

## 2. Thema: Sparsames Heizen

### Tipp vorab:

Man kann den eigenen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck mit dem CO<sub>2</sub>-Rechner vom Umweltbundesamt auf der Homepage des Umweltbundesamtes ausrechnen. Jeder sollte das möglichst tun weil jetzt jeder alles versuchen sollte um so wenig wie möglich CO<sub>2</sub> auszustoßen:

[https://uba.co2-rechner.de/de\\_DE/start#panel-calc](https://uba.co2-rechner.de/de_DE/start#panel-calc)

### **Empfehlungen und Fragen für zuhause:**

- Die verschiedenen Thermostatstellungen von 1 – 5 ausprobieren. Das spart viel Geld.
- Stoßlüften üben: Bitte morgens und bei Bedarf noch einmal abends alle Fenster komplett öffnen, 5 – 15 Minuten lüften und dann auch wieder **s c h l i e ß e n**.
- Stehen die Heizkörper wirklich schon alle frei ?
- Sind die Heizkörperzeiten richtig eingestellt ?
- Wäre es sinnvoll die Heizkörpernischen mit Aludämmelementen zu dämmen oder mit Alufolie zu verkleiden ?
- Müssen Fenster und Türen abgedichtet werden ?
- Wie hoch ist meine Heizrechnung ? Was verbrauche ich ?
- Sollte eine effizientere Heizungspumpe eingebaut werden ?
- Wird die Heizungsanlage bald erneuert ? Kann das Haus schon auf Bio-Gas umsteigen ?
- Kann eine Brennstoffzellenheizung oder eine Luft-Wasser-Wärmepumpe eingebaut werden ?
- Ist das Haus schon gedämmt und haben die Fenster aktuelle Dämmwerte ?
- Einen Pullover tragen und ausprobieren: Wie weit kann ich damit die Temperatur absenken ?

Und dazu kann man noch Seite 6 im 2. PDF der Broschüre „02 Klimafasten - Ablauf“ durch lesen und umsetzen welches ich verschickt hatte oder hier nachlesen:

[https://www.ekbo.de/fileadmin/ekbo/mandant/ekbo.de/1.\\_WIR/10.\\_Umwelt-und\\_Klimaschutz/Aktuelles/Fastenbrosch%C3%BCre.pdf](https://www.ekbo.de/fileadmin/ekbo/mandant/ekbo.de/1._WIR/10._Umwelt-und_Klimaschutz/Aktuelles/Fastenbrosch%C3%BCre.pdf)

Auf der Homepage [www.Klimafasten.de](http://www.Klimafasten.de) gibt es auch noch eine schöne Filmliste zu Klimaschutz und Klimagerechtigkeit: [2021\\_Filmliste Fastenaktion \(1\).pdf](#)

### **Das Heizen im Haushalt und im CO<sub>2</sub>-Ausstoß von Deutschland:**

Das Heizen ist eine große Möglichkeit den Energieverbrauch im Haushalt zu senken.

Das Heizen verbraucht immerhin 67 % der Energie eines Haushaltes. (1)

Es erzeugt nach Energiewirtschaft, Industrie und Verkehr mit etwa 75 Millionen Tonnen CO<sub>2</sub> im Jahr immerhin 10 % des CO<sub>2</sub>-Ausstoßes von Deutschland. (2)

(1) <https://www.umweltbundesamt.de/daten/private-haushalte-konsum/wohnen/energieverbrauch-privater-haushalte#hochster-anteil-am-energieverbrauch-zum-heizen>

Es fällt unter Punkt 7 "Bezahlbare und saubere Energie" der "17 Sustainable Development Goals", der "17 nachhaltigen Ziele der UN", wie es in der Broschüre "Ablauf des Klimafastens" auch sehr schön vermerkt ist.

