

Tipps und Tricks zum Thema Heizen

Wie reduziere ich die Temperatur in einem Raum?

Die Raumtemperatur reduzieren Sie, indem Sie den Thermostaten am Heizkörper oder an der Wohnungs-/Raumsteuerung auf eine kleinere Zahl einstellen. Pro reduzierter Zahl wird es 4 Grad kälter.

Wenn Sie also den Thermostaten von der Zahl 4 auf die Zahl 3 zurückdrehen, sinkt die Raumtemperatur von anfänglich 24 Grad auf neu 20 Grad.

Falls Ihre Heizkörper keine Thermostat-Ventile, sondern Handventile besitzen, können Sie das Handventil an Ihrem Heizkörper im Uhrzeigersinn etwas zudrehen.

Was ist ein (Heiz)-Thermostat?

Der Thermostat regelt die Raumtemperatur. Der Thermostat kann ins Ventil des Heizkörpers integriert sein (Thermostat-Ventil) oder in ein separates Steuergerät pro Wohnung oder Raum integriert sein (insbesondere bei Bodenheizungen). Der Thermostat vergleicht die Ist- mit der Solltemperatur. Ist es in der Wohnung / im Raum kälter als gewünscht, öffnet der Thermostat das Heizventil. Ist es in der Wohnung / im Raum wärmer als gewünscht, schliesst der Thermostat das Heizventil.

Ziffer 1 = 12 °C

Ziffer 2 = 16 °C

Ziffer 3 = 20 °C

Ziffer 4 = 24 °C

Ziffer 5 = 28 °C



Ist es problematisch Gegenstände vor den Heizkörper zu stellen?

Heizkörper müssen die Wärme ungehindert in den Raum abstrahlen können. Daher sollten Sie die Heizkörper weder mit Möbeln noch mit Vorhängen verdecken. Ist der Heizkörper verdeckt, staut sich die Wärme und das Thermostat-Ventil misst eine zu hohe Temperatur. In der Folge schliesst es und der Heizkörper wärmt ungenügend.

Roll- und Fensterläden schliessen

Damit die Räume weniger auskühlen, empfiehlt es sich, die Roll- und Fensterläden nachts zu schliessen. Dies garantiert, dass das Haus weniger auskühlt.

Erhitzt eine höhere Temperatur (grössere Zahl) des Thermostaten den Raum schneller?

Achtung Irrglaube! Hohe Zahlen auf dem Thermostat erhitzen den Raum nicht schneller. Der Heizkörper gibt nur über einen längeren Zeitraum Wärme ab und stellt somit sicher, dass die erhöhte Raumtemperatur über die Zeit konstant hoch bleibt.

Soll ich im Winter Lüften?

Ja unbedingt! Lüften ist wichtig, damit sich die Innenraumluft nicht mit Geruchs- und Schadstoffen sowie Feuchtigkeit anreichert. Zu häufiges und vor allem zu langes Lüften führt jedoch in der Heizperiode zu grossen Energieverlusten. Zudem kann falsches Lüften Bauschäden verursachen.

Wie lüfte ich richtig?

Indem Sie mehrere Fenster kurz ganz öffnen. Durch dieses so genannte Stosslüften, wird die ganze verbrauchte Raumluft ausgetauscht. Auch allfällige Krankheitserreger werden wirkungsvoll entfernt. Weil es nur kurz dauert, kühlt die Baumasse nicht ab und die frische Luft ist schnell wieder warm. Täglich sollte man 3-4-mal 5 Minuten lang Stosslüften.

Bei einem gekippten Fenster wird nur ein kleiner Teil der Luft im Raum ausgetauscht und die Baumasse kühlt aus. Dies führt zu erhöhten Heizkosten, da es viel Energie braucht, um die Baumasse wieder zu erwärmen. Durch Kipplüften kann es auch zur Bildung von Schimmel kommen. Denn Wasserdampf kondensiert auf erkalteten Oberflächen und durchfeuchtet letztlich Wände und Fensterläden.

