Clever durch die kalte Jahreszeit heizen

Die Energiepreise sind aktuell hoch, das kann gerade in der kalten Jahreszeit das Budget zusätzlich belasten. Mit einigen einfachen Tricks können Wärmeverluste vermieden werden, sowohl bei fossilen als auch bei erneuerbaren Heizsystemen.



Wer bei offenem Fenster schläft, sollte darauf achten, dass die Ventile am Heizkörper zugedreht sind.

Der Hitzesommer ist zwar noch in unseren Köpfen, doch bereits gab es einen Kälteeinbruch und die Heizungen wurden in Betrieb genommen. Der Start der Heizsaison ist eine gute Gelegenheit, um an Betriebsoptimierungen zu denken. Es empfiehlt sich beispielsweise kurz nach Inbetriebnahme der Heizung, die Heizkörper zu berühren. Bleiben sie kalt, sollte kontrolliert werden, ob der Brenner arbeitet und die Umwälzpumpe in Betrieb ist. Auch die Manometer-Anzeige sollte geprüft werden. Sie zeigt, ob genügend Wasser im Heizsystem ist. Eventuell müssen die Heizkörper entlüftet oder Wasser nachgefüllt werden. Falls die Heizung grössere Startschwierigkeiten hat, hilft der Installateur weiter.

Betriebszeit den Gewohnheiten anpassen

Es lohnt sich, die Betriebszeiten der Heizung korrekt einzustellen. Die Zeitschaltuhr sollte so programmiert sein, dass die Betriebszeiten möglichst den Lebensgewohnheiten der Bewohnenden entsprechen. Radiatorheizungen sollten mindestens eine Stunde vor der üblichen Schlafenszeit auf Reduzierbetrieb stellen und eine Stunde vor der gewohnten Weckzeit wieder den Vollbetrieb aufnehmen. Wenn tagsüber niemand im Haus ist, sollte die Heizung auf Reduzierbetrieb arbeiten und eine Stunde vor dem Nachhausekommen auf Vollbetrieb schalten. Die Bodenheizung sollte ihren Betrieb drei Stunden vor der üblichen Schlafenszeit reduzieren. Für die Umstellung von Reduzier- auf Vollbetrieb am Morgen oder beim Nachhausekommen benötigt diese Heizung zwei bis drei Stunden. Heizkosten können ausserdem gespart werden, wenn die Heizkörper sauber sind und wenn alles, was die freie Abgabe der Wärme behindert, entfernt ist.

Der Sparfuchs weiss, wie er die Heizung reguliert

Um den Betrieb der Heizung möglichst effizient zu gestalten, sollten Wärmeverluste vermieden werden. Gerade in der Übergangszeit bei milder Witterung kann die Heizung tagsüber auf Nacht- oder Sommerbetrieb geschaltet werden. Für ein angenehmes Wohnklima sorgen unterschiedlich hohe Temperaturen in den verschiedenen Räumen. In Badezimmern etwa beträgt der durchschnittliche Wert 23 Grad, in Wohn- und Aufenthaltsbereichen 20 Grad. In Schlafzimmern reichen 17 Grad, in wenig genutzten Räumen kann die Heizung ausgeschaltet werden. Übrigens: Mit jedem zusätzlichen Grad Raumtemperatur erhöhen sich die Heizkosten um sechs bis zehn Prozent. Es lohnt sich also, die Heizung an den Bedarf angepasst einzustellen.

Sollte es im Haus zu warm werden, ist Dauerlüften die schlechteste Lösung. Wenn die Temperatur im ganzen Gebäude bei unterschiedlichen Aussentemperaturen zu hoch oder zu tief ist, muss die Heizkurve angepasst werden. Die Bedienungsanleitung der Heizung oder der Installateur helfen hier weiter. Wenn es besonders kalt wird, sollten nachts die Fensterläden geschlossen werden. Das führt dazu, dass das Haus weniger auskühlt. Wer bei offenem Fenster schläft, sollte die Ventile am Heizkörper zudrehen. So wird nicht die Nachtluft geheizt. Auch Fenster, die tagsüber ständig gekippt sind, verschwenden kostbare Heizenergie. Besser ist, dreimal am Tag mehrere Fenster für fünf bis zehn Minuten zu öffnen, um kräftig durchzulüften.

Diese Tipps helfen, den Energieverbrauch beim Heizen tief zu halten. Dies wirkt sich einerseits bei den Heizkosten aus. Andererseits dienen sie dazu, den CO_2-Ausstoss beim Gebäude zu senken.

Sorge tragen zum Warmwasser aus dem Hahn

Wasser – und vor allem Warmwasser – sprudelt wie selbstverständlich aus unserem Wasserhahnen. Doch wie selbstverständlich ist das wirklich?