Es lohnt sich die "17 nachhaltigen Ziele" von 2015 einmal durchzulesen, die jetzt bis 2030 umgesetzt werden sollen, da sie viele Missstände verbessern werden:

Übersicht: [https://de.wikipedia.org/wiki/Ziele\\_f%C3%BCr\\_nachhaltige\\_Entwicklung](https://de.wikipedia.org/wiki/Ziele_f%C3%BCr_nachhaltige_Entwicklung)

Genaue Erklärung: [https://de.wikipedia.org/wiki/Ziele\\_f%C3%BCr\\_nachhaltige\\_Entwicklung](https://de.wikipedia.org/wiki/Ziele_f%C3%BCr_nachhaltige_Entwicklung)

## Die 5 Tipps zum klimafreundlichem Heizen:

### 1. >>Klimafreundliches **Stoßlüften**:

- Mindestens einmal morgens und optional noch abends alle Fenster komplett öffnen und je nach Temperatur 5 – 15 Minuten komplett durchlüften. Beim Lüften die Heizkörper bitte abstellen.
- Bitte nie besonders im Winter die Fenster im Treppenhaus oder an anderen Orten auf Kipp stellen und das Haus dann verlassen. Das Treppenhaus und das Haus kühlen dann vollkommen aus. Alle Mietparteien müssen dann höhere Heizkosten bezahlen und mehr heizen. Auch hier gilt die Fenster einmal kurz möglichst komplett öffnen und spätestens nach 15 Minuten wieder schließen. Sonst vergisst man die Fenster wieder zu schließen und das Haus kühlt vollkommen aus.

Wenn es dazu noch Verständnisfragen gibt kann man die beim nächsten Treffen stellen.

### 2. >>Wichtigster Tipp: Klimafreundliche Nutzung der **Thermostaten** der Heizkörper:

- Das Thermostat immer nur auf 2 oder 3 stellen. Wenn man es auf 5 stellt wird das Zimmer ständig auf 28° hoch geheizt und ist schnell total überheizt. Es genügt das Thermostat anfangs auf 3 zu stellen bis das Zimmer auf 20° erwärmt ist.

Dann kann man die Wärme auf 2 reduzieren und das Thermostat teilweise sogar nur noch auf 1 stellen, da der Raum schon genügend vorgewärmt ist. Eine Zimmertemperatur von 18° - 20° ist oft schon vollkommen ausreichend. In wirklich kalten Nächten genügt die Stellung 1 und im Schlafzimmer 16°. Es lohnt mit einem Zimmerthermometer die Temperatur zu prüfen. Gut ist es auch die Heizkörper zu entlüften.

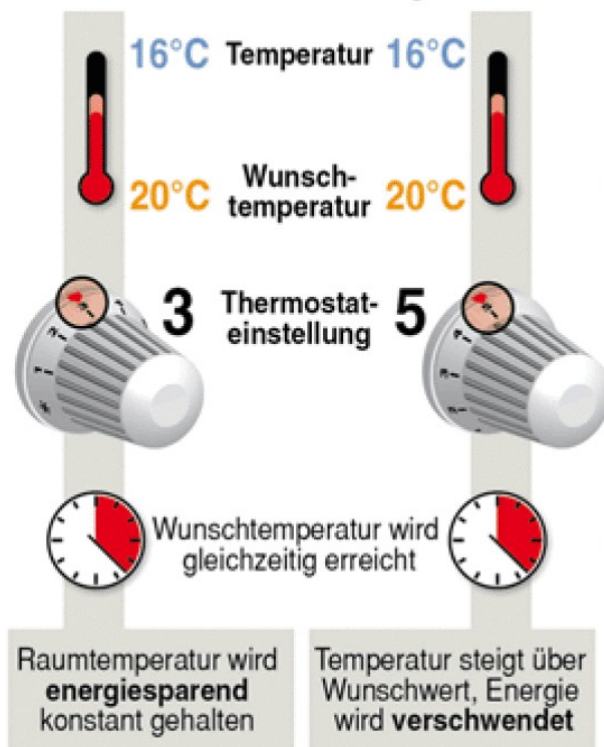
Das spart sehr viel Geld, Heizenergie und CO2 ein. Und man genießt das Heizen in wirklich kalten Zeiten auch viel mehr.

Merkregel für die Thermostaten: 28° = Stellung 5, 24° = 4, 20° = 3, 16° = 2, 12° = 1

Hier noch dazu eine Bild:

## So bedienen Sie Ihr Heizungsthermostat richtig

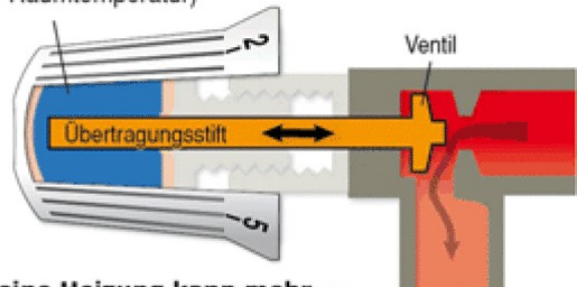
Es wird nicht schneller warm, wenn das Thermostat voll aufgedreht ist.



