

Effizient heizen – und dabei sogar Energie sparen

Draussen ist es ungemütlich kalt, teils herrschen frostige Temperaturen – und drinnen wollen wir es gemütlich warm. Um energiebewusst heizen zu können, hat die Regio Energie Amriswil (REA) einige wertvolle Tipps zusammengestellt, die für jeden leicht umzusetzen sind.

Zu achten ist auf ungehinderte Wärmeabgabe, indem keine Möbel vor den Heizkörpern stehen, keine Vorhänge vor den Heizkörpern hängen und die Heizkörper nicht als Abstellfläche genutzt werden. Damit Energie beim Lüften nicht unnötig entwindet, sind zudem ständig geöffnete Fenster (beispielsweise Kippfenster im Badezimmer) zu vermeiden. Stattdessen sollte man dreimal am Tag fünf bis zehn Minuten lüften. Die Regio Energie Amriswil (REA) empfiehlt zudem, gleichzeitig mehrere Fenster zu öffnen, damit Durchzug entsteht.

Die Thermostatventile spielen ebenfalls eine zentrale Rolle. Der Einstellhandgriff ist auf die gewünschte Position zu stellen.

Die Marken entsprechen folgenden Temperaturen:

| | |
|-----------------|------------------|
| * = ca. 7 Grad | 3 = ca. 20 Grad |
| 1 = ca. 14 Grad | 4 = ca. 23 Grad |
| 2 = ca. 17 Grad | 5 = über 23 Grad |

Wenn die gewünschte Raumtemperatur erreicht ist, kann der Heizkörper teilweise oder im Extremfall ganz auskühlen. Nach ca. 24 Stunden können Nutzer aufgrund

der tatsächlichen Raumtemperatur entscheiden, ob die Einstellung den Anforderungen genügt oder korrigiert werden muss. Der Heizung muss also etwas Zeit gegeben werden, um zu reagieren. Bei Abwesenheit von mehr als zwei Tagen sollten die Thermostatventile eine Stufe zurückgedreht werden (beispielsweise von Position 3 auf 2). In selten benutzten Räumen ist die Temperatur ausserdem zu reduzieren. Während der Sommerzeit, ausserhalb

der Heizperiode, sind die Ventile auf Position 5 zu stellen.

Diese Art von Raumtemperaturregulierung erfordert ein Umdenken. Doch durch das Vertrauen in die Thermostatventile und die Reduktion der Raumtemperatur beteiligt man sich daran, Heizenergie zu sparen. Denn ein Grad Raumtemperaturreduktion entspricht bereits einer Heizenergie-Einsparung von ganzen fünf bis sieben Prozent. (red.)

Allgemeine Hinweise

- Die Raumtemperatur ist an einer Innenwand zu messen.
- Schliessen Sie nachts wenn möglich die Läden, Storen, Jalousien, Vorhänge und Fenster.
- Falls Sie bei offenem Fenster schlafen, Thermostatventile immer auf Position Frostschutz (=) stellen.
- Ist der Radiator oben warm und unten kalt, ist er nicht defekt. Ist er oben und unten kalt: Wenn das

Ventil offen und der Heizkörper bereits entlüftet ist, machen Sie eine Meldung an den Hausbetreuenden.

- Informieren Sie den Hausbetreuenden nicht nur, wenn Sie zu kalt haben, sondern auch, wenn es Ihnen zu warm ist.
- Gurgelt die Heizung? Entlüften sie diese oder melden Sie es dem Hausbetreuenden.
- Ist Ihre Heizung in die Jahre gekommen? Dann wenden Sie sich bitte an unseren Energieberater mit der Telefonnummer 071 414 11 99 oder per E-Mail unter energieberatung@amriswil.ch. (red.)

REA
Regio Energie Amriswil

**REA präsentiert
Energiespartipp #1:**

Jedes Grad weniger spart etwa sechs Prozent Heizenergie. Stellen Sie deshalb am besten Ihre Heizkörper individuell ein. Die optimale Raumtemperatur liegt im Wohnbereich bei 20 Grad Celsius, in der Küche bei 18 bis 20 Grad, im Bad bei 23 Grad und im Schlafzimmer bei 16 bis 18 Grad.

Bild: Regio Energie Amriswil (REA)