

**Thema: Energiespartipps für Zuhause – Richtig Heizen und Lüften für den Klimaschutz**

**Beitrag:** 1:42 Minuten

**Anmoderationsvorschlag:** Bisher hat der Wettergott es sehr gut mit uns gemeint und uns einen extrem milden Winter beschert. Heizen muss man natürlich trotzdem, damit die Wohnung oder das Haus nicht auskühlt. Außerdem ist der Winter ja noch lange nicht vorbei – bis in den April rein können die Temperaturen immer wieder mal unter den Gefrierpunkt sinken. Wie Sie im Winter richtig heizen und lüften und damit nicht nur Ihre Energiekosten senken, sondern auch was für den Klimaschutz tun können, verrät Ihnen Helke Michael.

**Sprecherin: Die Heizung ist in einem Haushalt der Energiefresser Nummer eins.**

**O-Ton 1 (Volker Walzer, 17 Sek.):** „Sie ist für ungefähr 70 Prozent der verbrauchten Energie verantwortlich. Dabei lassen sich durch intelligentes Heizen und ohne große Investition viel Energie und Geld sparen. Und schon mit kleinen Verhaltensänderungen im Alltag und einem überlegten Einsatz der Heizung kann man seine jährlichen Energiekosten um bis zu sechs Prozent senken.“

**Sprecherin: So Volker Walzer vom Ökostromanbieter LichtBlick. Achten Sie vor allen Dingen darauf, keine Möbel vor die Heizkörper zu stellen, damit die erwärmte Luft frei zirkulieren kann.**

**O-Ton 2 (Volker Walzer, 15 Sek.):** „Der zweite Punkt ist: Ziehen Sie sich auch entsprechend der Jahreszeit an. Wer im Winter zu Hause ein T-Shirt und eine kurze Hose an hat, da ist klar, dass man friert. Von daher: Lieber ein bisschen was Wärmerees anziehen. Das gilt übrigens auch fürs Schlafzimmer, denn 17 Grad reichen vollkommen aus, um gut schlafen zu können.“

**Sprecherin: Wer außerdem die Raumtemperatur nachts und bei längerer Abwesenheit überall um vier Grad senkt, kann noch mal bis zu fünf Prozent Energiekosten sparen.**

**O-Ton 3 (Volker Walzer, 22 Sek.):** „Ein kleiner Tipp von mir: Schaffen Sie sich programmierbare Thermostate an: Die sind mittlerweile gar nicht mehr so teuer und die sorgen dafür, dass die Heizung wirklich nur dann läuft, wenn sie gebraucht wird. Und was noch wichtig ist, sind Fugen und Spalten: Dichten Sie sie wirklich gut ab, damit die Kälte nicht eindringen kann. Und wer Rollläden hat, der sollte sie nachts auf jeden Fall runterlassen, denn das reduziert den Wärmeverlust um bis zu 20 Prozent.“

**Sprecherin: Dabei hilft einem natürlich auch das richtige Lüften der Räume:**

**O-Ton 4 (Volker Walzer, 21 Sek.):** „Im Normalfall reicht es wirklich, alle zwei bis drei Stunden vier bis maximal sieben Minuten die Fenster weit aufzumachen. Fenster kippen für eine längere Zeit ist vom Energiespar-Standpunkt aus wirklich Unsinn, weil es dann viel länger dauert, bis die Luft ausgetauscht ist. Besser also kurz und kräftig lüften und die Energiekosten nicht buchstäblich aus dem Fenster hinauswerfen.“

**Abmoderationsvorschlag:** Mehr Infos zum Thema und weitere Tipps für den Klimaschutz finden Sie im Netz unter [LichtBlick.de](http://LichtBlick.de).



**Thema:** **Energiespartipps für Zuhause – Richtig Heizen und Lüften für den Klimaschutz**

**Interview:** 2:09 Minuten

**Anmoderationsvorschlag:** Bisher hat der Wettergott es sehr gut mit uns gemeint und uns einen extrem milden Winter beschert. Heizen muss man natürlich trotzdem, damit die Wohnung oder das Haus nicht auskühlt. Außerdem ist der Winter ja noch lange nicht vorbei – bis in den April rein können die Temperaturen immer wieder mal unter den Gefrierpunkt sinken. Wie Sie im Winter richtig heizen und lüften und damit nicht nur Ihre Energiekosten senken, sondern auch was für den Klimaschutz tun können, weiß Volker Walzer vom Ökostromanbieter LichtBlick, hallo.

