

RICHTIGES HEIZEN - Gesundheit schützen, Geld sparen

Kuschelige Wärme und angenehme Luft – erreichen Sie durch gezieltes Heizen und Lüften. Hierbei kommt es darauf an, den goldenen Mittelweg zu finden. Zu ausgiebiges Heizen und Lüften verschwendet Energie. Zu sparsames Heizen und Lüften bedeutet auf Grund der zu hohen Feuchtigkeitsbelastung ein höheres Schimmelrisiko in der Wohnung.

So schützen Sie Ihre Gesundheit und sparen nebenbei Energiekosten:

Mietertipps zum RICHTIGEN HEIZEN

- 20° C bis 22° C Raumlufttemperatur entspricht in der Heizperiode dem zeitgemäßen Wohnstandard.
- Nachts oder bei Abwesenheit ist eine durchgehende Temperatur von 18° C als ausreichend anzusehen.
- Heizen Sie alle Räume .
- Heizkörper auch bei Abwesenheit nie ganz abdrehen (wenn Räume auskühlen, sinken die Wandtemperaturen, das erneute Aufheizen verbraucht viel Energie).
- Heizkörper sollten frei gehalten werden, so dass sich die Wärme im Raum rasch verteilen kann (keine Gardinen/Möbel direkt vor dem Heizkörper).
- Halten Sie die Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen geschlossen. Kühle Räume sollten nicht mit der Luft aus wärmeren Räumen geheizt werden (durch gleichzeitig mitgeführte Luftfeuchtigkeit wird Schimmelbildung in den kälteren Räumen gefördert).
- Beim Lüften die Heizkörperventile zurückdrehen (Ausnahme: bei starkem Frost).

Mietertipps zum RICHTIGEN LÜFTEN

- Lassen Sie Fenster nicht dauerhaft gekippt (Energieverschwendung, da Teile der Wand erheblich auskühlen und sich zudem Kondenswasser bildet).
- Lüften Sie mehrmals täglich mit weit geöffneten Fenstern (Stoßlüften).
- Wohn- und Kinderzimmer 3 – 5 mal täglich 15 Minuten querlüften (Durchzug).
- Schlafzimmer sollten zudem insbesondere morgens und abends gelüftet werden.
- Lüftung mit gekippten Fenstern ist nicht ausreichend, da keine richtige Luftbewegung und somit kein Luftwechsel erzeugt wird.
- Vermeidung von längerem Dauerlüften als 15 Minuten (sorgt nicht für mehr Frischluft, verbraucht aber unnötig Heizungswärme).
- Bei Temperaturen unter 0° C kann die Lüftungsdauer auf 5 – 10 Minuten verkürzt werden, damit die Innenwände nicht so schnell auskühlen.
- Beschlagen Fensterscheiben von innen, ist sofortiges kräftiges Lüften notwendig.