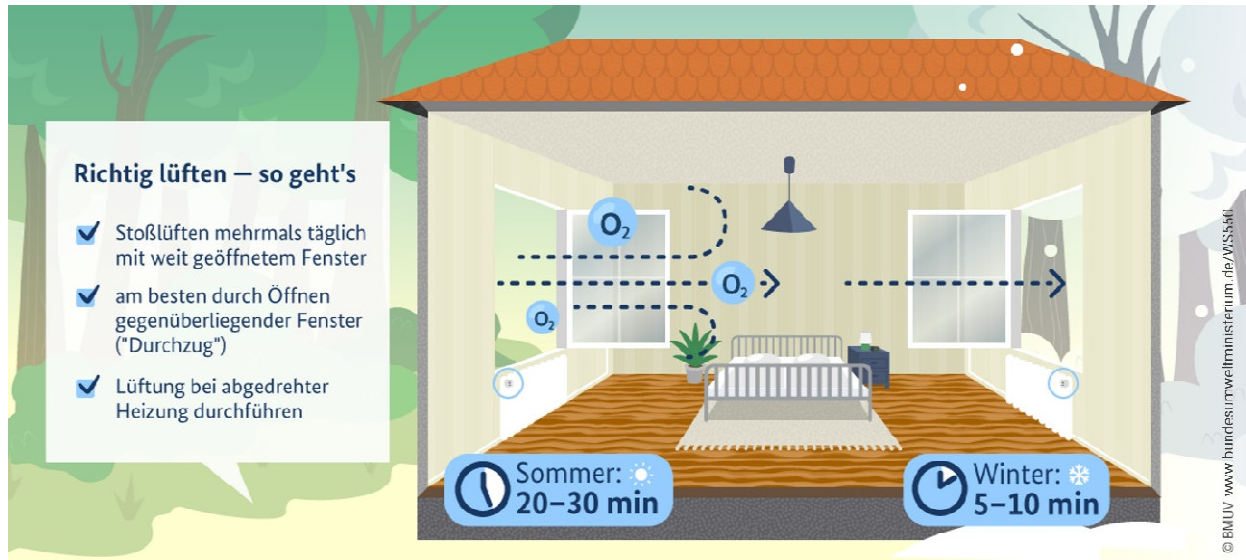


Richtiges Lüften und Heizen

Richtiges Heizen und Lüften ist wichtig, um die Gebäudesubstanz zu erhalten und ein Wohlfühl-Klima zu schaffen. Das, was für Energieeinsparungen sorgt, nämlich verbesserte Dämm-Materialien an den Fassaden und dicht schließende Fenster und Türen, führt aber auch dazu, dass Feuchtigkeit und CO₂ in den Räumen nicht abgeleitet werden. Hier können Sie durch richtiges Heiz- und Lüftungsverhalten Abhilfe schaffen.

Wir haben Ihnen nachfolgend Tipps zusammengestellt, die Ihnen nützliche Informationen zum Heiz- und Lüftungsverhalten liefern:

