

Energiebewusst und gesund wohnen durch richtiges Lüften und Heizen

Die Preise für Öl, Gas und andere Energieträger sind hoch und selbst für regenerative Brennstoffe aus Holz o.a. ist mit Preisanstiegen zu rechnen. Als Mieter merken Sie diese Entwicklung letztlich in Ihren Energie- und Nebenkostenabrechnungen. Wir sagen Ihnen, wie Sie selbst aktiv gegensteuern können und dabei sowohl Kosten sparen als auch gesund wohnen sowie noch zusätzlich einen Beitrag für die Umwelt leisten:

Es gibt bestimmte Regeln, die helfen, die Heizkosten zu senken ohne zu frieren, vorausgesetzt, Sie scheuen nicht vor einer laufenden Verbrauchskontrolle zurück und sind bereit, Ihr Nutzerverhalten und das ihrer Familienmitglieder bewusst neu anzupassen. Denn der nächste Winter kommt bestimmt...

Auch wenn der Winter mild verläuft, durch jedes Grad niedrigere Raumtemperatur lassen sich ca. 6 Prozent an Heizkosten sparen. Zudem gilt, dass Ihr Energieverbrauch bereits im Zusammenhang mit dem richtigen Lüften reduziert werden kann.

Sparsam heizen bedeutet nicht gleichzeitig frieren. Besonders, wenn Sie in einem Haus mit massivem Mauerwerk wohnen, ist vor allem gleichmäßiges Heizen wichtig, um das Wärmeverhalten der Wände richtig zu nutzen.

Nutzen Sie Thermometer und Hygrometer, so können Sie selbst jederzeit wichtige Messungen durchführen, um anschließend bestimmte Maßnahmen zu ergreifen - wie Thermostat regeln oder Stoßlüften u.a.

Mit den folgenden Tipps zum sparsamen Heizen bieten wir Ihnen unabhängig von der Energieeffizienz Ihres Wohnraums die Möglichkeit, Ihre Heizkosten zu senken. Schließlich werden bis zu 90 Prozent des Energieverbrauchs der Haushalte für Heizung und Warmwasser benötigt.

Tipps zum richtigen Heizverhalten

Heizkörper checken

Überprüfen Sie zu Beginn der Heizperiode Ihre Heizkörper. In den Heizkörpern sollte sich keine Luft ansammeln. Gluckernde Heizkörper sind Energiefresser! Durch Luftblasen im Heizkörper kann das Wasser nicht voll zirkulieren, dadurch wird der Heizkörper ungleichmäßig oder gar nicht warm. Deshalb bei Bedarf die Heizung entlüften.

Das geht ganz einfach: Sie öffnen an jedem Heizkörper das Ventil und lassen die Luft entweichen. Stellen Sie ein Gefäß darunter, damit eventuell austretendes Wasser aufgefangen wird. Wenn das Ventil zu tropfen beginnt, ist die Luft aus dem Heizkörper entfernt, und Sie müssen das Ventil wieder schließen. Eventuell müssen Sie sich dazu einen kleinen Vierkant-Entlüfterschlüssel aus dem Fachhandel besorgen.

Heizung ausschalten kann sinnvoll sein

In der Übergangszeit lohnt es sich bereits, die Heizung für 2-3 Tage auszuschalten.

Bei Abwesenheit von bis zu ca. drei Wochen kann auch in der kühleren Jahreszeit der Thermostat auf Frostschutzposition gestellt werden. Dadurch werden Heizung und

Wohnung vor Frost geschützt, ohne Kosten und Energie zu vergeuden. Die Raumtemperatur sollte aber auch dann 12 °C nicht unterschreiten.

Sobald die Außentemperatur längere Zeit über 15 °C steigt, kann die Heizung auf Sommerbetrieb umgestellt oder ganz ausgeschaltet werden.

Die richtige Raumtemperatur wählen

Jedes Grad Temperaturabsenkung spart bis zu sechs Prozent Heizkosten. Deshalb sollte die Raumtemperatur im Arbeits- und Wohnbereich nicht mehr als 18-20 °C betragen, in der Küche reichen meist 18 Grad, da Kühlschrank und Herd mitheizen, im Schlafbereich sorgen 16 °C für einen gesunden Schlaf, und im Bad verbreiten bereits 22 °C statt 24 °C ausreichend Wohlbehagen. Dadurch geht durch das Lüften nach dem Duschen oder Baden weniger Energie „verloren“.