Der Energieverbrauch eines Neubaus zeigt, dass mehr als die Hälfte für die Erzeugung von Warmwasser verwendet wird. Dank einer konsequenten Wärmedämmung sinkt der Energiebedarf für die Raumheizung stetig. Der Warmwasserkonsum der Bewohnenden wird jedoch kaum kleiner. Jede und jeder von uns braucht täglich rund 50 Liter Warmwasser. Das verursacht pro Jahr Kosten von 800 bis 1000 Franken. Für eine achtsame Nutzung dieser Ressource braucht es einerseits einen haushälterischen Umgang mit Warmwasser, andereseits aber auch effiziente Warmwassersysteme auf Grundlage von erneuerbaren Energien.

Häufig wird die Erzeugung von Warmwasser mit der Gebäudeheizung gekoppelt, sprich mit einer Wärmepumpe, einer Holzheizung oder einem Anschluss an Fernwärme. Systeme, die Wasser losgelöst von der Heizung erwärmen sind Warmwasser-Wärmepumen (Wärmepumpenboiler) oder thermische Sonnenkollektoren. Das Warmwasser wird gespeichert und über ein Verteileiungsnetz zu den Wasserhahnen geleitet. Das Wasser sollte idealerweise auf 55 bis 60 Grad erwärmt werden. Höhere Temperaturen verschwenden Energie und vergrössern das Verkalkungsrisiko. Ebenfalls sollten die Warmwasserleitungen im Ge bäude lückenlos gedämmt sein.

Ein tiefer Warmwasser- und Energieverbrauch hängt meistens von der Nutzungsdauer und der Wassermenge ab. Duschen statt Baden – idealerweise unter einer Sparbrause – spart beispielsweise bis zu 75 Prozent an Warmwasser. Sparköpfe können auch einfach bei den Wasserhahnen im Bad und in der Küche montiert werden. Warmwasser kann auch beim Händewaschen gespart werden. Aus hygienischen Gründen ist es völlig unbedenklich, nach dem Toilettengang die Hände «nur» mit kaltem Wasser zu waschen. Und während dem Einseifen und auch dem Zähneputzen sollte das Wasser nicht laufen. Einen Spareffekt gibt es beispielsweise auch beim Abwaschen. Geschirr muss nicht vorgespült werden, bevor es in den Geschirrspüler gestellt wird.

Projektentwickler für Windenergie tauschten sich aus / Experimentierlabor startet bald

Mit der Festsetzung von 15 Windeignungsgebieten im Richtplan verfolgt der Kanton St. Gallen eine fortschrittliche Energiepolitik. Er schafft damit wichtige planerische Voraussetzungen, um das Potenzial der Windenergie zu nutzen und die Stromversorgung langfristig zu sichern. Die geplanten Windenergieprojekte können einen bedeutenden Beitrag zur Energiestrategie 2050, zur Winterstromversorgung und zur regionalen Wertschöpfung leisten. Dass die Windenergiebranche im Kanton St. Gallen gemeinsam Verantwortung übernimmt, zeigte sich am Branchendialog vom 14. Oktober 2026 in Wattwil. Auf Einladung von energietal toggenburg, Suisse Eole und Pro Wind SGAIAR trafen sich zahlreiche Vertreter von Energieversorgungsunternehmen, Planungsbüros und Windprojektentwicklern aus der Region.

Mit dabei waren unter anderem Axpo AG, Thurwerke AG, Groupe E Greenwatt AG, Windenergie Schweiz AG, SN Energie, SAK AG, Grotwind GmbH, EW Wartau und Appenzeller Wind AG. Die breite Beteiligung unterstreicht das gemeinsame Interesse, die Windenergie im Kanton St. Gallen voranzubringen und die einheimische Stromproduktion zu stärken.

Im Mittelpunkt standen der Erfahrungsaustausch, die Zusammenarbeit zwischen den verschiedenen Projektträgern sowie das gemeinsame Engagement für eine sichere, klimafreundliche und unabhängige Energieversorgung. Dabei wurde deutlich, wie wichtig eine transparente Kommunikation, der Dialog mit der Bevölkerung und die regionale Zusammenarbeit für die erfolgreiche Entwicklung von Windenergieprojekten sind.

***

Vom 30. Oktober bis zum 13. November sind Schülerinnen und Schüler der Primarschule Bütschwil-Ganterschwil und der Oberstufe Mosnang zum Experimentierlabor eingeladen. Bei der Firma Berlinger Special AG in Ganterschwil können sie in die Technikwelt eintauchen. Die beteiligten Firmen AVM Engineering, Hälg AG, Raiffeisen sowie energietal toggenburg haben spannende Experimente vorbereitet, um den Kindern einen erlebnisreichen Halbtag zu bereiten.

Unterstützt von:

RAIFFEISEN
Toggenburger Raiffeisenbanken

Toggenburg Medien

Folgen Sie uns