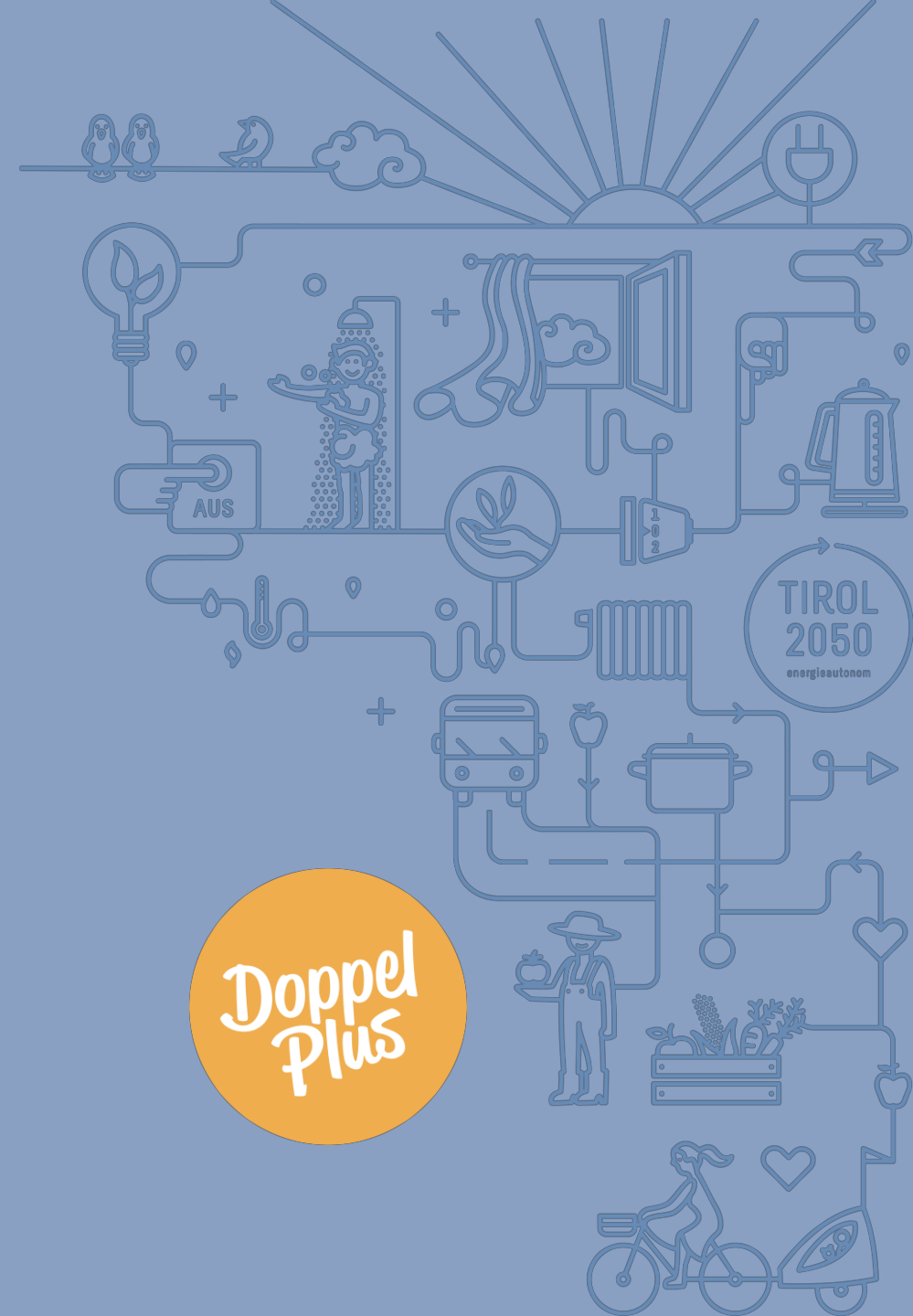


*DoppelPlus – gemeinsam
Energie sparen, Geld sparen
und das Klima schützen*

Energie- & Klimacoaching

