

RICHTIG HEIZEN - RICHTIG LÜFTEN

20 Tipps zum richtigen Heizen und Lüften

So vermeiden Sie Schäden in Ihrer Wohnung, sparen unterm Strich Energie und bleiben gesund!

Immer wieder kommt es zu Feuchtigkeitsschäden in Wohnungen. Wie Sie Schimmel und Feuchte vermeiden können, lesen Sie in den nachfolgenden Zeilen:

1. Auch im Herbst und Frühjahr sollten (bei Anwesenheit) folgende Temperaturen eingehalten werden: Im Wohnzimmer und in der Küche 20 Grad Celsius, im Bad 21 Grad Celsius, nachts im Schlafzimmer mind. 16 Grad Celsius. Als Faustregel gilt: Je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss gelüftet werden.
2. Die Heizung auch bei Abwesenheit tagsüber nicht abstellen. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer, als das Halten einer Durchschnittstemperatur. Die Wände können so auch eine gewisse Wärme aufnehmen und speichern.
3. Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen tags und nachts geschlossen halten.
4. Nicht vom Wohnzimmer das Schlafzimmer mitheizen. Das „Überschlagenlassen“ des nicht geheizten Schlafzimmers führt nur warme, das heißt feuchte Luft in Schlafzimmer, diese schlägt dort ihre Feuchtigkeit nieder, dies führt zu Feuchtschäden und Schimmel.
5. Richtig lüften bedeutet: Die Fenster kurzzeitig (10 Minuten reichen oft schon aus) ganz öffnen (Stoßlüften). Kippstellung ist wirkungslos, kühlt nur die Wände oder Fensterleibungen aus und verschwendet Heizenergie. An diesen ausgekühlten Wand- und Deckenbereichen kann sich wesentlich schneller Feuchte und damit Schimmel bilden. Beim Lüftungsprozess Thermostatventile abdrehen.
6. Morgens in der 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 zur 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, aber die kalte trockene Luft ist hervorragend dazu geeignet, schnell die Feuchte ins Freie zu transportieren.
10. Einmal täglich lüften genügt nicht. Vormittags und nachmittags nochmals die Zimmer lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben. Abends einen kompletten Luftwechsel inklusive Schlafzimmer vornehmen.
11. Nicht von einem Zimmer in ein anderes, sondern nach draußen lüften.
12. Besonders nach dem Baden oder Duschen soll sich der Wasserdampf nicht gleichmäßig in der Wohnung verteilen. Deshalb sofort nach dem Baden oder Duschen die Feuchtigkeit / Dampf nach außen lüften. Die Badtüre deshalb immer geschlossen halten.
13. Große Mengen Wasserdampf (z.B. durch Kochen) möglichst sofort nach draußen ablüften. Auch hier durch Schließen der Zimmertüren verhindern, dass sich der Dampf in der Wohnung verteilt.
14. Wäsche darf nicht in der Wohnung getrocknet werden, hierzu ist durch den Mieter ein Trockner im Waschraum zu installieren. Wäsche darf nicht in der Wohnung gewaschen werden, auch hier steht die Waschküche zur Verfügung.
15. Nach dem Bügeln ebenfalls gut 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 und viele Pflanzen sind in der Wohnung zu vermeiden. Versuchen Sie mittels Prüfung durch ein Hygrometer die Luftfeuchtigkeit zwischen 40 % r. F. und max. 60 % r. F. zu halten.
18. Bei Abwesenheit über Tage ist natürlich auch das Lüften tagsüber nicht möglich. Deshalb morgens und abends richtig und ausgiebig lüften.
19. Bei neuen, besonders dichten Isolierglasfenstern häufiger lüften als früher. Auch dann spart man im Vergleich zum alten Fenster Heizenergie. Befindet sich am unteren Glasrand der Fenster Feuchtigkeit, ist dies ein deutliches Alarmsignal und deshalb schneller und länger zu lüften.
20. Große Schränke sollten nicht zu dicht an kritische Wände (Außenwände) angerückt werden. Hier sollten Sie mindestens 5 – 10 cm Platz zur Luftzirkulation belassen.