Natürlich ist die Wohlfühltemperatur eine ganz individuelle Größe – Wer sich im Winter gern ohne Pullover und warme Socken zu Hause aufhält, muss dafür tiefer in die Tasche greifen.

Temperaturabsenkung klug bedacht

In der Nacht sollte die Raumtemperatur um 2-4 Grad abgesenkt werden. In wenig genutzten Räumen bzw. wenn ein niedrigeres Temperaturniveau gewünscht wird, ist es ebenfalls sinnvoll, die Heizung zu reduzieren, wenn Folgendes beachtet wird:

Die Zimmertemperatur darf nicht unter 16 °C sinken, damit die Wände nicht auskühlen und die Gefahr von Schimmelbildung vermieden wird.

Wegen dieser Effekte sind auch die Türen zu wärmeren Bereichen geschlossen zu halten, d.h. nicht vom Wohnzimmer das Schlafzimmer mitheizen. Ansonsten dringt mit der wärmeren Luft zu viel Feuchtigkeit ein, die sich beim Abkühlen der Luft dann zum Teil als Kondensat an den kältesten Wandteilen niederschlägt.

Räume mit ausgekühlten Wänden erfordern einen deutlich erhöhten Einsatz an Heizenergie im Fall der Nutzung, wobei nicht nur eine Raumtemperatur von 20 °C über die thermische Behaglichkeit entscheidet, sondern auch die Strahlungswärme der Wände.

Grundsätzlich gilt, dass alle Räume ausreichend und vor allem möglichst kontinuierlich geheizt werden. Wiederholte kurzzeitige Heizpausen während des Tages machen keinen Sinn.

Die Heizung sollten Sie also auch bei Abwesenheit tagsüber am besten nie ganz abstellen. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer, als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.

Bei Räumen, die sie z.B. nur am Tag nutzen, genügt das Aufdrehen des Thermostaten 1 Std. vor Nutzungsbeginn, und das Zudrehen kann bereits 1 Std. vor der Schlafenszeit erfolgen.

An sehr kalten Tagen gilt es, die Heizpausen zu reduzieren und auf die nächtliche Heizunterbrechung auch ganz zu verzichten.

Raumlufttemperatur und Behaglichkeit als Einheit sehen

Die Temperaturen sollten nicht in allen Räumen um 1 oder 2 Grad abgesenkt werden, sondern für jeden Raum individuell entsprechend der Behaglichkeitserwartung eingestellt werden.

An kalten Tagen als behaglich empfundene Temperaturen können bei Übergang zu milder Witterung zurückgenommen werden.

Thermische Unbehaglichkeit in Wohnräumen ist mitunter auf zu kalte Nebenräume zurückzuführen. Es empfiehlt sich dann, deren Grundtemperierung anzuheben.

Bedarfsgerechte Temperaturregelung

Haben Sie Thermostate mit einstellbaren Anschlägen, dann nutzen Sie diese zur präzisen Regelung Ihrer gewünschten Normal- und Absenkttemperatur.

Sie können mit zwei Punkten dafür sorgen, dass geöffnete Thermostatventile richtig arbeiten: Vermeiden Sie Kaltluft und fehlende Luftzirkulation – denn darauf reagieren die Regler falsch.

Richtig eingestellte Thermostatventile liefern automatisch die gewünschte Raumtemperatur. Ändern Sie die Einstellung (also nur) bei Bedarf, z.B. nachts in nicht genutzten Räumen, bzw. wenn Sie lüften oder wenn Sie es einfach zu warm empfinden.

Ermitteln Sie mit einem Raumthermometer, ob eine Raumtemperatur von 20 °C der Stufe drei auf dem Thermostatventil entspricht und Sie bei Stufe 4 auf 22 °C Raumtemperatur kommen. In diesem Fall können Sie in Ihrem Schlafraum das Thermostatventil auf Stufe 1 einstellen.

Damit Sie nicht an das Herunterregeln für die Nacht bzw. bei regelmäßiger Abwesenheit denken müssen, erwägen Sie vielleicht den Einsatz programmierbarer Thermostate, die auf das Ventil des Heizkörpers geschraubt werden.

