt.

Gefahr von Schimmelbildung im Frühjahr

Im Frühling lauert die Gefahr von Schimmelbildung – nicht aufgrund der Temperatur, sondern wegen der Luftfeuchtigkeit, die sich an kalten Oberflächen niederschlägt. „Warme Frühlingluft enthält mehr Feuchtigkeit als kalte Winterluft“, so Skrypietz. Daher dauere es beim Lüften im Frühling meist länger, bis die Außenluft zusätzliche Feuchtigkeit etwa aus Bad oder Küche aufnehmen kann. Anders als im Winter könnten im Frühling Fenster für 10 bis 15 Minuten zum Lüften geöffnet bleiben – drei- bis viermal am Tag. „Auch im Frühjahr sollte beim Lüften das Thermostatventil am Heizkörper geschlossen werden, wenn noch geheizt wird“, sagt Skrypietz.

Auch Heizkörper brauchen einen Frühjahrsputz

Der Frühjahrsputz ist tatsächlich auch für Heizkörper ratsam. Denn verschmutzte Heizkörper arbeiten weniger effizient, um die gewünschte Heizleistung zu erreichen, was zu einem erhöhten Energieverbrauch führt. Es empfiehlt sich daher, die Heizkörper von außen und insbesondere in den Zwischenräumen von Staub und Schmutz zu reinigen. „Es braucht nicht viel, um einen angenehmen Wohnkomfort im Frühjahr zu erreichen“, sagt Skrypietz. Durch die Umsetzung weniger Maßnahmen und eine bewusste Nutzung der Heizung im Frühjahr lasse sich „nicht nur die Energieeffizienz steigern, sondern auch der Wohnkomfort im Zuhause verbessern“.

Fotos nach IPTC-Standard zur kostenfreien Veröffentlichung unter www.dbu.de

<p>Nr. 066/2024 AZ 38000/04</p> <p>Klaus Jongebloed Lea Kessens</p>	<p>DBU-Pressestelle An der Bornau 2 49090 Osnabrück Telefon +49 541 9633-521 Mobil +49 171 3812888 presse@dbu.de www.dbu.de</p>	<p>   YouTube</p> <p>  </p>	<p>Projektleitung</p> <p>Andreas Skrypietz Telefon +49 541 9633-925 zukunft-zuhause@dbu.de https://www.zukunft-zuhause.net</p>
---	---	--	---