

Ratgeber - richtig heizen und lüften

Mit bewusstem Heizen und Lüften können Sie in Ihrer Wohnung ein angenehmes, gesundes Raumklima schaffen.

Doch nicht nur für das Wohlfühl ist ein

vernünftiges Heiz- Lüftungsverhalten bemerkbar. Denn die

Heizung ist der größte Energiefresser im Haushalt:

Sie verbraucht bis zu 80% der anfallenden Energiekosten. Richtiges Heizen und Lüften kann sich also spürbar auf Ihre Abrechnung auswirken.



Heizkosten senken - Klima in der Wohnung verbessern

es wird empfohlen, **ausreichend und gleichmäßig** zu **heizen**. In den Wohnräumen empfehlen Experten 20-21 Grad Celsius als ideale Raumtemperatur, im Schlafzimmer sollte die Temperatur zwischen 15 und 18 Grad Celsius liegen und im Bad zwischen 22 und 24 Grad Celsius.

Bitte behalten Sie folgenden Leitsatz immer im Hinterkopf: **Jedes Grad mehr verursacht 6% mehr Heizkosten.**

Um Kosten zu sparen sollten Sie außerdem die **Heizkörper möglichst frei halten**.

Lange Vorhänge oder davor gestellte Möbel schlucken bis zu 8% der Wärme. Bitte versuchen Sie in Ihrem eigenen Interesse auch nicht die Thermostatventile zu verdecken, da es so nicht richtig die Temperatur regulieren kann.

Sollten Sie **den Tag über abwesend** sein, ist das **kein Grund die Heizung komplett abzustellen**.

Senken Sie die Temperatur nur um einige Grade ab, denn das Wiederaufheizen verbraucht viel mehr Energie, als wenn die Wärme gehalten wird.

Türen zwischen unterschiedlich beheizten Räumen geschlossen halten. Sonst ist es wahrscheinlich, dass die warme Luft sich in den kühleren Räumen als Feuchtigkeit niederschlägt. Das ist die häufigste Ursache für Schimmelbildung an den Wänden.

Ein **weiterer Grund für die Schimmelbildung** kann sein, dass die **Möbel zu dicht an den Wänden** stehen. Aus diesem Grund kann die warme Luft dann nicht richtig zirkulieren weshalb sich ebenfalls Schimmel bilden kann. Experten empfehlen daher einen Abstand der Möbel zur Wand von circa 5- 10 cm.

Das **Schlafzimmer morgens gut durchlüften**. Hier entsteht eine hohe Luftfeuchtigkeit, die durch Lüften beseitigt werden muss. Dadurch wird es ermöglicht, dass die Feuchtigkeit nicht in die Wände und Möbel eindringt. Empfohlen wird außerdem, nie von einem in das andere Zimmer zu lüften, sondern immer nach draußen, auch bei schlechtem Wetter.

Um Ihre Heizkosten zu senken bzw möglichst gering zu halten, wird empfohlen **nie die Fenster auf kipp zu lassen** sondern **lieber öfter Stoßlüftungen vorzunehmen**. Das ist weitaus wirtschaftlicher und effektiver. Dadurch kann die verbrauchte Luft schnell ausgetauscht werden und die Wände kühlen nicht aus, wie es im Fall der dauerhaften Kipplüftung der Fall ist. Regelmäßige Stoßlüftungen werden mehrmals täglich für 5-15 min empfohlen.

Während der Lüftung die Heizkörper abdrehen, sonst heizen Sie gegen die einströmende kalte Luft an und die Wärmeenergie geht direkt nach draußen. Vergessen Sie jedoch nicht, vorallem bei Frost, die Heizung gleich nach der Lüftung wieder aufzudrehen.