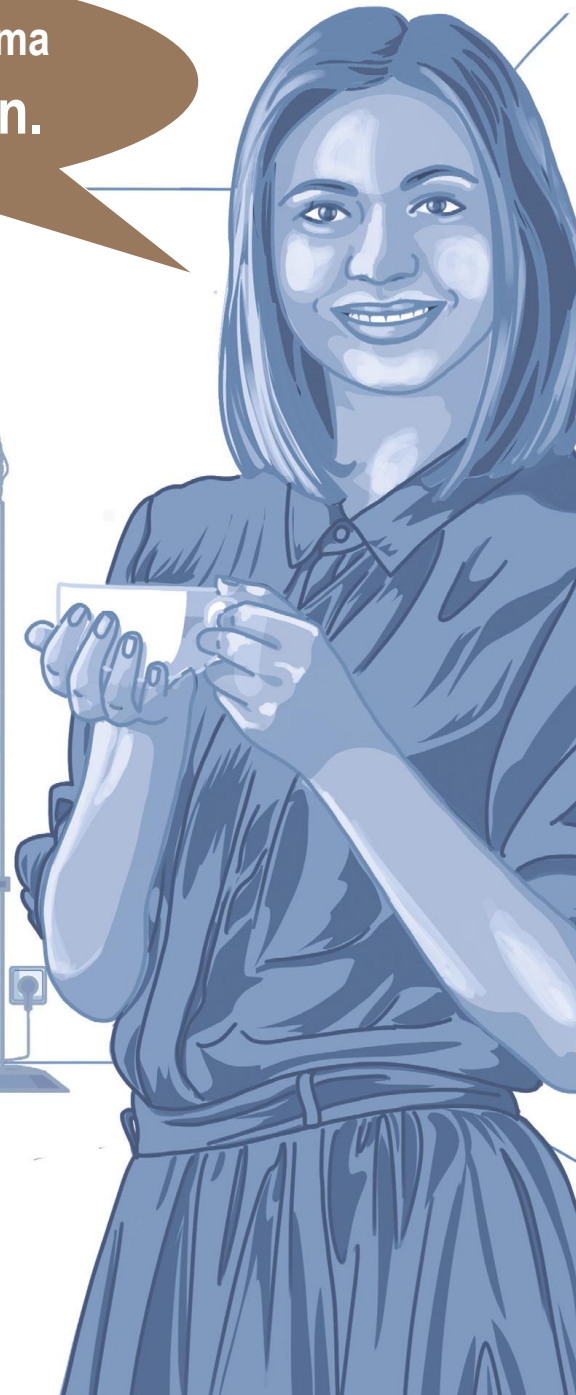
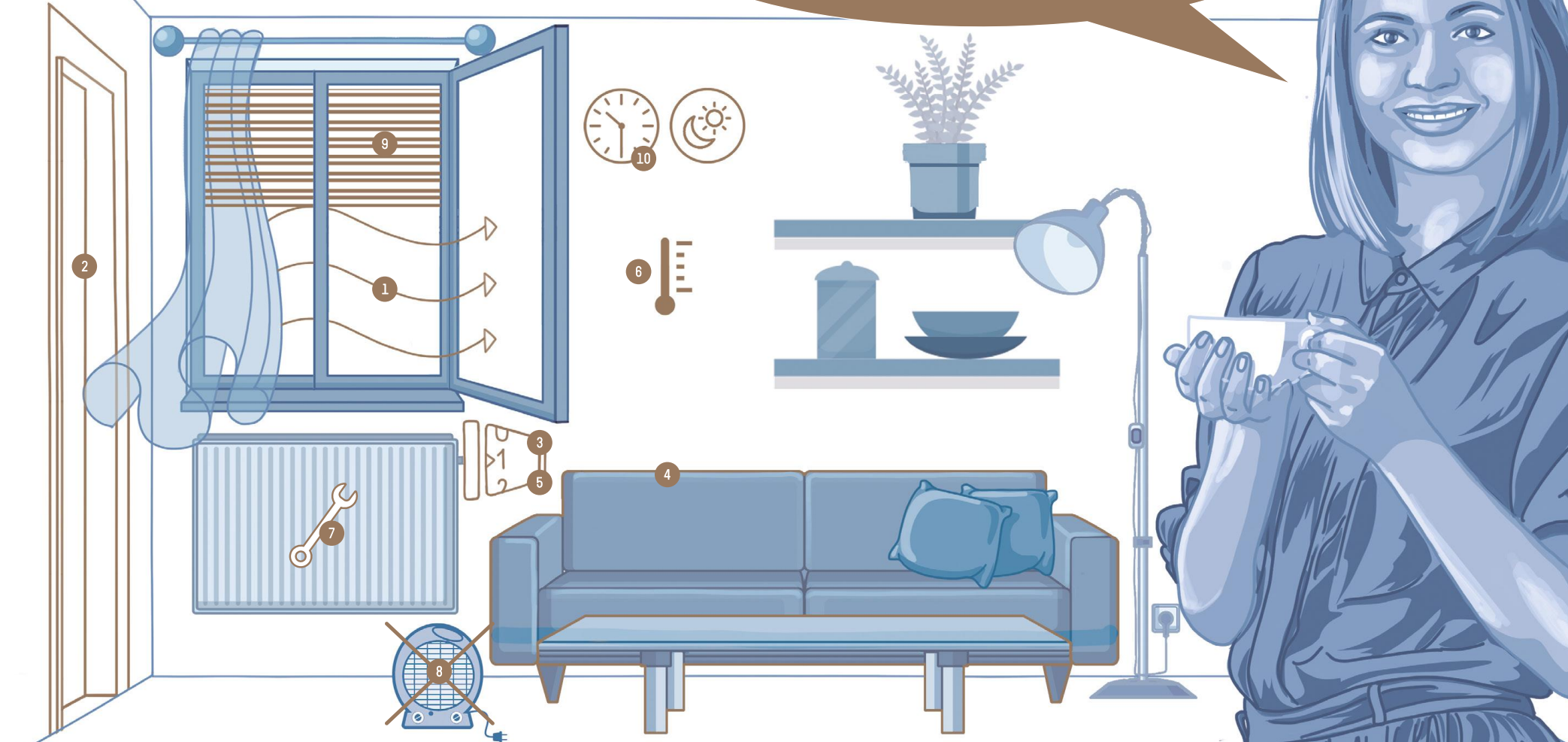
*Was kann ich selbst, rund um den Bereich
Nutzungsverhalten, machen?*