Ausreichende Luftzirkulation gegen Schimmelbildung

Heizkörper müssen die Wärme frei an die Raumluft abgeben können. Deshalb dürfen sie nicht durch Verkleidungen, lange Vorhänge oder Möbel zugestellt werden. Solche Art Innenraumarchitektur ist zwar dekorativer als ein schlichter Heizkörper, sie führt aber zum Wärmestau und wird mit ca. 10 Prozent erhöhtem Heizbedarf erkaufte. Wer Gardinen wünscht, sollte Vorhänge wählen, die oberhalb des Heizkörpers enden.

Auch zum Wäschetrocknen sind Heizkörper ungeeignet. Effektiver ist es, den Wäschetrockner gut zu füllen.

Große Schränke sollten nicht zu dicht an kritische Wände (wie Außenwände, Wände zum Treppenhaus o.a.) angerückt werden. Möbelstücke, besonders solche auf geschlossenem Sockel, sollten deshalb mindestens 5 cm (besser 10 cm) Abstand zur Wand haben.

Wärmeverluste selbst bekämpfen

Rollläden und Vorhänge sollten in der Nacht geschlossen werden. Es lohnt sich auch, zu prüfen, ob Sie selbst die Rollladenkästen abdichten können – auch um Schimmel zu vermeiden.

Die Wand hinter dem Heizkörper lässt sich zusätzlich dämmen (z.B. Aluminiumfolie beim nächsten Renovieren unter die Tapete setzen), besonders wenn es sich um eine Nische unter dem Fenster handelt. Dadurch lassen sich bis zu 4 Prozent Heizkosten sparen.

Ritzen und Spalten an Fenstern und Türen (das gilt auch für Steckdosen) verursachen unangenehm kalte Zugluft, und Heizenergie geht nutzlos verloren. Eine Kerze an einem windigen Tag zeigt Ihnen, wo Undichtigkeiten sind. Diese sollten Sie mit Dichtband oder Ähnlichem abdichten. Lustige Stofftiere als Türtiger eingesetzt, erfüllen auch ihren Zweck und lassen sich nach der Heizperiode bequem wegräumen.

Bei Einfachglasfenstern reduziert eine am Fensterrahmen angebrachte durchsichtige Isolierfolie die Heizkosten bis zu 10 Prozent.

Lüften sorgt für ein gesundes Raumklima

Lüften hat zwei Aufgaben:

- Verbrauchte Luft durch hygienisch einwandfreie zu ersetzen, je nach Raumgröße und Lebensart (Rauchen, körperliche Aktivitäten etc.) mehrmals pro Tag.
- Feuchte Raumluft an die trockenere Außenluft abzuführen, je nach Wohnungsgröße und Intensität der Nutzung 10-30 Liter Wasserdampf pro Tag!

Schenken Sie der Raum- und Wohnungslüftung daher Ihre erhöhte Aufmerksamkeit!

Besonders bei fugendichten Fenstern und intensiver Nutzung (Kochen, Wäsche trocknen, Duschen,) ist es notwendig geworden, öfter zu lüften als früher. Nur in unsanierten Altbauten „nehmen“ Ihnen die undichten Fenster diese Aufgabe ab.

Moderne Fenster und Türen halten die Luftfeuchtigkeit im Raum. Schlägt sie sich an kühlen Wänden oder anderen Stellen (wie Kältebrücken in Zimmerecken, Fenster-Wandübergängen oder andere nicht nahtlos isolierte Bereiche) nieder, kann sich Schimmel bilden.

Als Faustregel gilt: Je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss kurz gelüftet werden. Durch falsches Lüften werden die größten Wärmeverluste eines Hauses erzeugt. Lüften sie bedarfsgerecht und dennoch energiebewusst. Das gelingt am besten durch kurzes intensives Lüften, sogenanntes Stoßlüften.

Luftfeuchtigkeit lässt sich optimal einstellen

Entscheidend ist, dass die relative Luftfeuchte mit 35-65 Prozent stets innerhalb der Behaglichkeitsgrenzen liegt.

Behalten Sie die Feuchtigkeit mit einem Hygrometer im Blick, um die kritische Grenze für Kondensatbildung und Schimmelgefahr rechtzeitig zu erkennen und durch gezieltes Lüften gegenzusteuern.

