

Presseinformation 04/2024

Stuttgart, 22. Januar 2024

Selbst sanieren: Kellerdecke dämmen in fünf Schritten

DIY-Anleitung für eine der profitabelsten Sanierungsmaßnahmen

Die nachträgliche Dämmung der Kellerdecke sorgt für einen warmen Fußboden im Erdgeschoss. Das erhöht den Wohnkomfort. Zugleich ist sie eine der profitabelsten Maßnahmen, um die Heizkosten zu senken: Heizkosteneinsparungen von bis zu zehn Prozent sind möglich – in einem Einfamilienhaus lassen sich im Jahr so bis zu 500 Euro sparen. Darauf weisen die Fachleute von Zukunft Altbau hin, dem vom Umweltministerium Baden-Württemberg geförderten Informationsprogramm. Die Maßnahme wird oft vergessen, obwohl sie relativ einfach und ohne professionelle Unterstützung umgesetzt werden kann. Sanierungswillige mit fachlichem Grundverständnis, aber ohne tiefere Vorkenntnisse können das Projekt Kellerdeckendämmung in fünf Schritten selbst durchführen. Ergänzend kann die – in manchen Fällen sogar gesetzlich verpflichtende – Dämmung der Decke zum Dachboden ebenfalls in Eigenregie erfolgen.

Fragen beantwortet das Team von Zukunft Altbau kostenfrei am Beratungstelefon unter 08000 12 33 33 (Montag bis Freitag von 9 bis 13 Uhr) oder per E-Mail an beratungstelefon@zukunf-altbau.de.

Das Haus energetisch zu sanieren und auf erneuerbare Energien umzusteigen, senkt die Energiekosten und erhöht den Wohnkomfort. Für die meisten Vorhaben benötigt man Fachleute aus der Energieberatung und dem Handwerk. Oft müssen hier längere Wartezeiten eingeplant werden. Einzelne Maßnahmen können Sanierungswillige jedoch sofort in Eigenregie umsetzen: Besonders effizient ist die nachträgliche Dämmung der Decke unbeheizter Keller in älteren Häusern. Diese häufig vergessene Möglichkeit ist nahezu immer sinnvoll. Die Dämmung sorgt für einen warmen Fußboden im Erdgeschoss und verhindert kalte Füße, da die Wärme nicht mehr in den kühleren Keller abfließt. Sie ist einfach umzusetzen und spart zudem Heizkosten ein.

Sanieren in Eigenregie: So geht die Dämmung der Kellerdecke

Am besten ist es, wenn man bei der Dämmung der Kellerdecke sorgfältig und Schritt für Schritt vorgeht. Fachleute geben bei Bedarf wertvolle Tipps bei der Materialbestellung und Verarbeitung und können am Ende die ordnungsgemäße Ausführung bestätigen. „Zuerst sollten die Kellerdecke und die Wände von Staub befreit und loser Putz entfernt werden“, rät Frank Hettler von Zukunft Altbau. Besonders geeignet sind glatte Betondecken, dort halten die Dämmplatten am besten. Falls vorhanden, werden anschließend ungedämmte oder schlecht gedämmte Heizleitungen an der Kellerdecke deutlich dicker als der

PROJEKTTRÄGERIN ZUKUNFT ALTBAU:

KEA Klimaschutz- und Energieagentur
Baden-Württemberg GmbH
Gutenbergstraße 76 · 70176 Stuttgart

Tel: 0711 489825-0
Fax: 0711 489825-20
E-Mail: info@kea-bw.de

Vorsitzender des Aufsichtsrats:
Ministerialdirigent Martin Eggstein
Geschäftsführer: Dr.-Ing. Volker KiENZlen
(Sprecher), Prof. Dr.-Ing. Martina Hofmann

Registergericht:
Amtsgericht Mannheim
Reg.-Nr.: Abt. B 107275
St.-Nr.: 35006/81133
Ust.-IdNr.: DE168303058

GEFÖRDERT DURCH:



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR UMWELT, KLIMA UND ENERGIEWIRTSCHAFT

Rohrdurchmesser eingepackt. Dies spart zusätzlich Heizenergie. In Schritt drei erfolgt die eigentliche Dämmung der Kellerdecke.

Für das Anbringen der Dämmplatten an der Kellerdecke gibt es verschiedene Systeme: sie werden geklebt, gedübelt oder mit einem Schienensystem befestigt. Von der Dicke des Dämmstoffs und der Oberfläche der Kellerdecke hängt es ab, ob zusätzlich gedübelt werden muss. Die Faustregel lautet: Je dicker die Dämmplatte und je schlechter haftend die Decke, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass die Platten mit Dübeln befestigt werden müssen. Informationen dazu stehen in den Herstellerangaben.

Hartschaum, Mineralfasern oder Naturdämmstoffe zur Auswahl

Als Dämmstoff für die Kellerdeckendämmung eignen sich unter anderem Hartschaumplatten aus Polystyrol oder Polyurethan, Stein- und Mineralwollematten oder -platten sowie Naturdämmstoffe, beispielsweise Holzweichfaser- oder Zelluloseplatten. Zu beachten ist dabei: Nach der Dämmung muss noch ausreichend Kopfhöhe vorhanden sein. Unter der Decke sind rund zwei Meter erforderlich, damit sich niemand den Kopf anstößt. Manchmal schränkt daher die Deckenhöhe die mögliche Dämmstoffdicke ein oder zwingt dazu, besonders gut dämmende Materialien zu nutzen. Mit ihnen kann man mit weniger Zentimetern die gewünschte Dämmleistung erhalten.