Empfehlungen zum Thema Heizen und Kühlen.

Doppel Plus

HEIZEN & KÜHLEN

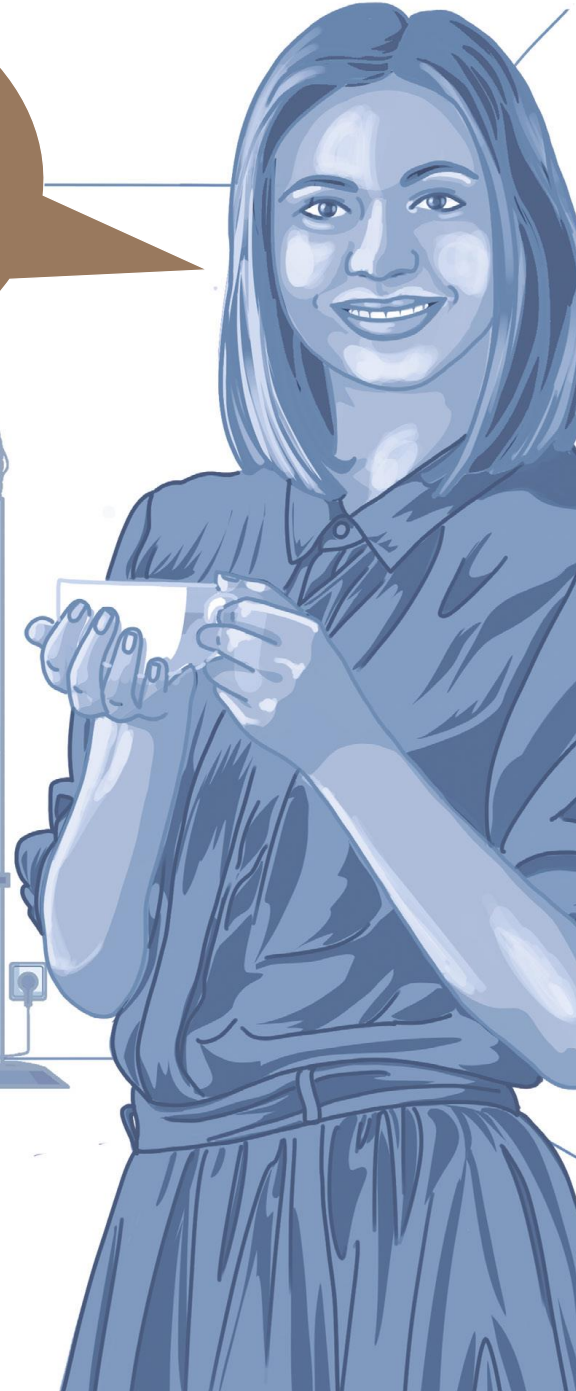


- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

Regelmäßig Lüften

- + mindestens 2-3 Mal täglich
- + für 5 bis 10 Minuten
- + Fenster ganz aufmachen
- + KEIN Kipplüften!



- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

Regelmäßig Lüften

- + mindestens 2-3 Mal täglich
- + für 5 bis 10 Minuten
- + Fenster ganz aufmachen
- + KEIN Kipp-lüften!

zusätzliches Lüften

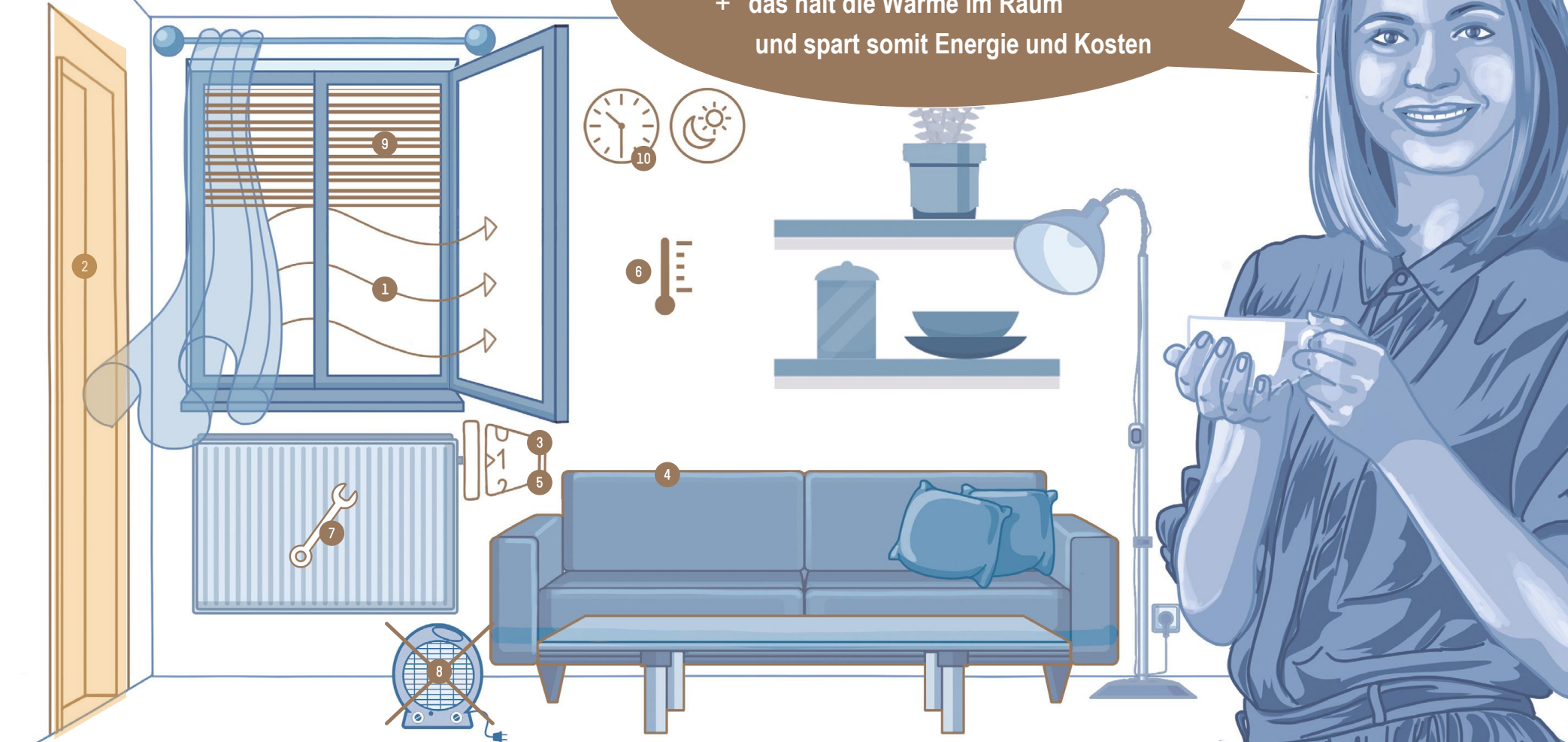
- + nach jedem Feuchteintrag wie zum Beispiel nach dem Duschen, Kochen, Wäsche waschen und trocknen

- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

Zimmertüren schließen

+ das hält die Wärme im Raum
und spart somit Energie und Kosten

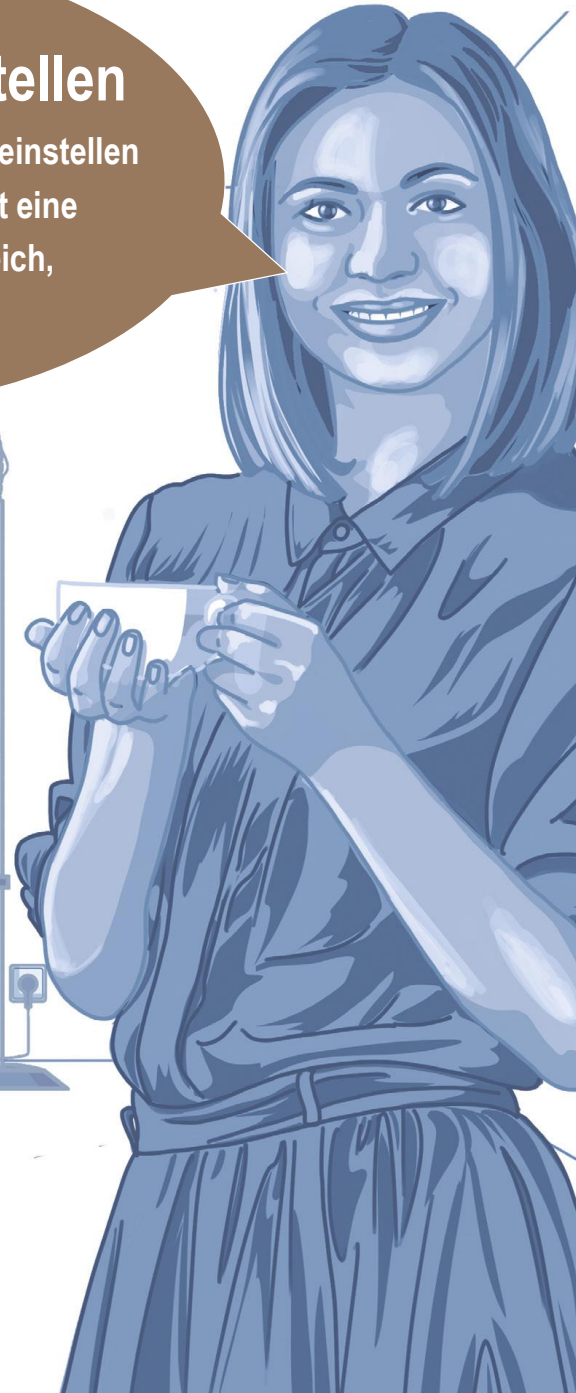


- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

Heizregelung einstellen

- + alle Heizkörper gleich warm einstellen
- + in den meisten Fällen genügt eine Einstellung im mittleren Bereich, auf Stufe 2-3



- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

Heizkörperverkleidung entfernen

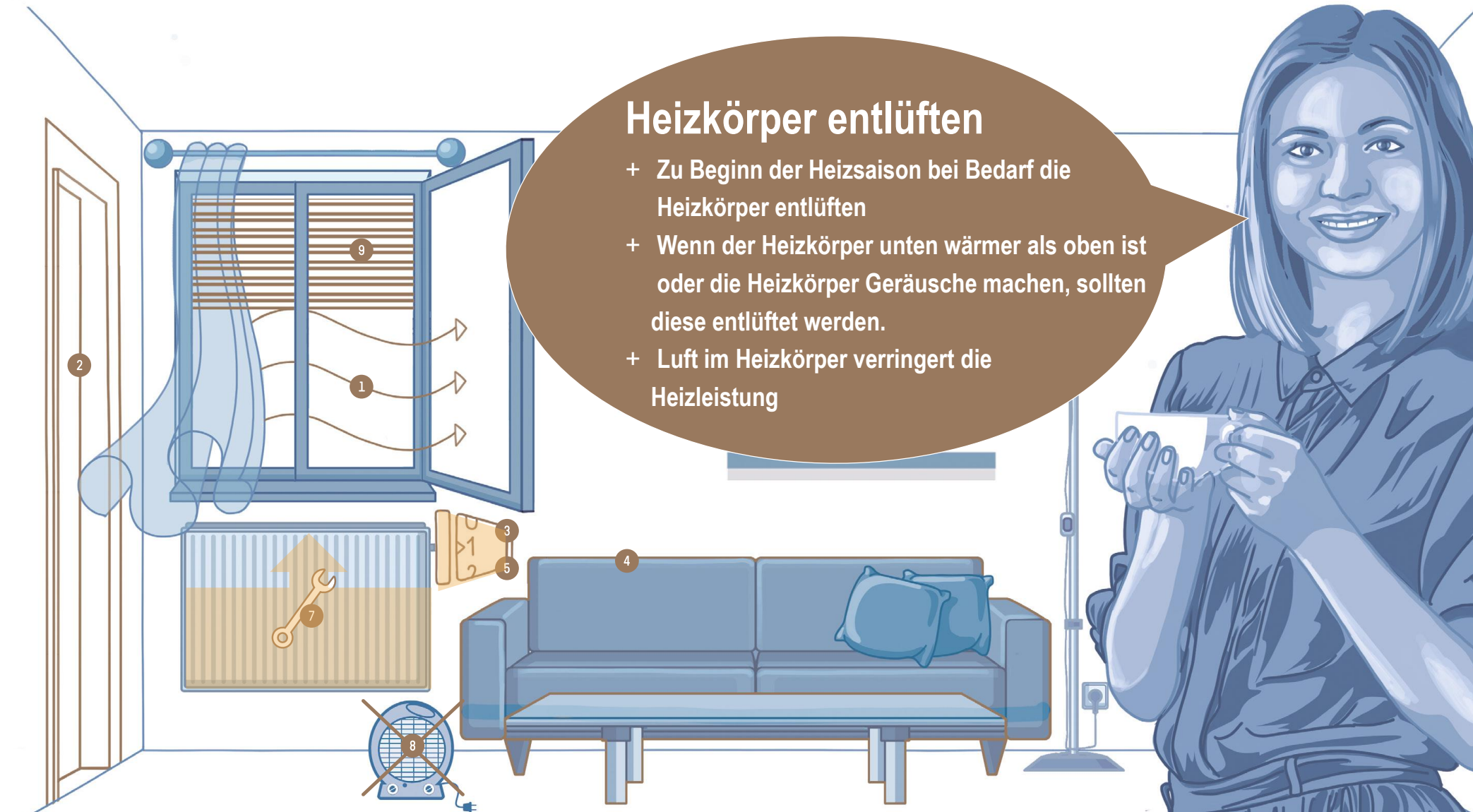
- + keine langen Vorhänge, Möbel oder sonstige Gegenstände vor die Heizkörper stellen
- + die Heizkörper müssen frei sein
- + dies ermöglicht eine freie Zirkulation der Wärme und spart zusätzlich Energie und Geld



- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN
- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

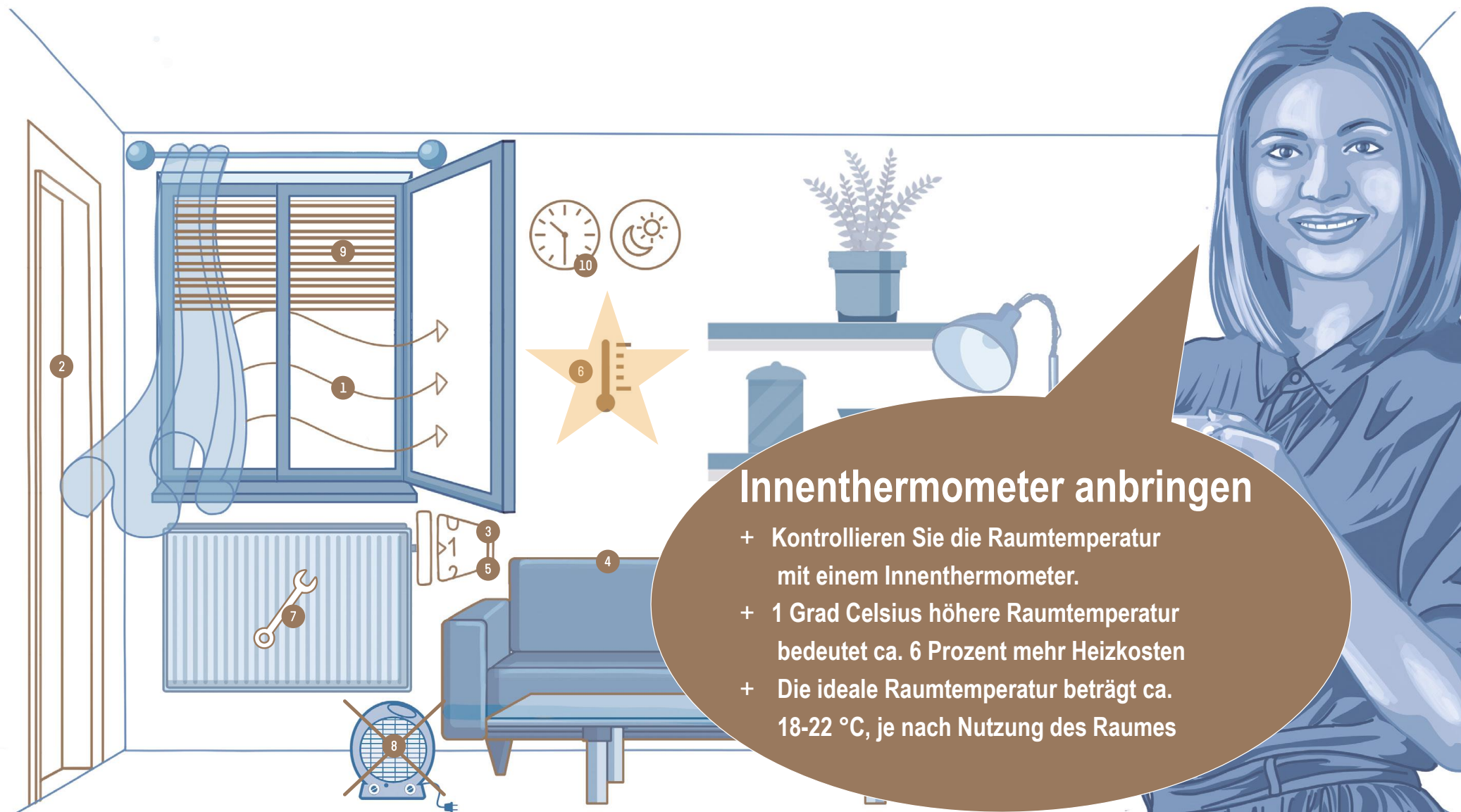
Heizkörper entlüften

- + Zu Beginn der Heizsaison bei Bedarf die Heizkörper entlüften
- + Wenn der Heizkörper unten wärmer als oben ist oder die Heizkörper Geräusche machen, sollten diese entlüftet werden.
- + Luft im Heizkörper verringert die Heizleistung



