



Wenn Sie für die Dämmung des Estrichbodens eine trittfeste Dämmplatte verwenden, ist das Verlegen keine Hexerei. Mit etwas Geschick können Sie die Arbeit auch selber ausführen. Dazu brauchen Sie diese Utensilien: wasserfesten Holz-Kaltleim, Handkreissäge, Silikon, geeignetes Klebeband, Luftdichtungsschicht und Hartholzfeder. (Fotos: Flumroc AG)

Machen Sie jetzt den ersten Schritt und dämmen Sie den Estrichboden!

Nichts ist einfacher. Nichts geht schneller. Und nichts ist so günstig und gleichzeitig so wirksam.

Mit der wirksamsten aller Sofortmassnahmen sparen Sie auf einen Schlag bis zu 15 Prozent der Heizkosten. Im Laufe der Jahre und Jahrzehnte kommt so eine hübsche Summe zusammen. Ausserdem bekommen Sie vom Gebäudeprogramm pro Quadratmeter einen Zuschuss von 15 Franken. Und die Investitionskosten können Sie erst noch von den Steuern abziehen.

HANS ROHNER

Nun gibt es wirklich keinen triftigen Grund mehr, die längst fällige Wärmedämmung des Estrichbodens weiter aufzuschieben. Es sei denn, Sie lassen das Haus nächstes Jahr abbrechen oder Sie haben bereits eine Baubewilligung für den Ausbau des Estrichs zu einem beheizten Wohnraum eingereicht. In allen anderen Fällen können Sie nur gewinnen, denn die Investition ist schnell amortisiert.

Warum im Estrich beginnen?

Der Boden eines unbeheizten Estrichs, der als Abstellraum benutzt wird, gehört zur Gebäudehülle. Er trennt die Decke der Wohnräume von der Aussenwelt und muss deshalb gedämmt werden. Sonst entweicht im Winter die Wärme in rauen Mengen und im Sommer dringt die Hitze ein. Obwohl die Fassadenflächen meist mehr Quadratmeter umfassen, ist ein ungedämmter Estrichboden (bzw. das Dach) aus physikalischen Gründen das grösste «Loch» in der Gebäudehülle. Deshalb lohnt es sich, hier zu beginnen.

Auch die baulichen Voraussetzungen sind ideal: In der Regel handelt es sich um eine grosse rechteckige Fläche, die höchstens durch wenige Stützbalken und den Kamin durchbrochen wird. Da freut man sich gleich auf die Arbeit. Die Dämmung des Daches, die wärmetechnisch zum gleichen Resultat führt, ist viel aufwendiger und deshalb auch wesentlich teurer.

Natürlich könnten Sie gleichzeitig mit dem Estrichboden auch die Fassade dämmen und die Fenster ersetzen. Aber nehmen Sie sich nicht zuviel auf einmal vor, denn wenn das Projekt immer grösser und immer kostspieliger wird, bleibt es erfahrungsgemäss oft bei der kühnen Absicht. Beginnen Sie dort, wo es am meisten einschenkt. 15 Prozent weniger Heizkosten sind ein stolzer Betrag. Für die weiteren rund 35 Prozent, die Sie mit einer Gesamtanrierung einsparen können, müssen Sie

wesentlich tiefer in die Tasche greifen. Mit einer Dämmung des Estrichbodens schöpfen Sie also ohne grossen Aufwand bereits gut einen Fünftel des Potenzials aus.

Fassen Sie sich also ein Herz und machen Sie den ersten Schritt – dem Klima und dem Portemonnaie zuliebe! Und schicken Sie uns per Mail ein Foto, das Sie oder die ganze Familie oder den beauftragten Handwerker bei der Arbeit zeigt (redaktion@energycom.ch). Die interessantesten Fotos werden wir in der nächsten Ausgabe des Extrablatts für Hausbesitzerinnen und Hausbesitzer veröffentlichen.

Wie vorgehen?

Am einfachsten ist es, wenn Sie eine stabile, trittfeste Dämmplatte verwenden. Das erspart Ihnen eine aufwendige Balkenkonstruktion. Sie haben die Wahl zwischen einem Estrichboden-

element mit aufgeklebter Holzspanplatte und einer Dämmplatte mit separater Spanplatte. Die Verbindung der Spanplatten erfolgt in beiden Fällen mit Nut und Feder. Das heisst: Eine Hartholzeleiste – die sogenannte Feder – wird in die Nut gestossen, die in die Kante der Spanplatte eingefräst ist.

Das Element mit aufgeklebter Spanplatte hat den Vorteil, dass das Verlegen in einem Arbeitsgang erfolgt. Das fertige Resultat ist sofort sichtbar. Profi-Handwerker arbeiten oft lieber mit grossen Spanplatten. Obwohl sie zuerst die Dämmschicht und dann den Boden verlegen müssen, kommen Sie dank der Routine schneller voran.

Die Dicke der Dämmschicht sollte nach Empfehlungen von Fachleuten mindestens 14 bis 20 cm betragen. Je nach Fabrikat erreicht bereits eine 14 cm dicke Dämmplatte den vom Gebäudeprogramm geforderten U-Wert (0.25 W/m²K).

