

Wärmespartipps

RICHTIG HEIZEN:

Heizen Sie die Räume abhängig von Ihrer Nutzung und lassen Sie nicht genutzte Räume nicht völlig abkühlen. Es kostet mehr Energie einen kalten Raum aufzuheizen, als einen Raum permanent niedrig temperiert zu halten. Daher die Temperatur nicht um mehr als drei bis vier Grad absenken.

Heizkörper freihalten!

Versperren Sie der Wärme nicht den Weg! Nackte Heizkörper sind nicht immer ein schöner Anblick, aber normalerweise die beste Gewähr dafür, dass sich die Wärme ungehindert im Raum ausbreiten kann. Lange Vorhänge, ungünstig aufgestellte Möbel und auf die Heizkörper montierte Trockenstangen mit Handtüchern, Wäsche etc. können bis zu 20 Prozent Wärme schlucken. Deshalb die Heizkörper nicht verstellen!

Wärme dosieren! – Überheizen Sie Ihre Wohnung nicht!

Manche mögen's heiß – und wundern sich dann über ihre hohen Heizkosten. Bedenken Sie immer: pro Grad Raumtemperatur mehr müssen Sie mit rund 6 Prozent höheren Energiekosten rechnen. Deshalb sollte die Raumtemperatur nicht mehr als **20°C – 22°C** in Wohnräumen, **18°C – 19°C** in Vor- und Nebenräumen, Küche und Schlafzimmer betragen und in der Nacht um fünf Grad abgesenkt werden.

RICHTIG LÜFTEN:

Das Problem:

Die Aufnahmefähigkeit der Luft für Feuchtigkeit, also für Wasserdampf, hängt von der Temperatur ab: Je wärmer die Luft ist, umso mehr Wasserdampf kann sie aufnehmen. Das bedeutet, dass sich die Luft an kalten Flächen (z.B. auf Wänden, Fensterscheiben...) abkühlt und sich dort der Wasserdampf in Form von Wassertropfen als Tauwasser niederschlägt.

Die Gefahren:

Die Gefahr der Bildung von Schimmelpilzkulturen ist hier besonders groß. Denn in der Luft sind neben Bakterien, Pollen und Staub auch immer große Mengen von Pilzsporen enthalten.

Tipps zum richtigen Lüften und zur Vermeidung von Feuchtschäden:

Lüften Sie viermal am Tag möglichst fünf Minuten im "Durchzug"

Durch unnötig häufiges und langes Fensteröffnen geht unkontrolliert viel Wärme verloren. Lüften Sie daher in regelmäßigen Abständen (mindestens 3-4 mal am Tag) kurz aber kräftig. Bei gemäßigter Witterung auch länger und öfter - und schließen Sie dabei das Heizkörperventil!

Vermeiden Sie Dauerlüftung während der Heizperiode

z.B. durch Kippstellung der Fenster. Ein gekipptes Fenster ist ein schlechter Luftregulator. Um den erforderlichen Luftaustausch – in den meisten Fällen ein stetiger 0,5- bis 0,7-facher Luftwechsel – zu erreichen, wird Heizenergie verschwendet und führt außerdem zu starker Abkühlung der Wände, speziell des Fenstersturzes. Hier kann sich dadurch Tauwasser bilden.

Lassen Sie große Wasserdampfmengen nach draußen entweichen

d. h. lüften Sie nach dem Duschen oder Kochen unverzüglich die betroffenen Räume.

Halten Sie Türen zu weniger beheizten Räumen geschlossen.

So wird verhindert, dass warme, feuchte Luft in die kühleren Räume eindringt und sich an kalten Wänden und Fenstern niederschlägt.