

Richtiges Heizen

- ✓ Alle Räume ausreichend heizen! Kalte Raumluft nimmt weniger Wasser auf als wärmere!
- ✓ 20-22 Grad Raumlufttemperatur werden im Allgemeinen als angenehm empfunden.
- ✓ Um Feuchtigkeitsschäden zu vermeiden, sollte die Temperatur der Wände, Fenster, Decken und Fußböden rund 16 Grad nicht unterschreiten. (Kondensationseffekt – warme Luft kondensiert an kälteren Objekten! – dies führt zu Schimmelbefall)
- ✓ Sorgen Sie mehrmals täglich durch das Öffnen von Türen und Fenstern für Durchzug. Schon nach fünf bis zehn Minuten ist die verbrauchte und feuchte Luft ausgetauscht. Durch kurze Lüftungsperioden vermeiden Sie Energieverluste und Auskühlung der Bauteile. Richtig ist, bei vollständig geöffnetem Fenster 5-10 Minuten mehrmals täglich lüften („Stoßlüften“) oder "Sie stellen auf Durchzug" und öffnen mehrmals täglich alle Fenster für 2-5 Minuten („Querlüften“).
- ✓ **Falsches Lüften:** durch Dauerlüften in Kippstellung erreichen Sie keinen Luftaustausch, die Wände kühlen aus und Sie verschwenden Heizenergie
- ✓ Wäsche nach Möglichkeit nicht in der Wohnung trocknen
- ✓ Keine Wandverbauten oder Möbel an Außenwänden aufstellen. Es muss auf genügende Hinterlüftung geachtet werden.

Schlafräume

Pro Nacht gibt jede Person etwa ein Viertel Liter Wasser an die Raumluft ab. Deshalb sollte die Raumlufttemperatur in Schlafräumen möglichst nicht unter 16 °C sinken.

Ungenutzte Räume

Auch über längere Zeiträume wenig oder nicht genutzte Räume sollten geringfügig beheizt werden. Türen zu weniger beheizten Räumen geschlossen halten. Es ist nicht sinnvoll, kühle Räume mit Luft aus wärmeren Räumen zu temperieren. Denn dadurch wird nicht nur Wärme, sondern auch Feuchte in den kühlen Raum getragen. Wenn sich die Luft dann abkühlt, steigt die relative Raumluftfeuchte und es besteht Gefahr, dass Schimmelpilze wachsen.

Wärmeabgabe der Heizkörper nicht behindern.

Sehr ungünstig ist es, wenn Heizkörper durch falsch angebrachte Verkleidung oder übergroße Fensterbänke verbaut oder durch Vorhänge bzw. Gardinen zugehängt sind. Im ungünstigsten Fall ist die gewünschte Raumlufttemperatur nicht mehr erreichbar. Die Heizkörperthermostate grundsätzlich auf Stufe 3 einschalten (nicht nachts ausschalten und tagsüber einschalten).