



Schöpfung bewahren –  
nachhaltig.lokal.fair

## Wie schaffe ich es, meinen Lieblingspullover regelmäßig anzuziehen? Heizkosten sparen

Ein Blick auf das Außenthermometer zeigt mir: So richtig Winter ist es nicht in Berlin und Umgebung. Da bleibt mein schöner Winterpullover im Schrank und ich ziehe das T-Shirt an.

Ein Blick auf das Infoschreiben meines Energieversorgers mit der angekündigten Preiserhöhung zeigt dagegen: Heizkosten sparen wäre jetzt wichtig. Nur wie?

Grundsätzlich gilt: Senke ich die Raumtemperatur um 1°C, kann ich ca. 6% des Wärmebedarfs sparen. Für die Räume in der Wohnung gelten die folgenden



„**Wohlfühltemperaturen**“ als Orientierung:

Wohnzimmer:	19 bis 21 °C
Küche:	19 bis 21 °C
Bad:	21 bis 24 °C
Schlafzimmer:	16 bis 18 °C

Außerdem helfen folgende Tipps, Heizkosten zu sparen:

- Keine Möbel vor die Heizung stellen
- Heizung beim Lüften ausstellen
- Zweimal täglich für 10 Minuten Stoßlüften (statt Fenster auf Kippe stellen)
- Heizungsrohre isolieren
- Elektronische Thermostate bzw. Heizkörperventile einbauen

**Übrigens:** Es ist keine gute Idee, einen elektrischen Radiator oder einen Heizlüfter in die Wohnung zu stellen. Beide Geräte sind extrem ineffizient.

Und senke ich die Raumtemperatur um 1 -2 °C ab, klappt das auch mit meinem Lieblingspullover oder ich sitze mit meiner Kuschedecke auf dem Sofa.

Kleine Schritte gehen und damit „**Schöpfung bewahren – nachhaltig.lokal.fair**“

**Gerd Petras, Prozessbegleiter „SchöpfungsLEITER“**  
Kirchlicher Umweltauditor