**Zeitschrift:** Energeia : Newsletter des Bundesamtes für Energie
**Herausgeber:** Bundesamt für Energie
**Band:** - (2015)
**Heft:** 6

**Artikel:** Damit die Wärme im Haus bleibt
**Autor:** [s.n.]
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-640477

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 15.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

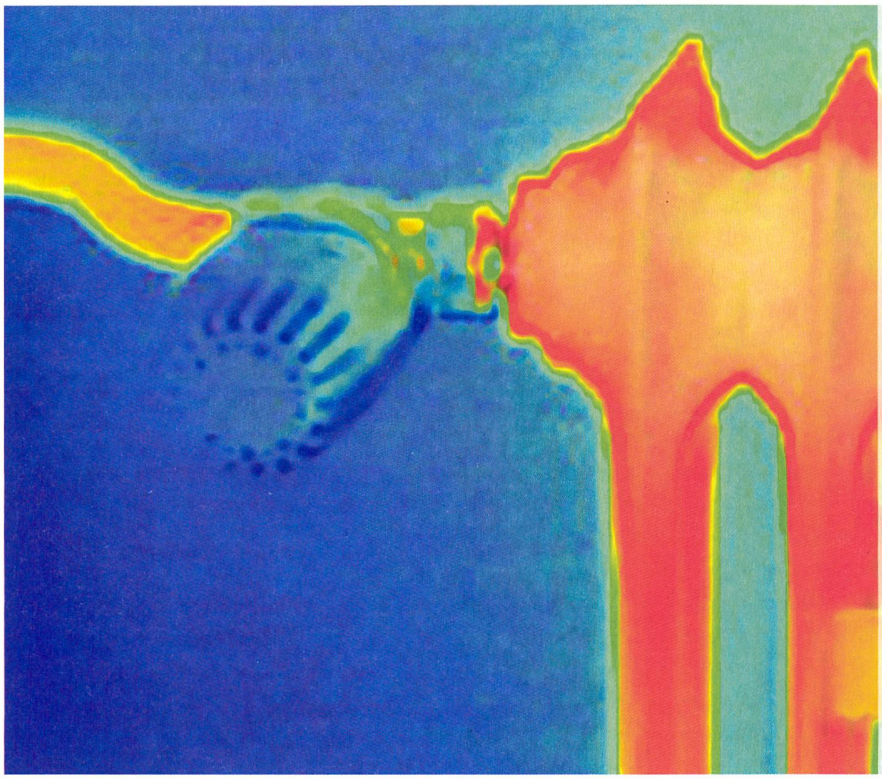
# Damit die Wärme im Haus bleibt

**Wer bereits einfache Verhaltensempfehlungen beachtet, kann viel Heizenergie sparen. EnergieSchweiz hat ein paar Tipps zusammengestellt, damit Sie im Winter warme Räume haben und gleichzeitig Geld sparen.**

Die kalte Jahreszeit steht vor der Tür, die Heizsaison hat begonnen. Rund zwei Drittel des gesamten Energiebedarfs im Haushalt werden allein fürs Heizen eingesetzt. Das Effizienzpotenzial ist in vielen Fällen gross, bereits durch wenig aufwendige Massnahmen kann man Energie sparen.

- **Montieren Sie Thermostatventile am Heizkörper.** Die Ventile halten die Temperatur in jedem Raum automatisch auf dem gewünschten Niveau. Das senkt den Verbrauch um bis zu 20 Prozent.
- **Kontrollieren Sie die Heizkörper in der Anlaufphase.** Wenn sie eine halbe Stunde nach der Inbetriebnahme immer noch kalt sind, kann es sein, dass der Brenner oder die Umwälzpunkte nicht arbeiten. Liegt es nicht daran, lohnt es sich, zu prüfen, ob genügend Wasser im Heizsystem drin ist. Eventuell müssen die Heizkörper entlüftet und muss Wasser nachgefüllt werden. Bei Startschwierigkeiten mit der Heizung hilft Ihnen ihr Hauswart oder der Installateur weiter.
- **Stellen Sie die richtige Temperatur ein.** Nicht in allen Räumen ist dieselbe Temperatur notwendig: 20 Grad im Wohnzimmer (Position 3 am Thermostatventil) und 17 Grad im Schlafzimmer (Position 2) sind angenehm. Mit jedem Grad Raumtemperatur erhöhen sich die Heizkosten um rund sechs Prozent. In ungenutzten Räumen sollten Sie nicht heizen und das Ventil auf Position * stellen. Damit verhindern Sie, dass der Raum zu stark auskühlt und Frostschäden entstehen.
- **Nutzen Sie die Wärme komplett.** Warme Luft muss ungehindert in den Räumen zirkulieren können. Daher sollten Sie die Heizkörper weder mit Möbeln noch mit Vorhängen verdecken. Damit die Räume weniger auskühlen, empfiehlt es sich zudem, die Roll- und Fensterläden nachts zu schliessen. Wenn Sie auf das geöffnete Fenster im Schlafzimmer nicht verzichten wollen, drehen Sie am besten die Heizung ab (Position * am Thermostatventil).
- **Lüften Sie stets kurz und kräftig.** Ständig geöffnete Kippfenster verschwenden viel Energie und bringen nur wenig für eine bessere Luftqualität. Lüften Sie wenn möglich drei bis vier Mal pro Tag fünf bis zehn Minuten und öffnen Sie dabei mehrere Fenster. Durch dieses Lüften entweicht nur wenig Wärme.
- **Senken Sie die Temperatur, wenn Sie ausser Haus sind.** Wenn Sie im Winter in die Ferien gehen oder das Wochenende nicht zu Hause verbringen, sollten Sie die Temperatur in allen Räumen senken. *(his)*

Möchten Sie noch mehr wissen? Besuchen Sie für weitere Tipps (siehe Broschüre «Heizen mit Köpfchen) unsere Webseite www.energieschweiz.ch/heizen



## Wer saniert, spart noch mehr Heizkosten

Möchten Sie Ihre Energiekosten weiter senken und haben womöglich bereits eine Sanierung Ihrer Liegenschaft angedacht? Das Gebäudeprogramm leistet schweizweit finanzielle Unterstützung bei der energetischen Sanierung der Gebäudehülle sowie in den meisten Kantonen beim Einsatz erneuerbarer Energien, bei der Abwärmenutzung sowie bei der Optimierung der Gebäudetechnik. Informieren Sie sich unter www.dasgebaeudeprogramm.ch, ob Ihre Sanierung unterstützungsberechtigt ist.