

10 Tipps zum richtigen Heizen und Lüften

1. Immer stoßlüften, d.h. die Fenster kurzzeitig (5 – 10 Minuten) weit öffnen. Kippstellung ist wirkungslos und vergeudet Energie und kühlt die Außenwand zusätzlich aus.
2. Möglichst mehrfach am Tag, mindestens jedoch morgens und abends lüften.
3. Faustregel: je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss gelüftet werden. Folgende Temperaturen sollten auch in der kühleren Jahreszeit eingehalten werden: Im Wohnzimmer, Kinderzimmer und in der Küche 20 C°, im Bad 21 C°, nachts im Schlafzimmer 14 C°.
4. Die Heizung ist auch bei Abwesenheit nie ganz abzustellen. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.
5. Innentüren von unterschiedlich beheizten Räumen geschlossen halten. Dies gilt insbesondere für nicht beheizte Zimmer.
6. Nicht von einem Zimmer in ein anderes, sondern immer nach draußen lüften.
7. Große Mengen an Wasserdampf (z.B. durch Kochen oder Baden) sofort nach draußen ablüften. Die Zimmertür geschlossen halten, damit sich der Wasserdampf nicht in den übrigen Räumen verteilt.
8. Muss Wäsche in der Wohnung getrocknet werden, öfter nach draußen lüften.
9. Große Schränke möglichst 2 bis 4 cm von den Außenwänden entfernt stellen.
10. Besonders bei neuen Isolierglasfenstern häufiger lüften als früher.