

Richtig lüften – Energie sparen und Schimmel vermeiden

Das Grundprinzip des richtigen Heiz- und Lüftungsverhaltens ist einfach: Die alte und verbrauchte Luft soll raus, frische Luft soll rein in die Wohnung. Wenn frische Luft und wohlige Wärme im richtigen Verhältnis stehen, kommt das nicht nur der Gesundheit der Bewohner zugute, sondern insbesondere auch dem gepflegten Zustand der ganzen Wohnung.

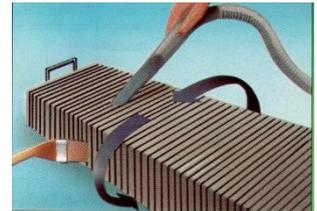
Eine ungenügend geheizte Wohnung wird feucht – und Feuchtigkeit führt zur Bildung von Schimmelpilzen. Sie schadet den Wänden, den Möbeln und den Menschen, die in den Räumen leben. Im späteren Stadium sind dann Stockflecken zu sehen, viel früher aber können schon Allergien und Anfälligkeiten gegen Infektionen auftreten.

Sorgen Sie also während der Heizperiode dafür, dass die Heizung **nie ganz abgestellt** ist. Wenn Sie in dieser Zeit verreisen, sollte der Thermostat so eingestellt werden, dass die Raumtemperatur nicht unter 15° absinkt - Empfehlung: Stufe 2. Dann kühlen die Räume nie ganz aus und bleiben trocken.

Die Pflege der Heizung ist wichtig:

Reinigung der Heizkörper

Reinigen Sie die Heizung mehrmals jährlich. Nehmen Sie hierzu die Verkleidung ab und entfernen Sie den Staub aus den Lamellen mit dem Staubsauger oder einem Pinsel. Das senkt den Heizungsverbrauch und erhöht die Leistung.



Thermostatventile

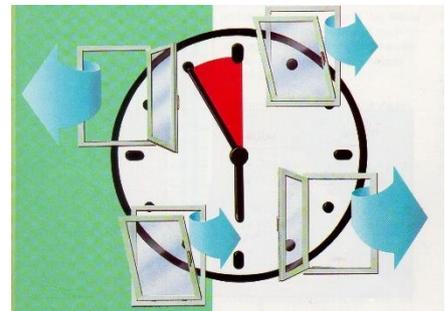
Drehen Sie die Heizungsventile mindestens 1mal pro Monat ganz auf und wieder zu. Sie verhindern damit, dass die Ventilstifte hängen bleiben. Sollte dies doch einmal geschehen, können Sie den Thermostatkopf abschrauben und den dahinter befindlichen Ventilstift durch vorsichtiges dagegen klopfen lösen.

Richtiges Lüftungsverhalten:

Bei ungenügender Lüftung Ihrer Wohnung vermehren sich die Schadstoffe der Luft. Damit Sie nicht mit der Atemluft schädliche Pilz- und Schimmelsporen einatmen, sorgen Sie immer für ausreichenden Luftaustausch. Ganz besonders gilt dies für Neubauwohnungen.

So lüften Sie richtig:

1. Thermostat herunterschalten, Fenster weit öffnen. Nach ca. 5 Minuten Fenster schließen. Thermostat wieder hochschalten.
2. Lüften Sie regelmäßig alle Räume, auch wenn es draußen regnet oder kalt ist.
3. Mehrmals täglich Stoßlüften ist richtig – leichtes Dauerlüften ist falsch, es bildet sich dabei nämlich Kondensfeuchtigkeit. Schlaf- und Badezimmer müssen besonders sorgfältig gelüftet werden (häufiger, aber nicht länger).
4. Lassen Sie Luft an die Wände. Stellen Sie Ihre Möbel eine Handbreit von der Wand weg. Dann kann die Luft zirkulieren.
5. Koch- und Wasserdämpfe, Zimmerpflanzen und der Atem des Menschen sind „Feuchtigkeitsspender“. Deshalb immer einmal öfter lüften im Bad, in der Küche, im Schlafzimmer und in den Räumen mit mehr als drei Topfpflanzen bzw. großen Topfpflanzen. Keine feuchte Wäsche in der Wohnung aufhängen!



Je höher die Außentemperatur, desto länger muss gelüftet werden. Im Hochsommer muss also dreimal so lange gelüftet werden wie im Winter. Während der Heizperiode reichen 5 Minuten pro Lüftungsvorgang aus. Bei längerem Lüften wird zu viel Heizenergie verschwendet. Außerdem besteht die Gefahr, dass die Fensterlaibungen zu stark auskühlen und sich Schimmel bildet.

Drei Mal lüften pro Tag ist das absolute Minimum

- Wer tagsüber nicht zu Hause ist, sollte mindestens 3x täglich Stoßlüften.
- Bei Anwesenheit sollte entsprechend öfter (4-5x täglich) für Durchzug gesorgt werden.
- In Küche und Bad immer nach dem Kochen und Duschen Feuchtigkeit auslüften, im Schlafzimmer nach dem Aufstehen.