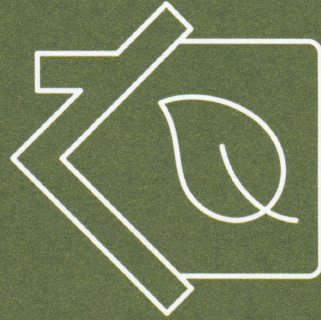


## Nachhaltiges Uesslingen-Buch. Danke, dass Sie mitmachen!



Gebäudetechnik

## Gebäudetechnik Energietipps



Nicht nur aus aktuellem Grund wichtig: Ein Grad tiefere Zimmertemperatur spart bis zu 10 Prozent Heizenergie.



Schlafforscher wissen: Die ideale Temperatur fürs Schlafzimmer beträgt rund 18 Grad – gut fürs Energiebudget, noch besser für einen ruhigen Schlaf.



Heizkörper bitte nicht mit schweren Vorhängen oder Möbeln verstellen – dies verhindert die Luftzirkulation, die dafür sorgt, dass sich die Wärme im ganzen Raum verteilen kann.



Tatsache: Nur Stosslüften bringt wirklich frische Luft ins Zimmer. Gekippte Fenster lassen kaum Luft hinein – dafür viel Wärme raus.



Bitte verzichten Sie auf Klimageräte, erst recht auf die mobilen: Diese machen Lärm, brauchen Strom wie ein Panzer und sind nur bedingt wirkungsvoll. Lieber tagsüber Fenster verdunkeln und nachts gut lüften.