

Aktionen im Klimaretter-Tool

Aktion	Zeitraum	CO ₂ -Ersparnis (Schätzwert)
Stoßlüften statt Dauerkipp	4 Wochen	2,3 kg CO ₂
Heizung in ungenutzten Räumen herunterdrehen	4 Wochen	1,5 kg CO ₂
abends Fenster schließen	4 Wochen	0,9 kg CO ₂
Heizung aus beim Lüften	4 Wochen	0,6 kg CO ₂
Heizkörper freihalten	4 Wochen	0,6 kg CO ₂
Gesamt	4 Wochen	5,9 kg CO₂
Gesamt	6 Monate Heizperiode	35,4 kg CO₂

Quelle: <https://energiemanagement.stadt-frankfurt.de/> (Die Angaben beziehen sich auf Erfahrungswerte der Abteilung Energiemanagement, Amt für Bau und Immobilien der Stadt Frankfurt am Main)

Tipps:

Klimafreundlich lüften:

- ⇒ Schimmelbildung vermeiden,
- ⇒ gesundes Raumklima schaffen
- ⇒ nicht die Straße heizen: Wärme im Raum halten

- Stoßlüftung mehrmals täglich mit weit geöffnetem Fenster, am besten durch Öffnen gegenüberliegender Fenster ("Durchzug")
- Im Sommer 20 bis 30 Minuten lüften
- Im Winter 5 bis 10 Minuten lüften
- Lüftung bei abgedrehter Heizung durchführen
- Dauerkipp zur Heizperiode vermeiden

Klimafreundlich heizen:

- ⇒ Energie sparen
- ⇒ Kälteschäden vermeiden
- ⇒ Wärme gleichmäßig im Gebäude verteilen
- ⇒ Wärme im Raum halten

- Alle Räume im Gebäude ausreichend heizen
- Die Temperatur dabei konstant auf mindestens 17 Grad Celsius belassen, (Flure 15 Grad)
- Türen zu weniger beheizten Räumen schließen
- Heizkörper bei geöffnetem Fenster abdrehen
- Heizkörper nicht abdecken und regelmäßig abstauben
- Heizung nur nachts drosseln, tagsüber die Heizkörper auf konstanter Temperatur belassen
- Temperaturabsenkung nicht länger als 6 – 8 Stunden
- Heizungsanlage ausschalten, wenn die Außentemperatur länger als drei Tage hintereinander über 12 Grad Celsius liegt.
- Kälteschäden vermeiden und bei längerer Abwesenheit Thermostat auf Frostschutz stellen
- Thermometer für Temperaturcheck ausleihen oder als App downloaden

Quellen:

- Heizen, Raumtemperatur | Umweltbundesamt:
<https://www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag/heizen-bauen/heizen-raumtemperatur#textpart-2>
- <https://www.bmu.de/themen/gesundheits/innenraumlueftung/richtiges-lueften-und-heizen>
- <https://www.energiewechsel.de/KAENEFF/Navigation/DE/Mitmachen/Alltag/Energiesparen/energiespartipps.html>
- https://www.energiewechsel.de/KAENEFF/Redaktion/DE/Video/2022/DIY-Folge-05-Heizen_Lueften/DIY-Folge-05-Heizen_Lueften.html
- https://www.t-online.de/heim-garten/energie/heizung/id_100042256/heizung-abschalten-im-winter-was-passiert-und-warum-es-teuer-werden-kann.html
- Thermometer für Temperaturcheck ausleihen oder App als Tipp angeben:
<https://blog.deinhandy.de/thermometer-app-die-3-besten-kostenlosen-apps-im-test>
- Tipps, wie man die Raumtemperatur am besten misst:
<https://www.raumtemperatur.info/raumtemperatur-messen/>