



RICHTIGES LÜFTEN BEIM HEIZEN

Im Folgenden einige Tipps zum Erreichen einer Raumluft, die den hygienischen Anforderungen und unserem Wohlempfinden während der kalten Jahreszeit entspricht und außerdem noch wirtschaftlich ist:

1. Kontinuierliches Heizen in allen Räumen. Das heißt nicht, dass in jedem Raum die gleiche Temperatur herrschen soll. Richtwerte: Wohn- und Kinderzimmer 20 – 21°C, Schlafzimmer 18°C, Küche 18°C, Bad 21 – 22°C.
2. Stellen Sie bitte große Möbelstücke, die auf einem geschlossenen Sockel stehen, nicht direkt an die Wand. Die Luftzirkulation ist nur gewährleistet, wenn derartige Möbel ca. 5-10 cm von der Wand entfernt stehen.
3. Vermeiden Sie Wärmestaus durch das Verkleiden der Heizkörper oder durch lange Vorhänge.
4. Die Türen zu den weniger beheizten Räumen sollten geschlossen sein. Wenn das nicht der Fall ist, dringt mit der wärmeren Luft aus den Nebenräumen zu viel Feuchtigkeit ein. Dies führt im schlimmsten Fall zu Stockflecken an den Wänden.
5. Eine Dauerlüftung, z. B. durch gekippte Fenster, ist die **größte Energievergeudung**, da ein sehr großer Teil der Wärme nach außen entweicht, besonders dann, wenn sich der Heizkörper unter dem gekippten Fenster befindet. Außerdem bilden sich sogenannte Kältebrücken, welche Schimmelbildung begünstigen. **Dauerlüftung ist für die Frischluftzufuhr völlig ungeeignet. Am effektivsten ist die Stoßlüftung mit Durchzug.** Drosseln Sie die Heizung und öffnen Sie ca. für 5 – 10 Min. 2 – 3 mal täglich die Fenster weit. So entweicht die feuchte und verbrauchte Luft am schnellsten und ein zu starkes Auskühlen der Wände und Möbel wird verhindert. Es wird so weniger Heizenergie zur Wiedererwärmung nötig. In welchen Zeitabständen Sie dies tun, hängt davon ab, ob Sie sich ständig in Ihrer Wohnung aufhalten oder nur morgens und abends daheim sind.
6. **Niemals die Heizung ganz abdrehen** und nur in den Abendstunden anstellen. Das führt keinesfalls zu Energieeinsparungen, sondern in der Regel nur zu schlecht geheizten Räumen.
7. Durch Schließen der Rollläden während der Nachtstunden können bis zu 15% Heizenergie eingespart werden.
8. Die beim Kochen, Baden und Duschen entstehende Feuchtigkeit sollte direkt oder sofort danach hinauslüften.