**Begrüßung:** „Hallo, grüße Sie!“

**1. Herr Walzer, wie wir alle wissen, kann man viel für den Klimaschutz tun, wenn man Energie einspart. Aber welche Rolle spielt in dem Zusammenhang das Heizen?**

**O-Ton 1 (Volker Walzer, 22 Sek.):** „Viele wissen nicht, dass die Heizung in einem Haushalt wirklich der Energiefresser Nummer eins ist. Sie ist für ungefähr 70 Prozent der verbrauchten Energie verantwortlich. Dabei lassen sich durch intelligentes Heizen und ohne große Investition viel Energie und Geld sparen. Und schon mit kleinen Verhaltensänderungen im Alltag und einem überlegten Einsatz der Heizung kann man seine jährlichen Energiekosten um bis zu sechs Prozent senken.“

**2. Wie geht man das denn am besten an?**

**O-Ton 2 (Volker Walzer, 27 Sek.):** „Das Wichtigste ist, dass die Heizkörper freistehen und nicht durch Möbel zugestellt werden. Die Luft muss nämlich frei zirkulieren können – und das geht eben nicht, wenn eine Kommode oder ein Sofa direkt vor der Heizung steht. Der zweite Punkt ist: Ziehen Sie sich auch entsprechend der Jahreszeit an. Wer im Winter zu Hause ein T-Shirt und eine kurze Hose an hat, da ist klar, dass man friert. Von daher: Lieber ein bisschen was Wärmeres anziehen. Das gilt übrigens auch fürs Schlafzimmer, denn 17 Grad reichen vollkommen aus, um gut schlafen zu können.“

**3. Ich gehe mal davon aus, dass man auch viel Energie sparen kann, wenn man nachts auch die Heizung in den anderen Räumen runterfährt, oder?**

**O-Ton 3 (Volker Walzer, 34 Sek.):** „Absolut! Da können Sie die Energiekosten locker um weitere vier bis fünf Prozent senken, wenn Sie beispielsweise nachts die Raumtemperatur – und natürlich auch bei längerer Abwesenheit tagsüber – um vier Grad senken. Ein kleiner Tipp von mir: Schaffen Sie sich programmierbare Thermostate an: Die sind mittlerweile gar nicht mehr so teuer und die sorgen dafür, dass die Heizung wirklich nur dann läuft, wenn sie gebraucht wird. Und was noch wichtig ist, sind Fugen und Spalten: Dichten Sie sie gut ab, damit die Kälte nicht eindringen kann. Und wer Rollläden hat, der sollte sie nachts auf jeden Fall runterlassen, denn das reduziert den Wärmeverlust um bis zu 20 Prozent.“

**4. Lassen Sie uns noch kurz über das heiß diskutierte Thema „Lüften“ reden: Wie macht man es richtig und warum ist es überhaupt so wichtig?**

**O-Ton 4 (Volker Walzer, 34 Sek.):** „Regelmäßiges Lüften ist wichtig, um zum einen frische Luft reinzulassen und um Feuchtigkeit und Gerüche nach draußen zu transportieren. Und



auch beim Thema Schimmelbildung ist es natürlich sehr, sehr wichtig, regelmäßig frische Luft im Haus zu haben. Im Normalfall reicht es wirklich, alle zwei bis drei Stunden vier bis maximal sieben Minuten die Fenster weit aufzumachen. Fenster kippen für eine längere Zeit ist vom Energiespar-Standpunkt aus wirklich Unsinn, weil es dann viel länger dauert, bis die Luft ausgetauscht ist. Besser also kurz und kräftig lüften und die Energiekosten nicht buchstäblich aus dem Fenster hinauswerfen.“

***Volker Walzer von LichtBlick mit Energiespartipps für die kalte Jahreszeit.  
Besten Dank dafür!***

**Verabschiedung:** „Sehr gerne, tschüss!“

<p><b>Abmoderationsvorschlag:</b> Mehr Infos zum Thema und weitere Tipps für den Klimaschutz finden Sie im Netz unter <a href="http://LichtBlick.de">LichtBlick.de</a>.</p>
---