Mit dem Thermostat wird die Wunschtemperatur eingestellt:



Temperaturfühler (vergleicht die Wunschtemperatur mit der Raumtemperatur)



CO<sub>2</sub> Meine Heizung kann mehr  
[www.meine-heizung.de](http://www.meine-heizung.de)

Wenn es dazu noch Verständnisfragen gibt kann man diese auch beim nächsten Treffen stellen.

### 3. >>Klimafreundlicher **Heizungswechsel** und **Heizkörperbetreuung**:

- Nach Möglichkeit beim nächsten Heizungswechsel unbedingt eine Brennstoffzellen-Heizung mit Elektrolyseur und Wasserstoffversorgung einbauen lassen. Diese relativ neue Heizungsart wird mit hohen Geldsummen gefördert.

Fördergelder dazu gibt es von der KfW-Bank und in Hannover von proKlima.

Dann sinkt der Anteil der CO<sub>2</sub>-Emissionen der Hausbewohner pro Person um mindestens 0,5 Tonnen CO<sub>2</sub> auf 0 Tonnen CO<sub>2</sub>. Das ist die größte CO<sub>2</sub>-Ersparnis die man für ein Haus und deren Bewohner erreichen kann. Alternativ kann man eine Luft-Wasser-Wärmepumpe einbauen lassen die aber in besonders kalten Zeiten unbedingt mit Ökostrom betrieben sein muss. Dazu benötigt man einen Energieberater, der dazu beraten kann und gleichzeitig auch alle Fragen dazu beantworten kann.

- Bei einer vorhandenen Heizung kann man die alte Heizungspumpe gegen eine effiziente Pumpe erneuern lassen. Das spart viel Geld, Strom und CO<sub>2</sub>-Emissionen ein.

Fördergelder dazu gibt es von der KfW mit dem Programm KfW 433, vom BAFA und in Hannover von proKlima.

- Weiter kann man noch einen hydraulischen Abgleich der Heizkörper vornehmen lassen.

- Man kann die Nischen hinter den Heizkörpern dämmen oder mit Alufolie verkleiden.

- Die Heizkörper sollten frei stehen und nicht verdeckt sein.

Die Klimaschutzagentur Hannover bietet eine Heizungsvisite an, die Verbraucherzentrale Hannover einen Heiz-Check, und proKlima von enercity bietet die Energie- und Heizungslotsen dazu an.

Auch hier: Wenn es dazu noch Verständnisfragen gibt kann man diese beim nächsten Treffen stellen.

### 4. >>Klimafreundlich das **Haus dämmen**:

- Gut ist es das Haus mineralisch zu dämmen und die Fenster zu verstärken. Vorab kann man alle undichten Stellen an Fenstern und Türen in der Wohnung gut abdichten. Dann muss weniger geheizt werden. Das spart viel Geld und CO<sub>2</sub>-Emissionen ein.

Wenn es dazu noch Verständnisfragen gibt kann man die auch beim nächsten Treffen stellen.

### 5. >>Nicht zu unterschätzen: Klimafreundlich einen **Pullover tragen**:

- Mindestens in der Übergangszeit kann man einen dicken Pullover tragen um nicht so stark heizen zu müssen. Die Grundregel ist: 1° weniger heizen spart 6 % Heizungskosten.

**Das spart wieder Geld und CO<sub>2</sub>-Emissionen ein.** Dazu gibt es seit 2005 aus Belgien den „Dicker Pulli“-Tag (Dikketriendag). Bei diesem Tag kann man einen Pullover anziehen und seit 2021 auch in Hannover mit machen.

Wenn es dazu noch Verständnisfragen geben sollte kann man die beim nächsten Treffen stellen.

>>Eure Erfolge ;-) könnt Ihr wieder in der Zielvereinbarung notieren. Viel Spaß dabei. -