Feuchte Luft wird wärmer empfunden und reduziert das Aufwirbeln lästiger Staubartikel. Pflanzen und Luftbefeuchter heben das Wohlfühl.

Aber: Bad- und Küchendämpfe sollten Sie umgehend aus der Wohnung abführen.

Nutzen Sie beim Kochen nur soviel Wasser wie nötig, neben der überschüssigen Wassermenge vermeiden Sie zusätzlichen Wasserdampf.

Lüftungsdauer nach Witterung und Luftfeuchte im Raum ausrichten

Die Mindestzeit für das Lüften richtet sich dabei nach dem Unterschied zwischen Raum- und Außentemperatur sowie den Windverhältnissen. Lüften Sie nicht zu lange, sonst kühlen die Wände aus und es dauert länger, bis es wieder warm wird (- dann wird Energie verschwendet).

Bei Außentemperaturen im Frostbereich genügen wenige Minuten für den Luftaustausch, aber selbst bei milden Temperaturen und Windstille reichen im allgemeinen 15 Minuten Stoßlüften aus. Auch an Regentagen funktioniert die Regel, da die kalte Frischluft draußen trockener ist als die warme Raumluft.

Richtig Lüften spart Energie

So lüften Sie richtig: Vermeiden Sie Dauerlüften und damit ständige Wärmeverluste während der Heizperiode. Ständig geöffnete Kippfenster verschwenden viel Energie und verbessern die Luftqualität nicht.

Kippen Sie zum Lüften nicht das Fenster, sondern öffnen Sie das Fenster vollständig und drehen dabei die Raumthermostate zurück. Diesen Vorgang sollten Sie fest in Ihren Alltag integrieren. Kippfenster sind ideal – wenn sie im Winter geschlossen bleiben.

Permanenter Luftaustausch durch gekippte Fenster zwingt besonders die direkt darunter angebrachten Heizkörper zum Nachheizen. Die erzeugte Wärme entweicht aber durch den Sog am offenen Fensterschlitz permanent nach draußen und der Raum bleibt kalt.

Lüften Sie ausreichend und mehrmals am Tag! Das ist am effektivsten und am sparsamsten.

Morgens in der Wohnung einen kompletten Luftwechsel durchführen. Am besten Durchzug machen, ansonsten in jedem Zimmer das Fenster weit öffnen, also nicht von einem Zimmer in ein anderes, sondern nach draußen lüften.

Vormittags und nachmittags nochmals die Zimmer lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben.

Abends einen kompletten Luftwechsel inklusive Schlafzimmer vornehmen.

Bei Abwesenheit über den Tag ist natürlich auch das Lüften tagsüber nicht möglich, aber auch nicht nötig! Hier reicht es, morgens und abends richtig zu lüften.

Lüften Sie zusätzlich bei Anfall großer Mengen Wasserdampf, z. B. durch Kochen, Baden, möglichst sofort und auf dem kürzesten Weg (bei innenliegenden Räumen ohne Fenster durch ein anderes Zimmer) nach draußen ab. Die anderen Türen geschlossen halten, damit sich der Wasserdampf nicht gleichmäßig in der gesamten Wohnung verteilt.

Wenn Wäsche in der Wohnung getrocknet werden muss, weil ein Trockenraum fehlt, sollten Sie dieses Zimmer öfter lüften. Achten Sie auf geschlossene Zimmertüren und denken Sie auch an einen Extralüftungsvorgang nach dem Bügeln.

Zeitweise geöffnete Fenster nach dem Ablüften nicht „vergessen“ wieder zu schließen.

Unsere Tipps zum Sparen von Kosten für den Energieverbrauch im Haushalt möchten wir auf das Thema Wasser erweitern.

Als Mieter können Sie Ihren Wasserverbrauch durch Ablesen der Zählerstände regelmäßig kontrollieren und schaffen sich dadurch eine Orientierung, welche Wassermenge Sie pro betrachtetem Zeitraum benötigen.

Es stellen sich mehrere Fragen:

Macht Wasser sparen Sinn?

