

Artikel für Gemeindepublikationen

15_Energieeffizienter Betrieb | 2021

Die Energie fürs Wohnen clever nutzen

Heizen, kochen, baden, lüften: Wer die Stromfresser im Haushalt kennt, kann seinen Energiekonsum durch gezieltes Verhalten reduzieren und mit geeigneten Geräten zusätzlich steuern. Die Energieersparnis ist markant.

Unsere Lebensweise in den eigenen vier Wänden schlägt sich direkt in der Energierechnung nieder. Mit unserem Verhalten können wir den Energiebedarf einer Wohnung oder eines Wohnhauses unmittelbar beeinflussen. Das gilt insbesondere für die Raumwärme, die den grössten Teil der Energie in einem Haushalt in Anspruch nimmt. Ein angepasstes Temperaturniveau, die präzise Regelung des Heizsystems sowie ein bewusstes Lüften vermindern den effektiven Verbrauch. Dieser kann sich in Wohngebäuden mit gleichem Baustandard aufgrund des individuellen Nutzerverhaltens um den Faktor vier unterscheiden – das haben Praxistests gezeigt. Und so geht es konkret:

Bewusstsein entwickeln: Die Elektrizität für die Wassererwärmung und die Beleuchtung macht bis zu einem Drittel des Endenergiebedarfs aus.

Stosslüften: Räume stossweise lüften und die Fenster nur kurze Zeit offen stehenlassen, ist effizienter als sie ganztags oder in der Nacht in Kippstellung zu belassen. Wer nur bei geöffnetem Fenster schlafen kann: Heizkörper abstellen im Schlafzimmer.

Temperatur drosseln: In häufig benutzten Räumen wie Wohnzimmer, Bad oder Büro sind 20 bis maximal 22°C ideal. Dagegen reichen in einem Schlafzimmer oder in einem Hobbyraum Temperaturen von etwa 17°C aus. Die Unterschiede sind markant: Eine um 1°C höhere Raumtemperatur steigert den Energieverbrauch in einem Gebäude um rund 6 Prozent.

Thermostatventile verwenden: Sie passen den Durchfluss des erwärmten Heizwassers an das gewünschte Temperaturniveau im Raum an.

Einstellungen überprüfen: Wenn es in Wohnräumen zu warm oder zu kalt ist, reagiert die Heizanlage verspätet oder nur ungenügend auf den Wechsel der Aussentemperatur. Oft stimmen in einem solchen Fall die Einstellungen der Heizungssteuerung nicht mehr. Hier hilft die Bedienungsanleitung, mit der die Werte – etwa für die Heizkurve – angepasst werden. Bei Unsicherheit hilft der Servicefachmann.

Standby-Verluste vermeiden: TV, Set-Top-Boxen, HiFi-Anlagen oder Bürogeräte sind Stromfresser. Allein der Standby-Modus «frisst» jährlich rund 400 kWh Strom pro Haushalt, wie Modellrechnungen zeigen. Werden die Geräte nie ausgeschaltet, verbrauchen sie in diesem Modus mehr Strom, als sie für den effektiven Betrieb benötigen. Hier helfen Zeitschaltuhren und Steckleisten. Sie trennen ein Gerät vollständig vom Stromnetz ab und vermeiden Standby-Verluste.

Tipps vor der Heizsaison

- Heizkörper nicht durch Vorhänge abdecken
- Betriebszeiten (Tag, Nacht) der Heizung überprüfen
- Regelmässigen Service durch Fachleute durchführen lassen
- Einstellungen (u.a. Heizgrenztemperatur, Heizkurve) überprüfen

Haben Sie Fragen zum Thema?

Wenden Sie sich an die Energieberatungsstelle Bern-Mittelland. Die unabhängige und neutrale Energieberatungsstelle ist ein Angebot der Regionalkonferenz Bern-Mittelland RKBM.

Kontakt

Öffentliche Energieberatung Bern-Mittelland

Tel. 031 370 14 44

info@energieberatungbern.ch

www.energieberatungbern.ch

Dieser Beitrag ist Teil einer Artikelserie zu verschiedenen Aspekten energetischer Gebäudesanierung. Der Inhalt stützt sich auf die Broschüre «Energiegerecht sanieren – Ratgeber für Bauherrschaften» von EnergieSchweiz. Detaillierte Informationen zum Thema sowie die Artikelserie sind auf <http://www.energieberatungbern.ch/energieberatung-fuer-private/> zu finden.