Stoßlüften



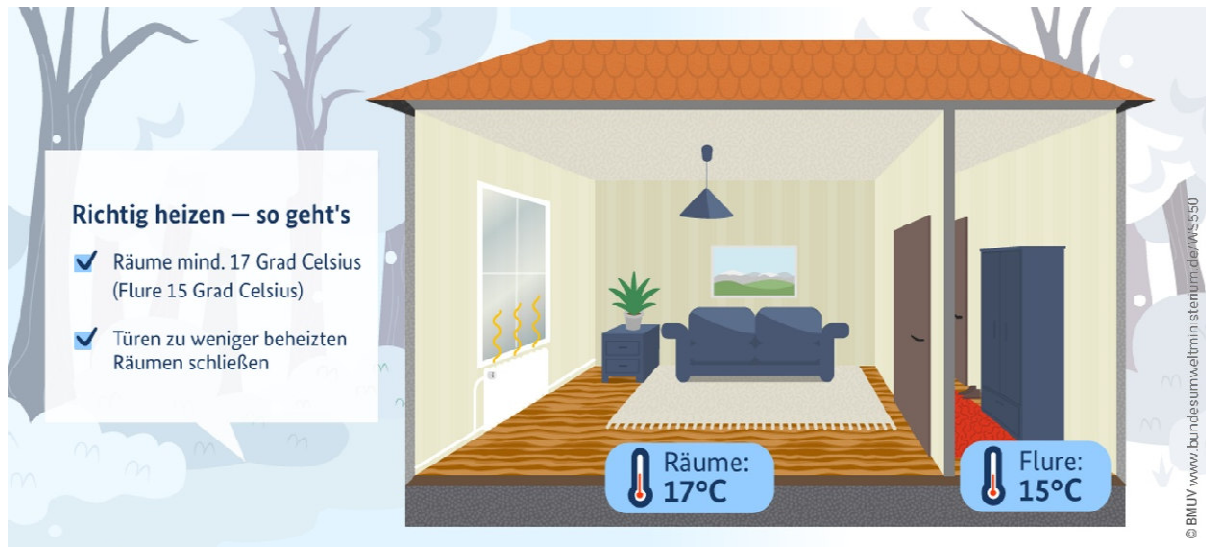
- Stoßlüftung mehrmals täglich mit weit geöffnetem Fenster, am besten durch Öffnen gegenüberliegender Fenster ("Durchzug")
- Im Sommer 20 bis 30 Minuten lüften
- Im Winter sind fünf bis zehn Minuten ausreichend
- Lüftung bei abgedrehter Heizung durchführen

Lüften bei Wasserdampf



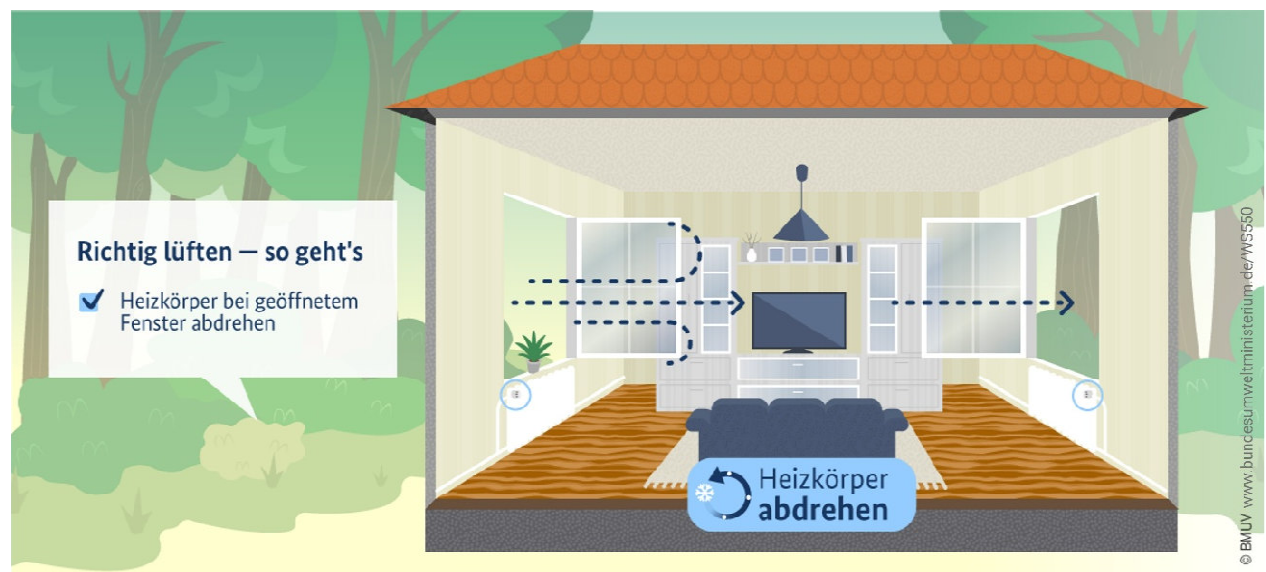
- Immer lüften, wenn Wasserdampf entsteht
- Wasserdampf entsteht sichtbar zum Beispiel beim Kochen und nach dem Duschen
- Aber auch beim Wäschetrocknen entsteht feuchte Raumluft