Soll es in allen Zimmern gleich warm sein?

Nicht in jedem Zimmer ist die gleiche Temperatur empfehlenswert. Zum Schlafen ist kühle Luft gesund, da sie weniger trocken ist und somit die Schleimhäute weniger austrocknet. Folgende Temperaturen empfehlen wir bei Ihnen zu Hause:

- Wohn- und Arbeitszimmer 20 °C
- Schlafzimmer, Gang und Nebenräume 17 °C
- Bad 22 °C

Wieso ist kalte Luft gut für die Gesundheit?

Die relative Luftfeuchtigkeit nimmt ab, je stärker die Luft erwärmt wird. Daher lohnt es sich, insbesondere im Schlafzimmer, kühlere Luft zu haben. Denn dadurch trocknen Haut und Schleimhäute weniger aus. Ausgetrocknete Schleimhäute können ihre Schutzfunktionen weniger gut erfüllen und sind dadurch anfälliger gegenüber Bakterien und Viren.

Welcher Anteil am städtischen CO₂-Ausstoss wird durchs Heizen verursacht?

Zirka 50 Prozent.

Wie viel Energie kann mit einer tieferen Raumtemperatur eingespart werden?

Pro Grad kühlerer Raumtemperatur werden rund 6 Prozent der Heizenergie eingespart und damit natürlich auch Heizkosten. Wenn überall in der Stadt Luzern 1 Grad weniger geheizt wird, sparen wir 20 GWh Heizenergie pro Jahr. Bei 212 Heiztagen werden pro Tag durchschnittlich 0.1 GWh Energie eingespart.

Wie viel sparen wir, wenn in der ganzen Stadt Luzern die Raumtemperaturen um 1 Grad reduziert werden?

In veranschaulichende Grössenordnungen umgerechnet sparen wir pro Jahr 10'250 Fässer Erdöl (159 Liter) oder 4'100 Tonnen CO₂. Pro Tag entspricht das 50 Fässer Erdöl (159 Liter) oder 19 Tonnen CO₂.

Informationen für Hauseigentümer/-innen

- Richtig eingestellte Heizungen sparen beträchtliche Mengen an Energie, weil nur so viel geheizt wird wie wirklich nötig. Vor Ort beraten wir im Rahmen [des Förderprogrammes «effizient heizen»](#) Eigentümer/-innen von grösseren Liegenschaften. Dadurch sind Einsparungen von 10 bis 15 Prozent der Heizkosten möglich.
- Heizen geht auch ohne Öl und Gas. Profitieren Sie jetzt von [der Impulsberatung «erneuerbar heizen»](#) für Einfamilienhäuser und Mehrfamilienhäuser bis sechs Wohneinheiten und wechseln Sie auf ein erneuerbares und klimafreundliches Heizsystem.
- Für einen Heizungsersatz in grossen Liegenschaften mit sieben und mehr Wohneinheiten nutzen Sie unser [Energie-Coaching](#).
- Wer sein Gebäude gut isoliert, spart anschliessend 40–80 Prozent Heizenergie. Lassen Sie sich durch unsere neutralen [Energie-Coaches](#) beraten und begleiten. Profitieren Sie von attraktiven Förderbeiträgen für die Gebäudesanierung ([Gebäudeprogramm](#)) und für erneuerbare Energien bei einem Heizungsersatz von [Kanton](#) und [Stadt Luzern](#).
- Die Website [«klimafreundlichheizen.ch»](#) verknüpft erstmals wichtige Energie-Informationen der Stadt Luzern mit verschiedenen Beratungsangeboten und Förderprogrammen. Liegenschaftsbesitzende aber auch andere Interessierte können die Adresse einer Liegenschaft eingeben und erhalten Informationen, welche erneuerbaren Energieträger an ihrem Standort verfügbar sind.