



## P R E S S E I N F O

Lockdown-Monat November

**Mit einfachen Tipps Heizkosten sparen**

Erfurt, 12.11.2020

**Arbeit im Homeoffice, geschlossene Restaurants und Kultureinrichtungen: wir verbringen momentan viel Zeit zu Hause. Damit die Heizkosten dabei nicht zu sehr in die Höhe schießen, hat die Verbraucherzentrale Thüringen fünf Spartipps zusammengestellt, die sich schnell und einfach umsetzen lassen.**

**Fenster und Türen gegen Zugluft abdichten**

Gerade hinter alten Fenstern ist in der kalten Jahreszeit oft ein unangenehmer Luftzug zu spüren. Schnelle und preisgünstige Abhilfe schaffen Schaumstoff- oder Gummidichtungsbänder aus dem Baumarkt. Mit ihnen lassen sich Fensterspalten, aber auch die Spalten zwischen Tür und Rahmen gegen Zugluft abdichten. Für die Ritze unter der Tür empfiehlt sich eine Bürstendichtung, die sich Unebenheiten anpasst.

**Abstand halten ...**

... gilt auch für die Heizung. Möbel, Vorhänge oder der Wäscheständer direkt vor dem Heizkörper sorgen für einen Hitzestau. Die Folge: die warme Luft kann sich nicht richtig im Raum ausbreiten und das Thermostat regelt zu früh ab.

**Teppich gegen kalte Füße**

Auch wenn Teppiche oder Läufer keine signifikante Dämmwirkung entfalten, haben sie zumindest Einfluss auf das Temperaturempfinden. Gerade auf Stein- oder Holzböden erhöhen Teppiche die gefühlte Temperatur – natürlich nur, wenn keine Fußbodenheizung vorhanden ist.

**Auch die Pflanzen sparen mit**

Zimmerpflanzen sind nicht nur dekorativ, sondern auch wichtig für ein gutes Raumklima. Sie geben mehr als 90 Prozent des Gießwassers wieder an die Umgebung ab und erhöhen so die Luftfeuchtigkeit. Feuchte Luft fühlt sich nicht nur wärmer an als trockene, sondern ist auch eine Wohltat für die Nasenschleimhäute, die dadurch weniger anfällig für allerlei Viren werden. Ideal ist eine Luftfeuchtigkeit von etwa 50 Prozent. Achtung: bei dauerhaft höheren Werten droht Schimmelgefahr. Ein Thermo-Hygrometer hilft, die richtige Balance zu halten.

Verbraucherzentrale Thüringen e.V.  
Eugen-Richter-Str.45  
99085 Erfurt

**Pressestelle**

Tel. 0361 55514-14  
Fax 0361 5551440  
presse@vzth.de  
www.vzth.de



Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Wirtschaft  
und Energie

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



### **Wärmekissen statt Heizdecke**

Elektrische Heizdecken verbrauchen unnötig viel Strom. Die bessere Wahl für alle Frostbeulen und Frierkatzen sind Wärmflaschen oder Wärmekissen, zum Beispiel mit Kirschkernen. Letztere lassen sich an kalten Abenden schnell in der Mikrowelle aufwärmen.

Weitere Fragen zum effizienten Heizen beantworten die Energieberater der Verbraucherzentrale Thüringen – derzeit ausschließlich telefonisch. Termine können unter den kostenlosen Telefonnummern **0800 809 802 400** oder **0361 555140** vereinbart werden.

*Die Bundesförderung für Energieberatung der Verbraucherzentrale ist ein Projekt des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie. Dank einer Kooperation mit dem Thüringer Umweltministerium und der Landesenergieagentur ThEGA sind die Beratungen in Thüringen kostenfrei.*