



DIY – Do it yourself – Energieeffizienz selber machen!

Energieeffizienz ist aktuell in aller Munde. Die Anlässe sind vielfältig: Klimakatastrophe, Energiekrise, Kriege. Passivhaus Institut und IG Passivhaus unterstützen mit der Aktion „Anpacken“ dabei, das eigene Zuhause energieeffizienter zu machen und Energiekosten einzusparen. Die LandesEnergieAgentur (LEA) Hessen sowie der als Energiesparkommissar bekannte Energieberater Carsten Herbert sind kompetente Partner, das Land Hessen fördert das Projekt. Seit April 2022 sind 18 praxisnahe Anleitungen für DIY-Arbeiten sowie vier Videos entstanden, weitere folgen.



Dämmung warmer Leitungen © LEA Hessen / Rundel



Dämmung Dachboden © Passivhaus Institut



Dämmung Rollladenkästen © Passivhaus Institut



Innendämmung © LEA Hessen / Rundel

Einige der Anleitungen beschäftigen sich mit „Notmaßnahmen“: Diese helfen, schnell und mit geringen Investitionen Energie und damit Kosten zu sparen, führen jedoch nicht auf ein langfristig nachhaltiges, niedriges Verbrauchsniveau. Durch andere Arbeiten ist das jedoch möglich. Zu diesen nachhaltigen Maßnahmen gehören die im Folgenden kurz beschriebenen vier DIY-Arbeiten.



Warme Leitungen dämmen

In den meisten Kellern sind Leitungen nicht ausreichend gedämmt. So bleibt nicht nur im Winter Wärme ungenutzt: Warmwasser-Zirkulationsleitungen verlieren auch im Sommer viel Energie. Das verursacht vermeidbare Kosten und trägt zur Überhitzung des Gebäudes bei. Infos und die Anleitung zum Dämmen warmer Leitungen gibt es auf passipedia.de. Zusammen mit dem Energiesparkommissar entstand ein [Video](#) dazu.

Dämmung der obersten Geschossdecke

Der Dachboden kann schnell, einfach und kostengünstig mit unterschiedlichen Materialien gedämmt werden. Das Passivhaus Institut hat erfolgreich mit Glasfaserklemmfalz und Zellulose gedämmt. Entscheidend ist es, Decke und Anschlüsse zuvor luftdicht zu machen. Eine Anleitung, Infos sowie ein kurzes Video dazu gibt es auf passipedia.de.

Rollladenkästen dichten und dämmen

Rollladenkästen sind zugige Angelegenheiten und eine der größten Schwachstellen im Gebäude. Mit ein wenig Wärmedämmung und Verbesserung der Luftdichtheit kann hier viel in Sachen Energieeffizienz und Komfortsteigerung erreicht werden. Auch diese Anleitung gibt es auf passipedia.de. Zusätzlich gibt es ein [Video](#) mit dem Energiesparkommissar.

Innendämmung

Für Fälle, in denen Außendämmung keine Option ist, besteht die Möglichkeit, innen zu dämmen. Innendämmung als DIY-Maßnahme – ist das bauphysikalisch nicht viel zu kritisch? Das Passivhaus Institut zeigt: Mit gut aufbereiteten Informationen und verständlichen Anleitungen kann eine Innendämmung von versierten Heimwerkenden sicher ausgeführt werden. In der Wissensdatenbank passipedia.de stehen auch diese Hintergrundinformationen und Anleitungen zum Selbstbau verschiedener Innendämmsysteme für Sie bereit.

© Autor: Prof. Dr.-Ing. Benjamin Krick, Passivhaus Institut