Heizung noch aus? So sparen Sie im Oktober bares Geld

Wenn die herbstliche Kälte allmählich in die Wohnung zieht, kann es sich lohnen, mit einer weiteren Kleidungsschicht, Decken oder Heißgetränken gegenzusteuern. Bleibt die Heizung noch aus, kann das nämlich ordentlich den Geldbeutel schonen, hat das Vergleichsportal Verivox ausgerechnet. Je nach Heizart und Witterung könnte man so bis zu 9 Euro pro Tag an Heizkosten sparen.

Das größte Sparpotenzial bietet sich Verivox zufolge bei fossilen Heizarten. Bewohnerinnen und Bewohner eines Einfamilienhauses etwa mit 180 qm Wohnfläche bei Energieeffizienzklasse D und einem jährlichen Gasverbrauch von 20.000 kWh könnten - ausgehend von deutschen Durchschnittsverbrauchspreisen und Durchschnittstemperaturen - zwischen 5 und 7 Euro pro Tag sparen, wenn die Gasheizung noch ausbleibt. Wer das den gesamten Oktober durchhält, kommt auf ein mögliches Sparpotenzial von rund 177 Euro.

WÄRMEPUMPEN BIETEN GERINGSTES EINSPARPOTENZIAL

Bei einer Ölheizung würde die Einsparung im selben Beispiel mit 6 bis 9 Euro pro Tag sogar noch größer ausfallen - macht für Oktober ein Einsparpotenzial von 246 Euro.

Wer mit einer Wärmepumpe heizt, erreicht diese Werte nicht ganz. Weil die Wärmeerzeugung auf diese Weise günstiger ist, können hier je nach Witterung nur rund 3 bis 4 Euro eingespart werden, also rund 113 Euro im Oktober.

In kleineren Wohnungen fällt die mögliche Einsparung durch den geringeren Heizbedarf noch kleiner aus. Singles in einer 50 qm großen Wohnung können je nach Heizart, Witterung und Energieeffizienzklasse des Hauses im Oktober zwischen 28 und 61 Euro einsparen. Bei Paaren in einer 100 qm großen Wohnung liegt das Sparpotenzial zwischen 68 und 147 Euro.

RAUMTEMPERATUREN NICHT UNTER 16 GRAD CELSIUS SINKEN LASSEN

Aber Achtung vor falschem Ehrgeiz: „Die günstigste Heizung ist zwar eine, die nicht läuft", sagt Verivox-Energieexperte Thorsten Storck. Es sollte aber niemand frieren müssen. „Besonders ältere Menschen und Kinder können empfindlich auf niedrige Raumtemperaturen reagieren", so Storck. Wichtig ist darum, dass sich alle Bewohner wohlfühlen.

Auch für das Gebäude selbst kann es schädlich sein, wenn es zu stark auskühlt. Wer Schimmel und andere Schäden vermeiden möchte, sollte dafür sorgen, dass die Innentemperatur nicht dauerhaft unter etwa 16 Grad Celsius sinkt. (dpa)



Je nach Heizsystem und Wetterlage können sich durch das Abschalten der Heizung täglich bis zu neun Euro einsparen lassen.
Foto: Elisa Schu/dpa/dpa-mag

Gesund + fit bleiben ohne Zeitaufwand

Druckentlastung in Gelenken und sanfte Muskelaktivierung erleben

Groß Oesingen wellbe ist die neueste Generation von Aktivschuhen, beliebt als die Softschuhe mit Trampolineffekt. wellbe konnte bereits vielen Menschen helfen bei Fuß-, Gelenks- und Venenproblemen.



Das Team um Stefanie und Carsten Heers freut sich auf Sie.

wellbe eröffnete jetzt auch in unserer Region einen Shop in Shop im Schuh & Sporthaus Heers in der Dorfstraße 10 in Groß Oesingen.

Softschuhe mit Trampolineffekt energiesparend

Durch den einzigartigen Trampolineffekt der wellbe Softschuhe erleben seine Nutzer ein völlig neues Gehgefühl - energiesparend und belebend!

In der Freizeit, im Beruf und beim Sport nutzen unsere Kunden diese wellbe Aktivschuhe speziell auf hartem Untergrund. wellbe Softschuhe mit Trampolineffekt können den Rücken, die Hüfte, Knie, Füße gesund + fit halten, bei Hallux valgus, Fersensporn sowie bei Durchblutungs- und Venenproblemen helfen.

Eigentlich sind sie ultra leichte, weiche Komfortschuhe mit einer sanften Aktivität in der Muskulatur. So können Füße und Gelenke natürlich stabilisiert werden.

Seine Nutzer treten direkt in eine von uns gemeinsam mit erfahrenen Schuhorthopäden anatomisch perfekt geformten, weichelastischen „Mattensohle".

Das hat sofortige und langfristige Vorteile: Sofort können der sanftweiche Auftritt den Druck aus den Gelenken nehmen und ab der 2. Woche sich Muskeln sowie Bänder in den Füßen, Fußgelenken, Knien, Hüften und sogar bis in den Rücken fit trainieren.

Die wellbe Laufsohle massiert und trainiert sofort Ihre Faszien, Ihre Bänder und Fußmuskulatur, passt sich durch die Weichelastizität allen Fußformen natürlich an. Die sanfte wellbe Fußrolle kann ein Einknicken nach innen verhindern, leitet Sie Schritt für Schritt perfekt und sanft in den nächsten Schritt.

Das kommt einem „perfekten Schritt", wie sich Orthopäden das vorstellen, sehr nahe.