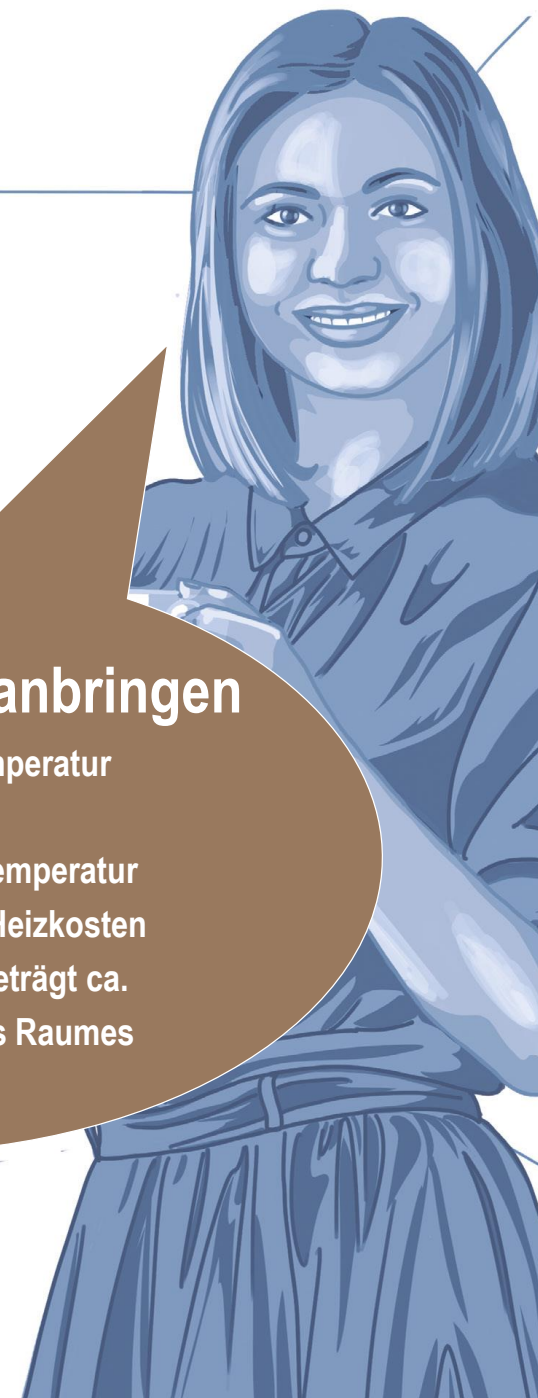
- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT



Innenthermometer anbringen

- + Kontrollieren Sie die Raumtemperatur mit einem Innenthermometer.
- + 1 Grad Celsius höhere Raumtemperatur bedeutet ca. 6 Prozent mehr Heizkosten
- + Die ideale Raumtemperatur beträgt ca. 18-22 °C, je nach Nutzung des Raumes



- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

Heizsysteme von Fachkräften warten lassen

- + Lassen Sie ihr Heizsystem regelmäßig von einer Fachkraft warten.
- + Im Idealfall kurz vor der Heizperiode, ca. alle 1-2 Jahre ein Heizungsservice durchführen lassen