Deutschland ist im Vergleich mit anderen Regionen der Erde ein wasserreiches Land. Selbst bei Zunahme trockener Witterungsabschnitte im Zuge eines Klimawandels sind die Auffüllung der Grundwasserspeicher durch ausreichende Niederschläge und eine nachhaltige Gewässerbewirtschaftung langfristig nicht gefährdet.

Die Versorgungsunternehmen kennen bei der Bereitstellung von Trinkwasser in Deutschland daher keine Mengenprobleme.

Trotzdem ist ein verantwortungsvoller Umgang mit dem „nassen Element“ angeraten und vor allem sein Schutz vor Verschmutzung trägt zum Erhalt der Umwelt bei.

Zu einem nachhaltigen Umgang mit Wasser als Lebensmittel Nr. 1 gehört, dass es bewusst verwendet und nicht verschwendet wird, zumal sich auch Trinkwasser nicht ohne volkswirtschaftlichen bzw. energetischen Aufwand herstellen lässt. Eine sinnvolle Wassernutzung beschränkt sich nicht auf das Sparen in der Menge - die Hauptaufgabe besteht vorrangig darin, bei seiner Verwendung das Wasser möglichst wenig zu belasten.

Welche Argumente spielen bei der Wasserbereitstellung eine Rolle?

Wegen Aufwendungen für das Rohrleitungsnetz u.a. Faktoren bestehen ca. 80 bis 90 Prozent der Kosten eines Wasserversorgungsunternehmens aus Fixkosten, sind also von der Menge unabhängig. (Die Preise pro Einwohner und Jahr für Trinkwasser + Abwasser liegen bei 82 €+111 € = 193 €.)

Sinkender Wasserverbrauch geht allgemein mit ansteigendem Kubikmeterpreis einher, da die anfallenden festen Kosten auf eine kleinere Menge an Kubikmetern umgelegt werden müssen. Eine weitere Reduzierung des häuslichen Wassergebrauchs ist daher zwar denkbar, aber nicht in jedem Fall vorteilhaft.

Auch muss das Trinkwassernetz immer einen gewissen Wasserdurchsatz aufweisen, denn längere Standzeiten würden die Trinkwasserqualität beeinträchtigen. Das zwingt die Wasserversorgungsunternehmen zum Handeln: Sie müssen das Leitungsnetz häufiger spülen, selbstverständlich mit Trinkwasser. Zu einer tatsächlichen Trinkwassereinsparung kommt es nicht, denn die Kosten für die Reinigungsmaßnahmen werden über die Trinkwasserpreise an die Kunden weitergegeben.

Welche Tipps für die Warm-/Wassernutzung im Haushalt gibt es?

Im bundesdeutschen Durchschnitt werden täglich ca. 131 Liter Wasser pro Person verbraucht. (Die Schmutzwassermenge pro Einwohner und Tag liegt bei 110 Liter.)

So lassen sich unnötige Wasserverluste vermeiden, ohne an Hygiene und Komfort zu sparen:

- Defekte Dichtungen an Wasserhähnen und Toilettenspülungen sofort auswechseln. Der ewig tropfende Hahn oder eine Toilette, die nicht „dicht hält“, verbrauchen weit mehr als gedacht. Ein Tropfen pro Sekunde sind 20 Liter pro Tag, die ungenutzt verloren gehen.

