

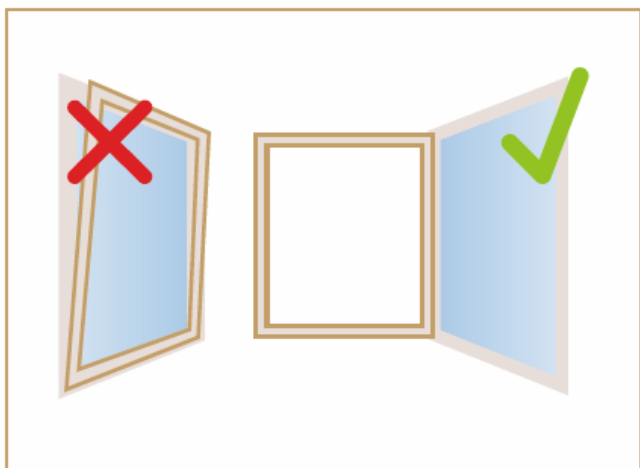
Heizen und Lüften – jeder tut es. Doch man kann dabei einiges falsch machen. Mögliche Folgen können, neben erhöhten Energiekosten und schlechter Luftqualität, auch die Bildung von Feuchteerscheinungen sein. Um dem vorzubeugen soll folgende Aufstellung praxisnahe Tipps zum richtigen Heiz- und Lüftungsverhalten geben.

### Kurz und oft genug lüften

Es sollte 3- bis 4-mal täglich gelüftet werden. Dabei auch bei Windstille und geringem Temperaturunterschied nicht länger als 15 Minuten lüften. Je kälter es ist, desto kürzer muss gelüftet werden. Ein Auskühlen der Wohnung sollte vermieden werden um Heizkosten zu sparen. 5 Minuten sollten daher in den meisten Fällen genügen. Bei Abwesenheit über Tage ist das Lüften natürlich nicht möglich, aber auch nicht nötig! Hier reicht es, morgens und abends zu lüften.

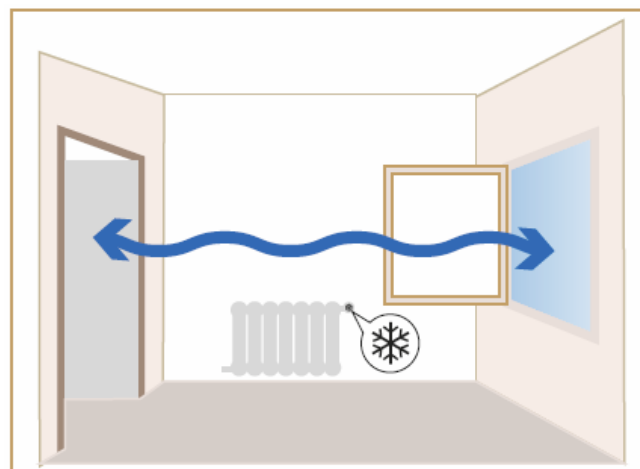
### Fenster ganz öffnen

Die Fenster sollten kurzzeitig ganz geöffnet werden (Stoßlüften). Die Kippstellung ist wirkungslos und verschwendet in der Regel Heizenergie.



### Für Durchzug sorgen

Beim Lüften gilt es einen möglichst kompletten Luftwechsel vorzunehmen. Dies ist am besten möglich, wenn man für Durchzug sorgt.



### Wasserdampf sofort ablüften

Wenn große Mengen an Wasserdampf z.B. durch Kochen, Duschen oder Bügeln entsteht, sollte dieser möglichst sofort nach draußen abgelüftet werden. Räume in denen Wäsche getrocknet wird, müssen öfter durchgelüftet werden.

Dabei sollte nicht von einem Zimmer in ein anderes, sondern direkt nach draußen gelüftet werden. Bei innenliegenden Badezimmern ohne Fenster auf dem kürzesten Weg nach draußen lüften, die anderen Türen dabei geschlossen halten.

### Konstante Raumtemperatur

Beim Lüften sollte man die Heizung ausschalten. Bei Abwesenheit tagsüber sollte dies jedoch nicht geschehen. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer als das Halten einer etwas abgesenkten Temperatur zwischen 17 und 20 °C.

### Keine großen Möbel an Außenwänden

Große Schränke sollten nicht zu dicht an Außenwände angerückt werden. Zwischen Rückenwand des Schrankes und der Außenwand muss ausreichend viel Platz für eine Luftzirkulation vorhanden sein. Andernfalls können Feuchteerscheinungen auftreten. Auch vor die Heizkörper sollten möglichst keine Möbel gestellt werden, damit diese den Raum richtig erwärmen können.