

## Presseinformation

21.11.2023

### Richtig heizen und kräftig sparen

**Mit der richtigen Einstellung ihrer Heizung und mit einfachen Maßnahmen können Verbraucherinnen und Verbraucher Energie und Geld sparen und gleichzeitig das Klima schonen. Die Energieberatung der Energieagentur Südostbayern und die Verbraucherzentrale Bayern gibt hilfreiche Tipps.**

Auch wenn Heizen in diesem Jahr voraussichtlich günstiger wird als 2022, verschlingt das Erwärmen von Räumen in Privathaushalten rund 70 Prozent der Gesamtenergiekosten. Senken Bewohner diese Kosten, macht sich dies umgehend in ihren Geldbeuteln bemerkbar.

#### Die optimale Raumtemperatur

Jedes Grad niedrigere Raumtemperatur senkt den Verbrauch um rund sechs Prozent. Angenehm warm sollte es dennoch bleiben. Im Wohnzimmer rät die Energieberatung daher zu 20 Grad. Im Schlafzimmer reichen hingegen oft 18 Grad, in weniger genutzten Räumen sogar 16 Grad. Auch nachts und wenn niemand zu Hause ist, können Verbraucher die Temperatur senken. Kälter als 16 Grad sollte es jedoch nicht werden, da sonst Schimmel droht. Ein programmierbarer Thermostat hilft beim Einstellen von Zeit und Temperatur.

#### Richtig lüften hilft beim Sparen

Die wichtigste Regel beim Lüften in der Heizperiode lautet: Mehrfach täglich stoßlüften statt Fenster dauerhaft kippen. Bewohner sollten ihre Fenster komplett für wenige Minuten, möglichst mit Durchzug, öffnen. Dies sorgt für einen schnellen Luftaustausch, ohne dass die Wände auskühlen.

#### Keine Möbel und Vorhänge vor dem Heizkörper

Heizkörper sollten nicht durch Verkleidungen, Möbel oder Vorhänge abgedeckt werden. Nur so ist die Leistung der Heizung voll nutzbar und die Thermostate funktionieren optimal. Da auch Flusen und Staub die Wärmeabgabe mindern können, sollten die Heizkörper zudem regelmäßig entstaubt werden.

Auch Luft im Heizsystem sorgt für einen erhöhten Energieverbrauch. Um Heizkörper zu entlüften, können Verbraucher das Entlüftungsventil mit einem speziellen Schlüssel öffnen und die eingeschlossene Luft entweichen lassen. Sobald nur noch heißes Wasser austritt, sollte das Ventil wieder fest verschlossen werden. Bei Häusern oder Wohnungen mit mehreren Etagen sollten zunächst die Heizkörper in den unteren und zum Schluss die in den obersten Etagen entlüftet werden.

#### Fenster und Außentüren abdichten

Undichte Fenster und Außentüren sorgen nicht nur für unangenehme Zugluft. Durch sie heizen Verbraucher sprichwörtlich zum Fenster hinaus. Ob eine Erneuerung der Dichtung oder ein Nachjustieren nötig ist, lässt sich mit einem Blatt Papier testen. Dieses klemmt man zwischen Fensterrahmen und -flügel. Lässt es sich bei geschlossenem Fenster nicht herausziehen, ist das Fenster an dieser Stelle dicht.

Bei Fragen zum Thema Heizen hilft die Energieberatung der Energieagentur Südostbayern und der Verbraucherzentrale Bayern. Die Beratung findet online, telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch statt.

Ihr Ansprechpartner:  
**Bettina Mühlbauer**

Telefon 0861 58-70 38  
Fax 0861 58-9-70 38

bettina.muehlbauer@  
energieagentur-suedost.bayern

Verbraucherzentrale Bayern,  
Nikolaus Hoeningg,  
Mozartstraße 9, 80336 München  
Tel. 089 552 794 176,  
E-Mail: energie@vzbayern.de

Diese Kontaktdaten bitte nicht  
veröffentlichen. Die Veröffentlichung  
des Energie-Tipps ist honorarfrei.