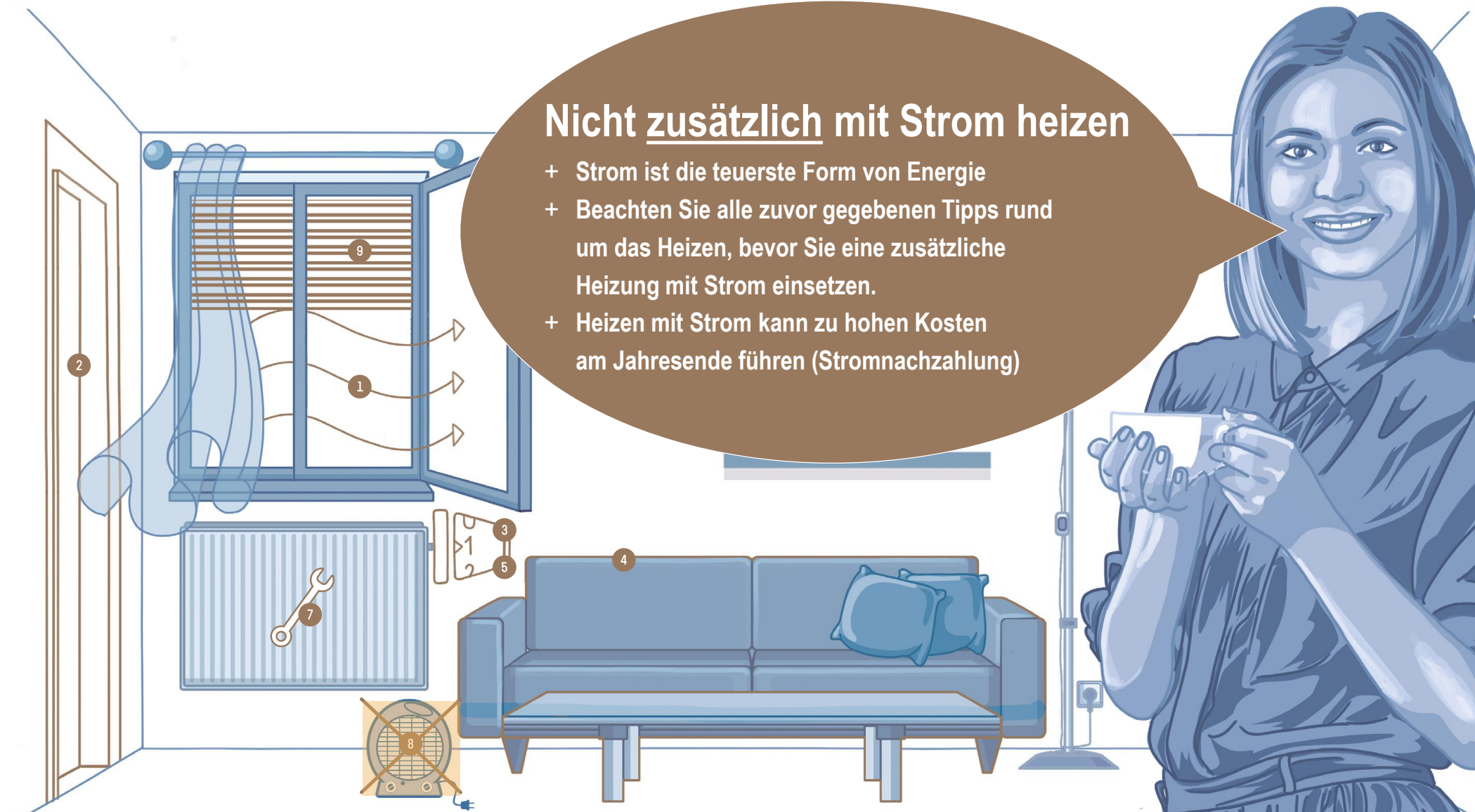


- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

Nicht zusätzlich mit Strom heizen

- + Strom ist die teuerste Form von Energie
- + Beachten Sie alle zuvor gegebenen Tipps rund um das Heizen, bevor Sie eine zusätzliche Heizung mit Strom einsetzen.
- + Heizen mit Strom kann zu hohen Kosten am Jahresende führen (Stromnachzahlung)



- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

Kühlen im Sommer

Doppel
Plus

HEIZEN & KÜHLEN

Glasflächen von außen beschatten

- + Die Hitze der Sonne soll im Sommer erst gar nicht in die Wohnung eindringen.
- + während sonniger, heißer Tage die Glasflächen, wie z.B. Fenster, geschlossen halten und
- + im Idealfall die Fenster durch außenliegende Jalousien beschatten.

- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN
- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

Lüften im Sommer

Doppel
Plus

HEIZEN & KÜHLEN

Lüften zur richtigen Zeit

+ Lüften Sie im Sommer an heißen Tagen erst in der kühleren Nacht oder in den frühen Morgenstunden durch das Öffnen von mehreren Fenstern, damit es zu einer Querlüftung kommt.

- 1 REGELMÄSSIG LÜFTEN
- 2 ZIMMERTÜREN SCHLIESSEN
- 3 HEIZUNGSREGELUNG EINSTELLEN
- 4 HEIZKÖRPERVERKLEIDUNG ENTFERNEN
- 5 HEIZKÖRPER ENTLÜFTEN

- 6 INNENTHERMOMETER ANBRINGEN
- 7 HEIZSYSTEME VON FACHKRÄFTEN WARTEN LASSEN
- 8 NICHT MIT STROM HEIZEN
- 9 GLASFLÄCHEN VON AUSSEN BESCHATTEN

- 10 LÜFTEN ZUR RICHTIGEN ZEIT