- Duschen statt Baden spart Energie und bis zu 70 Prozent Wasser. Weniger Warmwasserverbrauch bedeutet auch weniger Stromverbrauch. Noch einmal 40 Prozent können eingespart werden, wenn Sparduschköpfe Verwendung finden. Wasser beim Einseifen unter der Dusche abstellen!
- Die gewünschte Wassertemperatur lässt sich mit einem sogenannten Einhebelmischer schneller einstellen, so dass 15 bis 30 Prozent weniger Wasser und Strom verbraucht werden.
- Die Temperatur von Warmwasserspeichern nicht höher als erforderlich einstellen. Heißer als 55-max. 60 °C sollte Ihr Warmwasser nicht sein. Zu hohe Temperaturen haben zudem mehr Kalkablagerungen zur Folge.
- Beim Zähneputzen und Rasieren den Wasserhahn nicht unnötig laufen lassen.
- Beim Neukauf einer Waschmaschine auf den Wassergebrauch achten. Sparsame Modelle kommen mit rund 40 bis 50 Litern Wasser je Waschgang aus.
- Das Gleiche gilt für den Kauf eines Geschirrspülers. Der Wassergebrauch für zwölf komplette Gedecke sollte zwischen 12 und 15 Litern liegen. Bei Handreinigung Geschirr nicht unter fließendem Wasser abspülen.
- Wasch- und Geschirrspülmaschinen nur voll beladen anstellen, auf die Vorwäsche beziehungsweise das Vorspülen kann oft verzichtet werden.
- Wassersparende Durchflussbegrenzer an einer Entnahmestelle können den Wassergebrauch reduzieren. Sie werden in verschiedenen Ausführungen angeboten. Lassen Sie sich im Fachhandel beraten. Achtung: Bei Durchlauferhitzern und drucklosen Wasserspeichern dürfen Durchflussbegrenzer nicht eingesetzt werden, um Störungen an den Geräten zu vermeiden.
- Sparsame Spülkästen für das WC benötigen heute nur noch sechs Liter Wasser und sind mit einer Spartaste ausgestattet, die eine Wasserunterbrechung ermöglicht. Das Toilettenbecken muss jedoch an die verringerte Wassermenge angepasst sein, sonst wird es nicht mehr richtig ausgespült. Der Fachhandel hilft gerne weiter.

Unser Service – Tipps zum richtigen Heizen und Lüften auf einen Blick

1. Stellen Sie die **Heizung auch bei Abwesenheit** nie ganz ab. Sie kommen damit günstiger als durch unregelmäßiges Heizen mit einhergehender Auskühlung der Wände. Das spart Zeit und Geld beim Wiederaufheizen. Zudem bannen Sie die Gefahr der Schimmelbildung durch Kondensat an kalten Wänden.
2. Gewöhnen Sie sich durch entsprechende Bekleidung während der gesamten Heizperiode an **gemäßigte Raumtemperaturen** von 20 °C im Wohn- und Arbeitszimmer, dann empfinden Sie bereits 22 °C im Bad als angenehm, vor allem, wenn Sie kühl bei 16 °C Raumtemperatur schlafen.
3. Als **Faustregel** gilt: Je niedriger die Raumtemperatur, um so öfter muss gelüftet werden, weil Luft in kühlen Räumen nur begrenzt Feuchtigkeit aufnehmen kann.
4. Halten Sie die **Türen** zwischen unterschiedlich warmen Räumen **geschlossen**. Sie vermeiden dadurch den Niederschlag von feuchter Luft an kalten Zimmerecken.
5. Sorgen Sie für ein **gesundes Raumklima**, indem Sie durch regelmäßiges Lüften Raumfeuchtigkeiten zwischen 40 und 60 Prozent schaffen.
6. Energiesparendes Lüften erreichen Sie durch **Stoßlüften mehrmals täglich**, wobei mit weit geöffneten Fenstern und Durchzug bereits in 5 bis 10 Minuten ein vollständiger Luftaustausch erzielt wird.
7. Mit dauernder **Kippstellung der Fenster** erreichen Sie längst **nicht** die gleiche Wirkung, da sich die Frischluft nicht gleichmäßig verteilen kann. Dafür kühlen Fensterstürze und angrenzende Wandflächen übermäßig aus. Die Gefahr der Schimmelbildung steigt und die Höhe ihrer Energierechnung auch.
8. **Lüften** Sie bei Bedarf (Duschen, Baden, Kochen, Wäsche trocknen, Bügeln,...) möglichst sofort **zusätzlich** nach draußen ab und halten die **Türen zu** anderen Räumen geschlossen.
9. Machen Sie bei gluckernenden Geräuschen oder wenn der Heizkörper nicht gleichmäßig warm wird, den **Heizkörperscheck** und lassen durch das geöffnete Ventil die Luft heraus. Das spart Energie.
10. Sorgen Sie für ausreichend **gute Luftzirkulation** zwischen Möbelstücken und kritischen Wänden durch mindestens 5 bis 10 cm Abstand und verstellen Sie die Heizkörper möglichst nicht durch Verkleidung oder lange Gardinen.

ennovatis GmbH
 Dechwitzer Straße 11
 D-04463 Großpösna
 Tel.: +49 (0) 34297 9887- 0
 Fax: +49 (0) 34297 9887- 11
 E-Mail: info@ennovatis.de
www.ennovatis.de