Besonders gut ist ein Dämmwert, genannt U-Wert, von unter 0,2 Watt pro Quadratmeter und Kelvin. „Bei dem Material Polyurethan etwa ist dafür eine Dicke von rund zehn Zentimetern erforderlich, bei Holzweichfaser eher 18 Zentimeter“, erklärt Frank Hettler. Bei den meisten Materialien reichen um die vierzehn Zentimeter aus, um den gewünschten Effekt zu erzielen. Neben einem guten U-Wert ist auch eine sorgfältige, fugenfreie Anbringung wichtig. Denn so können die Platten weit über dreißig Jahre ihren Dienst tun, ohne nachgerüstet oder gar ausgetauscht werden zu müssen.

Nach dem Schritt drei, der Dämmung der Kellerdecke, können die Dämmplatten nach Wunsch verputzt, gestrichen oder mit einer Gipskartonplatte versehen werden. Manchmal ist die Oberfläche der Platten bereits gestrichen oder mit einem beschichteten Gewebe versehen, dann entfällt dieser Schritt. Anschließend kann noch Schritt fünf erfolgen: Die Kellerwände sollten idealerweise im oberen Bereich, unterhalb der Decke, zusätzlich gedämmt werden. Dafür reicht eine Dämmstärke von mindestens vier Zentimetern und eine Plattenbreite von etwa 50 Zentimetern aus. Diese Dämmschürze reduziert Wärmebrücken durch die Kellerwände und spart zusätzlich Heizenergie. Bei Gebäuden ohne Fassadendämmung sollte eine Fachperson prüfen, ob eine Dämmschürze das Schimmelrisiko im Erdgeschoss erhöht.

Bewohnte Keller kann man auch dämmen

Ist der Keller bewohnt und beheizt, lohnt sich häufig die Dämmung des Kellerbodens und der Kelleraußenwand von innen. Sind nur einzelne Kellerräume beheizt, sollten auch die Innenwände zu den unbeheizten Räumen komplett gedämmt werden. Das alles richtig zu machen, ist deutlich komplizierter als die Dämmung eines vollständig unbeheizten Kellers. Hier sollte im Vorfeld eine Energieberaterin oder ein Energieberater hinzugezogen werden,

um sicherzustellen, dass keine Luftfeuchtigkeit hinter oder in der Dämmung ausfällt und dadurch Schäden entstehen.

Weitere Informationen und ein ausführliches Video zum Thema gibt es unter www.zukunftaltbau.de/kellerdecke

Die oberste Geschossdecke ebenfalls dämmen

Ist ein Dachboden nicht bewohnt, sollten Hauseigentümerinnen und Hauseigentümer auch die oberste Geschossdecke mit einer möglichst dicken Dämmschicht versehen. Oft ist die Maßnahme sogar gesetzlich verpflichtend. Sie kann in der Regel ebenfalls gut in Eigenleistung erfolgen. Bei der obersten Geschossdecke benötigt man eine Dämmdicke von zwölf bis 18 Zentimetern, je nachdem, welches Material eingesetzt wird. Fachleute empfehlen, etwa bis zu zehn Zentimeter mehr Dämmstoff einzubauen als der Gesetzgeber fordert. Denn jeder zusätzliche Zentimeter spart dauerhaft Heizkosten, während für die dickere Dämmung nur einmalig geringe Mehrkosten anfallen. Da die Wärme im Haus nach oben steigt, macht sich Zusatzdämmung bei diesem Bauteil noch schneller bezahlt.

Handelt es sich bei der obersten Geschossdecke um eine Holzbalkendecke, sollte ein Energieberater oder eine Energieberaterin hinzugezogen werden. Die Fachleute prüfen dann vor Ort, ob und wo eine Dampfbremse erforderlich ist und wie diese an benachbarte Bauteile korrekt angeschlossen wird. Diese schützt die Dämmung vor Feuchteschäden, indem sie den Eintrag feuchter Luft aus dem Zimmer in die Dämmschicht und das Bauteil verringert. Weitere Unterstützung zur Umsetzung gibt es beim Fachhandwerk der Stuckateure und Zimmerer sowie bei Gebäudeenergieberaterinnen und Gebäudeenergieberatern.

Zukunft Altbau informiert Eigentümerinnen und Eigentümer von Wohnhäusern und Gebäuden neutral über den Nutzen einer energetischen Sanierung und wirbt dabei für eine qualifizierte und ganzheitliche Gebäudeenergieberatung. Das vom Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft Baden-Württemberg geförderte Informationsprogramm berät gewerkeneutral, fachübergreifend und kostenfrei. Zukunft Altbau hat seinen Sitz in Stuttgart und wird von der KEA Klimaschutz- und Energieagentur Baden-Württemberg umgesetzt.

Ansprechpartner Pressearbeit

Axel Vartmann, PR-Agentur Solar Consulting GmbH,
Emmy-Noether-Straße 2, 79110 Freiburg,
Tel. +4976138 09 68-23, vartmann@solar-consulting.de,
www.solar-consulting.de

Ansprechpartnerin Presse Zukunft Altbau

Marietta Weiß, Zukunft Altbau,
Gutenbergstraße 76, 70176 Stuttgart,
Tel. +49 711 489825-13, marietta.weiss@zukunftaltbau.de,
www.zukunftaltbau.de



Wertvolle Tipps zur Kellerdeckendämmung in Eigenregie gibt es bei Energieberaterinnen und Energieberatern.

Foto: Zukunft Altbau

Das Bildmaterial erhalten Sie von Solar Consulting oder über <https://energie.themendesk.net/zukunft-altbau/>