Landkreis Gifhorn steht auf Softschuhe mit Trampolineffekt

wellbe erleben: Dorfstraße 10

„Wir als etabliertes Unternehmen Schuh & Sporthaus Heers sind froh, dass wir uns die exklusive wellbe-Lizenz für die Region sichern konnten", heißt es aus der Dorfstraße 10 in Groß Oesingen.

Kein anderes Unternehmen in der Region habe so viele verschiedene Modelle der einzigartigen Softschuhe von wellbe sofort lieferbar.

Gezielte Entlastung und Belastung

wellbe hat in den vergangenen sechs Jahren den Gesundheitsschuhmarkt revolutioniert.
Die Laufsohle aller wellbe Modelle bewirkt zusätzlich zu persönlichen orthopädischen Einlagen nicht nur eine gezielte Druckentlastung in den Füßen und Gelenken sondern fördert auch durch seine ausbalancierte Trainingsbelastung der Muskulatur und des Bänderapparates die Therapie seiner Nutzer.

Ganz ohne Zeitaufwand werden auch die Venen verstärkt durchblutet – eine tolle Kombination mit Kompressionsstrümpfen.



Nur am Fr., den 30. Oktober vor Ort: Michael Scheike, Ex-Fußballprofi und der wellbe Erfinder

Wir gelten als Profis für Komfortschuhe und modische Schuhe in der Region – sind froh, den wellbe Shop in unserem Hause integriert zu haben.
Mit den Softschuhen von wellbe können wir unseren Kunden noch besser helfen und seine Nutzer können vielen Problemen in Gelenken und Venen vorbeugen.
Wir freuen uns auf Sie – auch Sie werden begeistert sein !

Gutschein
für eine kostenlose Fußdruck- und Körperanalyse
(bei unserem wellbe Experten nur am Eventtag (gilt f. 2 Personen)
Freitag, 30.Oktober von 10-18 h

wellbe Shop Groß Oesingen
schuh + sport Heers
Dorfstraße 10
29393 Groß Oesingen
Tel. 05838 / 261

wellbe
die Softschuhe



Der Fuchsbandwurm stellt zwar eine seltene, aber ernstzunehmende Gefahr dar, auf das Sammeln von Pilzen und Beeren muss deshalb jedoch nicht generell verzichtet werden.
Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

So schützen Sie sich vor dem Fuchsbandwurm

Herbstzeit ist Pilzzeit: Viele Menschen sind derzeit zum Sammeln von Pilzen oder Beeren im Wald unterwegs. Dabei wird immer wieder vor dem Fuchsbandwurm gewarnt, der auch für Menschen gefährlich werden kann. Wie groß ist das Ansteckungsrisiko tatsächlich, und wie kann man sich schützen?

WIE GROß IST DIE GEFAHR EINER INFEKTION - UND WIE STECKT MAN SICH AN?

Der Kleine Fuchsbandwurm gilt nach Angaben des Landesuntersuchungsamts Rheinland-Pfalz (LUA) in Mitteleuropa als der für den Menschen gefährlichste Parasit. Die Eier des Kleinen Fuchsbandwurms (Echinococcus multilocularis) werden von Füchsen mit dem Kot ausgeschieden. Werden sie über den Mund aufgenommen, können sie eine Infektion auslösen.

Unbehandelt ende diese fast immer tödlich. Bei einer Infektion könne es zur lebensbedrohlichen und unheilbaren „Alveolären Echinokokkose" kommen. Die Symptome - meist Schmerzen im Oberbauch und Funktionsstörungen der Leber - treten unter Umständen erst Jahre nach der Ansteckung auf. Erkrankte müssen lebenslang Medikamente einnehmen.

Nach Einschätzung des Naturschutzbundes (Nabu) ist das Risiko sich zu infizieren für Menschen aber eher gering. Pilz- und Beerensammler müssen sich daher nicht übermäßig sorgen.

WAS SOLLTE MAN BEIM SAMMELN VON PILZEN, BEEREN UND CO. BEACHTEN?

Auf Waldfrüchte, Pilze oder Obst aus dem Freiland muss nach Einschätzung der Naturschützer wegen des geringen Erkrankungsrisikos nicht verzichtet werden. Dennoch sollten ein paar Hinweise beachtet werden: Rohe Lebensmittel sollten gründlich gewaschen, besser noch auf mehr als 60 Grad erhitzt werden, wie der Nabu rät. Es reiche nicht aus, die Fundstücke auf bis zu minus 20 Grad zu kühlen oder in Alkohol einzulegen.

Nach Kontakt mit Erde sollte man sich die Hände waschen. Gartengeräte, Schuhe und Kleidung sollten möglichst nicht mit ins Haus genommen werden.

SIND HAUSTIERE EINE GEFAHR?

Hunde und Katzen können sich mit dem Fuchsbandwurm infizieren, wenn sie befallene Nagetiere wie Mäuse fressen, wie der Nabu erklärt. Meist zeigen sie demnach keine oder nur unspezifische Symptome. Doch: Über Bandwurmeier am Fell könnten sich Menschen theoretisch anstecken. Hunde und Katzen sollten deshalb regelmäßig und nach Rücksprache mit einer Tierärztin oder einem Tierarzt entwurmt werden. (dpa)

29696901_002426

Bahn sperrt Strecke Hannover–Berlin

Alle aktuellen Informationen im Newsletter

Gifhorn Hbf
Hannover Hbf
Wolfsburg Hbf
Berlin Hbf

Wolfsburger Allgemeine WAZ
Aller-Zeitung AZ



27259201_002426