



Einfache Tipps helfen sofort beim Sparen der Heizkosten

Wer in diesem Winter auf fossile Energieträger zurückgreifen muss, der wird tief in die Taschen greifen müssen. Aber auch andere Energieträger sind nachgezogen und machen das Beheizen der Räume zu einem teuren Unterfangen. Wer die hohen Brennstoffpreise etwas abfedern möchte, sollte die nachfolgenden Heizpartipps beherzigen.

Heizgewohnheiten umstellen

Die Raumtemperaturen sollten an den effektiven Bedarf angepasst werden. Dabei ist das Tragen einer angemessenen, der Saison angepassten Kleidung von Vorteil. Nicht in allen Räumen muss es unbedingt gleich warm sein. Senkt man die Raumtemperatur um 1 Grad Celsius, können bis zu 6% an Heizenergie eingespart werden.

Energiesparendes Lüften

Um energiesparend zu lüften und dennoch eine angenehme Raumluftqualität genießen zu können, sollte die verbrauchte Raumluft mehrmals am Tag durch frische Außenluft ersetzt werden. Die effizienteste Art ist die sogenannte Querlüftung. Dabei werden Fenster und Türen geöffnet und ein Durchzug erzeugt. Die Raumluft wird bei dieser Lüftungsart am schnellsten abtransportiert. Lüftungszeiten von ein bis fünf Minuten sind dabei meist ausreichend.

Absenkung der Raumtemperaturen bei Abwesenheit und nachts

Durch das Absenken der Raumtemperaturen (um ca. 4 Grad) in den Nachtstunden und bei längerer Abwesenheit, können im Schnitt rund 10% der Heizenergie eingespart werden. Nachts die Kälte aussperren. In den Abendstunden sollten die Rollläden, Jalousien und Vorhänge verschlossen werden. Auf diese Weise werden die Energieverluste über die Fenster reduziert. Viele weitere Tipps zur Einsparung der Heizkosten, können im Rahmen des kostenlosen Energie-, Bau- und Sanierungsberatungsdienst der Gemeinde Ahrntal in Erfahrung gebracht werden. Die Anmeldung geht ganz einfach: Email an klimagemeinde@energieforum.bz, Stichwort „Beratungsdienst Ahrntal“. Text: Christine Romen und Bildungs- und Energieforum

Ist die Stromrechnung zu hoch? Einfache Stromspartipps helfen sofort beim Sparen

Strom kann überall gespart werden: beim Kochen, Kühlen und Backen, beim Waschen und Trocknen, aber auch bei der Beleuchtung, sowie der Kommunikation und Unterhaltung. Bereits durch einfache Verhaltensänderungen im Alltag kann einiges eingespart und dadurch unnötige Kosten vermieden werden. Oberstes Gebot: Standby-Betriebe vermeiden. Zahlreiche Geräte im Haushalt stehen ständig unter Strom, denn sie sind durchgehend in Bereitschaft, im so genannten Standby-Betrieb. Ein eindeutiges Zeichen dafür, dass ein Gerät sich in Bereitschaft befindet, ist das Leuchten diverser Lämpchen. Wird ein Gerät, wie z.B. ein Handladegerät warm, ohne dass es genutzt wird, so ist auch dies ein Indiz dafür, dass Strom fließt. Leider kann der Standby-Verbrauch nicht immer so eindeutig



bestimmt werden. Geräte, wie z.B. eine Stehlampe, ein Wasserkocher oder ein Radio weisen äußerlich nicht immer darauf hin, dass sie im Standby-Modus Energie verbrauchen. Die Praxis zeigt jedoch, dass eine Vielzahl an Geräten, ohne dass es einen bewusst ist, Strom verbrauchen. Durch die Vermeidung der Standby-Verbräuche können in einem durchschnittlichen Haushalt rund 100 Euro im Jahr und mehr eingespart werden.

Weitere Tipps für den Alltag

- Keine warmen Speisen in den Kühlschrank stellen;
- Beim Kochen und Backen die Restwärme nutzen;
- Mit geschlossenem Deckel kochen;
- Hilfsgeräte, wie Schnellkochtopf, Eierkocher und Co. nutzen;
- Backofen nur so lange verheizen, wie unbedingt notwendig;
- auf eine geeignete Bügelfeuchte achten;
- Waschmaschine und Geschirrspüler nicht halb voll laufen lassen;
- Waschtemperatur und Programm an den Verschmutzungsgrad der Wäsche anpassen;
- Auf der Leine die Wäsche trocknen und nicht im Trockner;
- Unnötige Funktionen und Programme bei Computer, Smartphones und dergleichen ausschalten;

Viele weitere Tipps zum Stromsparen können im Rahmen des kostenlosen Energie-, Bau- und Sanierungsberatungsdienst der Gemeinde Ahrntal in Erfahrung gebracht werden.

Die Anmeldung geht ganz einfach: E-Mail an klimagemeinde@energieforum.bz, Stichwort „Beratungsdienst Ahrntal“.

Text: Christine Romen und Bildungs- und Energieforum