Es dürfen aber auch mehr als 20 cm sein, denn dicker ist immer besser.

Noch Fragen?

Wie einfach das Dämmen des Estrichbodens ist, zeigt die Arbeitsanleitung auf der folgenden Seite. Falls Sie sich das nicht zutrauen, verlangen Sie bei einem Handwerker (Schreiner, Holzbauer usw.) eine Offerte.

Auch wenn Sie gut mit einer Handkreissäge und Holz-Kaltleim umgehen können, lassen Sie sich trotzdem von einer Fachperson beraten. Denn bei der Wärmedämmung gibt es immer technische Details oder kritische Punkte, die beachtet werden müssen. Wenn das Werk fertig ist, ist es dafür meistens zu spät.

Ein Beratungsgespräch bietet beispielsweise auch der Dämmplattenhersteller Flumroc an. Mehr Informationen über diesen Service und die Flumroc-Broschüre zum Thema Estrichboden finden Sie auf Seite 30.

INFO

www.dasgebaeudeprogramm.ch

Auf der Internetseite des Gebäudeprogramms finden Sie alle notwendigen Informationen über die Förderbeiträge und das Gesuchsformular Ihres Kantons.

Ihr Gesuch muss unbedingt vor Baubeginn eingereicht werden. Auf eigenes Risiko können Sie jedoch vor Erhalt des Förderbescheids mit dem Bau beginnen.



Die Dämmplatten sollten mindestens 14 bis 20 cm dick sein, damit im Winter die Wärme aus dem Haus nicht nach oben entweicht und im Sommer die Hitze nicht nach unten gelangt.

Vorbereitung

Ob Sie ein Estrichbodenelement oder eine Dämmplatte mit separater Holzspanplatte verwenden – die Vorbereitung ist in beiden Fällen gleich:



Zuerst wird die Luftdichtschicht auf der ganzen Bodenfläche verlegt und an den Rändern hochgezogen. Auch an Stützbalken und am Kamin.



Dann werden Stösse und Randfugen mit geeignetem Klebeband bzw. geeignetem Randanschlusskleber luftdicht verschlossen.

Richtpreise

Wenn Sie einen Handwerker mit der Dämmung des Estrichbodens beauftragen, müssen Sie mit Kosten von **Fr. 150.- bis 170.-** pro Quadratmeter rechnen. In diesem Richtpreis ist alles inbegriffen: Arbeit, Dämmplatten, Spanplatten, Dampfbremse, Klebeband und so weiter.

Den vom **Gebäudeprogramm** und von den **Mustervorschriften im Energiebereich (MuKE)** verlangten U-Wert von 0.25 W/m²K erreichen Sie bequem mit einem Estrichbodenelement, das aus einer 16 cm dicken Dämmplatte und einer aufgeklebten 16-mm-Spanplatte besteht. U-Wert: 0.21 W/m²K. Kostenpunkt: rund Fr. 150.- pro Quadratmeter fertig verlegt.

Nur wenig mehr – nämlich etwa Fr. 170.- pro Quadratmeter – bezahlen Sie, wenn Sie den tieferen **Minergie-U-Wert** von 0.15 W/m²K erreichen wollen. Dafür gibt es zwei Möglichkeiten: Sie verlegen zuerst eine 12 cm dicke, dann eine 10 cm dicke Dämmplatte und zum Schluss eine 16 oder 19 mm starke Spanplatte. Oder Sie verwenden wiederum eine 12-cm-Dämmplatte und darüber ein Estrichbodenelement, das samt Spanplatte 11,6 cm dick ist. **Fazit:** Eine bessere Dämmung mit dickeren Platten lohnt sich immer, weil die Mehrkosten sehr gering sind.

Estrichbodenelement mit aufgeklebter Holzspanplatte



1 Das erste Estrichbodenelement platzieren.



2 Nut und Feder mit Holz-Kaltleim verkleben.



3 Die eingefräste Nut in die Hartholzfeder schieben und satt andrücken.

Dämmplatte mit separater Holzspanplatte



1 Dämmplatten auf der ganzen Bodenfläche verlegen.



2 Nun wird der Spanplattenboden verlegt. Nut und Feder mit Holz-Kaltleim verkleben. Die Spanplatte «schwimmt» auf der Dämmplatte und wird nicht mit ihr verklebt.



3 Der Spanplattenboden wird ebenfalls versetzt verlegt. Kreuzfugen sind auch hier zu vermeiden.

Versetzt verlegen!



Damit eine homogene Dämmschicht entsteht, müssen die Platten unbedingt versetzt verlegt werden. Kreuzfugen sind zu vermeiden. Allfällige kleine Zwischenräume zu den Mauern werden nachträglich mit Dämmmaterial gefüllt. Separate Holzspanplatten können grösser sein als die Dämmplatten. Auch sie werden versetzt verlegt.



4 Die Fugen werden durch Klopfen bündig verschlossen. Ein Schlagholz dient dabei als Kantenschutz.