Bitte senden Sie uns ein  
Belegexemplar

Weitere nützliche Tipps zu den Themen energieeffizientes Heizen und Lüften, erneuerbare Energien und Förderungen gibt es unter [www.energieagentur-suedost.bayern](http://www.energieagentur-suedost.bayern), [www.verbraucherzentrale-energieberatung.de](http://www.verbraucherzentrale-energieberatung.de) und bei der kostenlosen und neutralen Energieberatung der Energieagentur Südostbayern GmbH. Die Energieberatung wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz. Die Beratung ist für die Bürgerinnen und Bürger der Landkreise Berchtesgadener Land und Traunstein kostenfrei.

**Infos und Anmeldung (erforderlich) unter Telefon 0861 58-7039 oder per Email unter [info@energieagentur-suedost.bayern](mailto:info@energieagentur-suedost.bayern) .**



Bild 1: © Energieagentur Südostbayern



Bild 2: © Energieagentur Südostbayern

**Die Termine für die Energieberatung - Anmeldung erforderlich:**

**Im Landkreis Berchtesgadener Land:**

<b>Bad Reichenhall</b>	Landratsamt - jeden Donnerstag im Monat von 14.15 bis 18 Uhr
<b>Freilassing</b>	Rathaus - jeden 2. Mittwoch im Monat von 14.15 bis 18 Uhr
<b>Berchtesgaden</b>	Rathaus - jeden 3. Mittwoch im Monat von 13.15 bis 17 Uhr
<b>Laufen</b>	Rathaus - jeden 4. Donnerstag im Monat von 14.15 bis 18 Uhr

**Im Landkreis Traunstein:**

<b>Traunstein</b>	Energieagentur Südostbayern - jeden Montag von 13.30 bis 18 Uhr
<b>Grassau</b>	Ökomodell Achantal - jeden 3. Dienstag im Monat von 13 bis 16 Uhr
<b>Trostberg</b>	Rathaus - jeden 3. Donnerstag im Monat von 14.30 bis 17.30 Uhr
<b>Obing</b>	Rathaus - jeden 4. Dienstag im Monat von 14.15 bis 18 Uhr

**Regelmäßig werden zusätzliche telefonische Beratungstermine angeboten.**

Die nächsten Termine im Landkreis Traunstein (nur nach Terminvereinbarung):

Grassau	Ökomodell Achenal, Eichelreuth 17	Di	21. Nov 2023
Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 33	Mo	27. Nov 2023
Obing	Rathaus, Kienberger Str. 50	Di	28. Nov 2023
Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 33	Mo	04. Dez 2023
Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 33	Mo	11. Dez 2023
Obing	Rathaus, Kienberger Str. 50	Di	12. Dez 2023
Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 33	Mo	18. Dez 2023
Grassau	Ökomodell Achenal, Eichelreuth 17	Di	19. Dez 2023
Trostberg	Rathaus, Hauptstr. 24, kl. Sitzungssaal	Do	21. Dez 2023

Die nächsten Termine im Landkreis Berchtesgadener Land (nur nach Terminvereinbarung):

Laufen	Rathaus, Rathausplatz 1, Zimmer 3.07	Do	23. Nov 2023
Bad Reichenhall	Landratsamt BGL, Salzburger Str. 64, Zi. 236	Do	23. Nov 2023
Bad Reichenhall	Landratsamt BGL, Salzburger Str. 64, Zi. 236	Do	30. Nov 2023
Bad Reichenhall	Landratsamt BGL, Salzburger Str. 64, Zi. 236	Do	07. Dez 2023
Freilassing	Rathaus, Münchener Straße 15, Zimmer 118	Mi	13. Dez 2023
Bad Reichenhall	Landratsamt BGL, Salzburger Str. 64, Zi. 236	Do	14. Dez 2023
Berchtesgaden	Rathaus, Rathausplatz 1, Zimmer 19	Mi	20. Dez 2023
Bad Reichenhall	Landratsamt BGL, Salzburger Str. 64, Zi. 236	Do	21. Dez 2023