

20 TIPPS ZUM RICHTIGEN HEIZEN UND LÜFTEN

Hilfreiche Tipps

Durch falsches Lüften ist die Luftqualität in Innenräumen oft zu schlecht und Heizenergie wird verschwendet. Zu hohe Luftfeuchtigkeit in der Wohnung begünstigt außerdem Schimmel.

1. Auch im Herbst und Frühjahr sollten (bei Anwesenheit) folgende Temperaturen eingehalten werden: im Wohnzimmer, Kinderzimmer und in der **Küche 20° C, im Bad 21° C, nachts im Schlafzimmer 16° C**. Als Faustregel gilt: Je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss gelüftet werden.
2. Die Heizung auch bei Abwesenheit tagsüber **nie ganz abstellen**. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.
3. **Innentüren** zwischen unterschiedlich beheizten Räumen tags und nachts **geschlossen halten**.
4. **Nicht vom Wohnzimmer das Schlafzimmer mit heizen**. Das „Überschlagenlassen“ des nicht geheizten Schlafzimmers führt nur warme, aber auch feuchte Luft ins Schlafzimmer, diese schlägt dort ihre Feuchtigkeit nieder.
5. Richtig lüften bedeutet: die Fenster kurzzeitig (5 Minuten reichen oft schon aus) ganz öffnen (**Stoßlüften**). Kippstellung ist wirkungslos und verschwendet Heizenergie.
6. **Morgens** in der ganzen Wohnung einen kompletten **Luftwechsel** durchführen. Am besten Durchzug machen, ansonsten in jedem Zimmer das Fenster weit öffnen.
7. Die Mindestzeit für die Lüftung hängt von dem Unterschied der Zimmertemperatur zu Außentemperatur und davon ab, wie viel Wind weht.
8. Selbst bei Windstille und geringem Temperaturunterschied reichen in der Regel **15 Minuten Stoßlüftung** aus.
9. Je kälter es draußen ist, desto kürzer muss gelüftet werden.
10. Einmal täglich lüften genügt nicht. Vormittags und nachmittags nochmals die Zimmer lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben. Abends einen kompletten Luftwechsel inkl. Schlafzimmer vornehmen.
11. Nicht von einem Zimmer in ein anderes, sondern nach draußen lüften.

20 TIPPS ZUM RICHTIGEN HEIZEN UND LÜFTEN

12. Bei innenliegendem Bad ohne Fenster auf dem kürzesten Weg (durch ein anderes Zimmer) lüften. Die anderen Türen geschlossen halten. Besonders nach dem Baden oder Duschen soll sich der Wasserdampf nicht gleichmäßig in der Wohnung verteilen.
13. Große Mengen Wasserdampf (z.B. durch Kochen) möglichst sofort nach draußen lüften. Auch hier durch Schließen der Zimmertüren verhindern, dass sich der Dampf in der Wohnung verteilt.
14. Wenn **Wäsche in der Wohnung getrocknet werden muss**, weil ein Trockenraum fehlt, dieses Zimmer öfter lüften. **Zimmertüre geschlossen halten.**
15. **Nach dem Bügeln lüften.**
16. **Auch bei Regenwetter lüften.** Wenn es nicht gerade zum Fenster hereinregnet, ist die kalte Außenluft trotzdem trockener als die warme Zimmerluft.
17. **Luftbefeuchter** sind fast immer **überflüssig.**
18. **Bei Abwesenheit über Tage** ist natürlich auch das **Lüften tagsüber** nicht möglich, aber auch **nicht nötig!** Hier reicht es, morgens und abends richtig zu lüften.
19. Bei neuen, **besonders dichten Isolierglasfenstern häufiger lüften als früher.** Auch dann spart man im Vergleich zum alten Fenster Heizenergie.
20. **Große Schränke** sollten nicht zu dicht an kritische Wände angedrückt werden. Aber: **Zwei bis vier cm Abstand müssen reichen.**

Richtig lüften bedeutet:

Fenster kurzzeitig ganz öffnen, Kippstellung ist wirkungslos und verschwendet Heizenergie. Langes Dauerlüften im Winter vermeiden. Dadurch kühlen die Wände zu sehr aus und es wird zusätzlich Heizenergie verbraucht.

(Quelle: Ratgeber vom Deutschen Mieterbund e.V.)

Unsere anwendungstechnischen Empfehlungen, die wir zur Unterstützung des Käufers/Verarbeiters aufgrund unserer Erfahrungen geben, entsprechen dem derzeitigen Kenntnisstand in Wissenschaft und Praxis. Sie sind unverbindlich und begründen kein vertragliches Rechtsverhältnis und keine Nebenverpflichtungen aus dem Kaufvertrag. Sie entbinden den Käufer nicht davon, unsere Produkte auf die Eignung für den vorgesehenen Verwendungszweck selbst zu prüfen. Die allgemeinen Regeln der Bautechnik müssen eingehalten werden. Änderungen, die dem technischen Fortschritt und der Verbesserung des Produktes dienen, behalten wir uns vor. Mit Erscheinen dieser Technischen Information sind frühere Ausgaben ungültig.