Ausreichend heizen



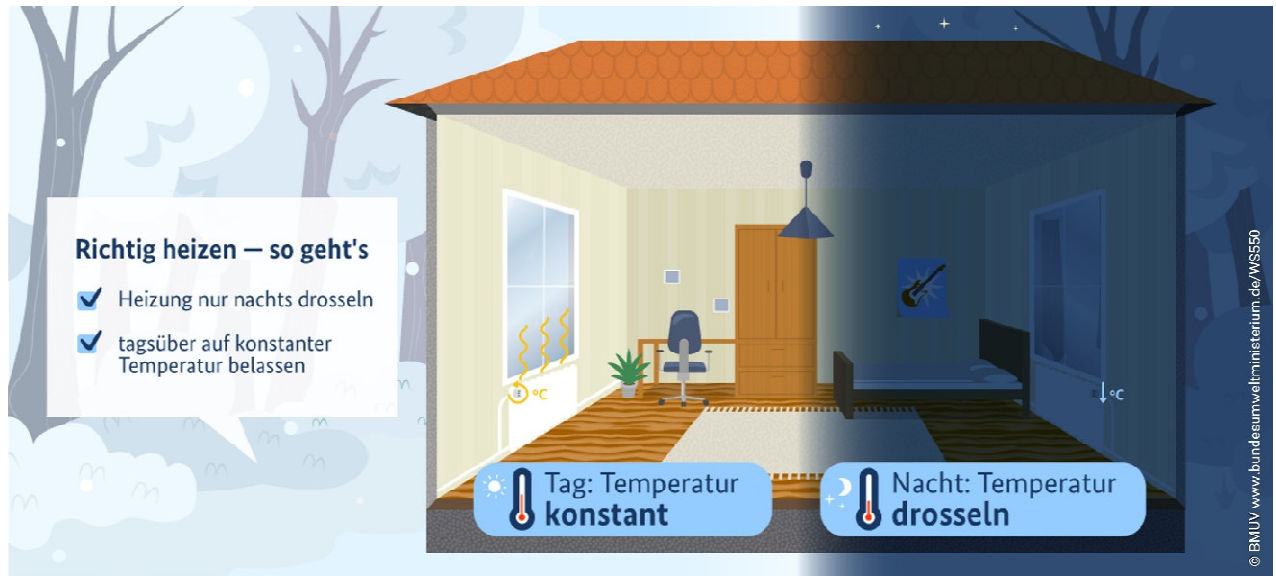
- Alle Räume im Haushalt ausreichend heizen
- Die Temperatur dabei konstant auf mindestens 17 Grad Celsius belassen, in den Fluren sind 15 Grad Celsius ausreichend
- Türen zu weniger beheizten Räumen schließen

Heizkörper abdrehen



- Heizkörper bei geöffnetem Fenster abdrehen

Wechsel zwischen Tag und Nacht



- Die Heizung am besten nur nachts drosseln
- Tagsüber die Heizkörper auf konstanter Temperatur belassen

Weitere Tipps

- Arbeiten mit geruchsintensiven Stoffen nur bei gleichzeitiger guter Lüftung durchführen
- Auf kontinuierlichen Luftaustausch beim Heizen und Kochen mit Kohle oder Gas sowie beim Gebrauch von Kaminöfen achten
- Auch selten genutzte Räume regelmäßig lüften

Copyright: © BMUKN www.bundesumweltministerium.de/WS550