



Kurzinfo Lüften und Heizen

Wer weiß, wie man effizient lüftet und heizt, kann viel Energie und Geld sparen. Auf diesem Informationsblatt erhalten Sie die wichtigsten Hinweise dafür.

Das 1x1 des energiesparenden Lüftens

Warum lüften?

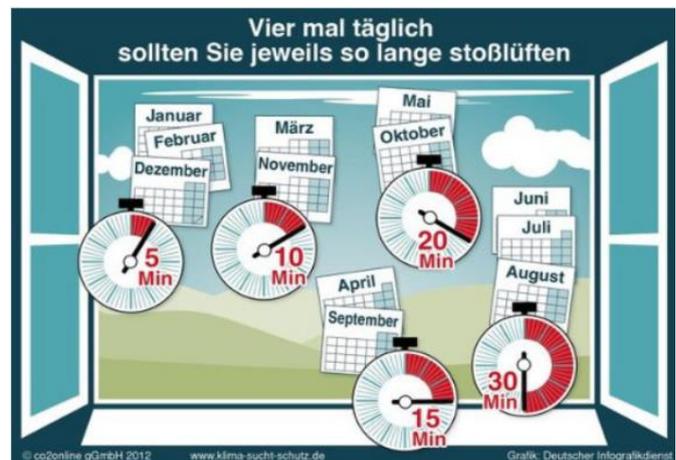
- Um Feuchtigkeit aus dem Raum abzuführen und Schimmelgefahr zu vermeiden.
- Um abgestandene Luft zu erneuern.

Wann lüften?

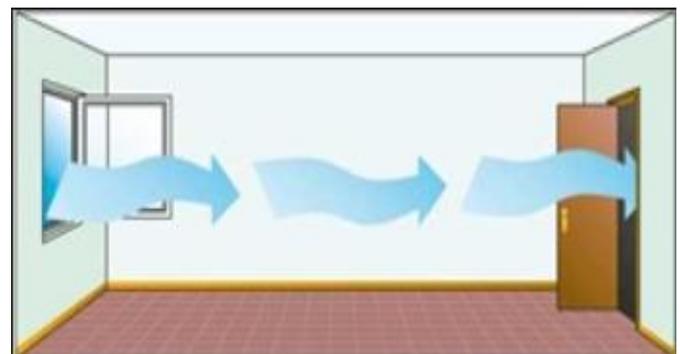
- Lüften Sie Küche und Bad unmittelbar nach dem Waschen, Kochen oder Wischen.
- Schlafräume sollten kurz nach dem Aufstehen gelüftet werden.

Wie lüften?

- Für besonders effektiven Luftwechsel sorgt Querlüften mit offenen Innentüren und geöffneten Fenstern an der gegenüberliegenden Seite der Wohnung (Durchzug).
- Wenn Sie in Bad oder Küche lüften, um hohe Luftfeuchtigkeit abzuführen, halten Sie die Türen zu Nebenzimmern geschlossen.
- Lüften Sie kurz aber effektiv. D.h., 2 bis 5 Minuten mit weit geöffneten Fenstern. Beim Kipplüften erfolgt der Luftaustausch zu langsam und es besteht die Gefahr, dass die Wände zu sehr auskühlen.
- Dauerlüften unbedingt vermeiden.
- Wenn Sie während des Lüftens die Heizung abdrehen, können Sie viel Energie sparen.
- Im Winter bleiben die Fenster nachts am besten geschlossen.



1. Quelle: www.heizsparer.de (vom 12.02.18)

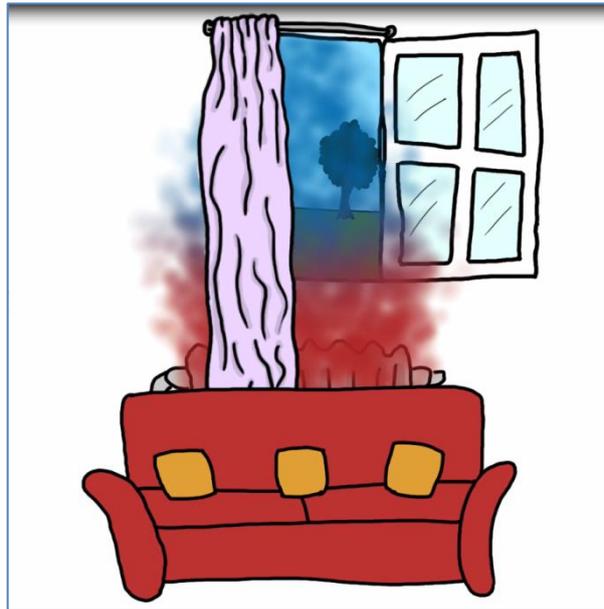


2. Quelle: www.ftm-team.de/lueften (vom 12.02.18)



Energiesparendes Heizen ist nicht schwer

- Die Absenkung der Raumtemperatur um ein Grad bringt Ihnen rund 6 % Energieeinsparung. Heizen Sie bewusst und sparsam. Stellen Sie das Thermostatventil zum Aufheizen nicht höher als die Zieltemperatur. Auch voll aufgedreht, wird die Heizung nicht schneller warm. Soviel genügt:
Stufe 1 12°C,
Stufe 2 16°C
Stufe 3 20°C
Stufe 4 24°C
Stufe 5 28°C
- Temperieren Sie auch die Räume, die kaum bzw. nicht genutzt werden, am besten auf mindestens 16 Grad.
- Insbesondere in Schlafräumen sollte die Temperatur nicht dauerhaft unter 16° C sinken, da es sonst zur Kondensation von Feuchtigkeit an den Wänden und Schimmelbildung kommen kann.
- Versuchen Sie nicht, kühle Räume mit der Luft aus wärmeren Räumen zu heizen. Dadurch gelangt nicht nur Wärme, sondern auch Feuchte in den kühlen Raum. Die relative Luftfeuchte steigt und erleichtert das Wachstum von Schimmelpilzen.



Bei der Raumeinrichtung auch an das Heizen denken

- Verdecken Sie die Heizkörper nicht durch Vorhänge oder Gardinen, damit die Wärme vollständig in den Raum abstrahlen kann.
- Stellen Sie Möbel nicht zu dicht an Außenwände, damit warme Raumluft an die Wand gelangen kann, um diese zu erwärmen. Anderenfalls kann bei gering-gedämmten Häusern kritische Feuchte entstehen. Den richtigen Standort haben Ihre Möbel bei einem Abstand von 5 bis 10 cm zur Außenwand.
- Wenn Vorhänge einen Abstand von einer Handbreit zu Wand und Fußboden haben, kann die Luft frei zirkulieren.
- Beschränken Sie die Anzahl der Zimmerpflanzen, wenn es trotz Lüften dauerhaft zu hohe relative Luftfeuchte in Ihren Räumen gibt.