







Im Winter, bei niedrigen Außentemperaturen, tauscht sich die Luft schneller aus als im Sommer, wenn es draußen wärmer ist.

Monate		Lüftungsdauer
Juni, Juli, August		25 bis 30 min
Mai, September		15 bis 20 min
April, Oktober		12 bis 15 min
März, November		8 bis 10 min
Dezember, Januar, Februar		4 bis 5 min

Um bewusst zu heizen, empfehlen wir folgende Thermostateinstellungen.

Stufe 4-5	Badezimmer
Stufe 3-4	Wohn-, Kinderzimmer
	Küche
Stufe 2-3	Schlafzimmer
	Nachtabenkung
Stufe 1-2	Treppenhaus
	Frostschutz

Info 040 380 32-180
tag-wohnen.de/heizen-und-lueften



Richtig Heizen und Lüften

Nachhaltige Tipps

Gesund wohnen und Energie sparen

Mit bewusstem Heizen und regelmäßigem Lüften können Sie für ein gutes und gesundes Raumklima sorgen, das Ihrer Gesundheit, Ihrem Geldbeutel und Ihrer Lebensqualität zugutekommt!

Jetzt informieren.

TAG wohnen

Richtig schlau auf Wohlfühltemperatur drehen

Voll aufdrehen oder dicken Pulli anziehen? Heizen ist oft eine ganz persönliche Sache. Ein angenehmes Raumklima schaffen Sie jedoch dann, wenn Sie in allen Räumen gleichmäßig schwach heizen.

Tipps fürs Heizen

- 1) Halten Sie Heizkörper frei von Gardinen und Möbelstücken, etwa Sofa oder Kommoden. So kann die Wärme besser zirkulieren.
- 2) Heizen Sie auch Räume, die Sie wenig nutzen auf mittlerer Stufe. Sie vermeiden, dass Feuchte entsteht.
- 3) Halten Sie die Türen zwischen unterschiedlich geheizten Räumen geschlossen. Die Wärme bleibt drin und Schimmelgefahr in kühleren Räumen wird reduziert.
- 4) Zur Kontrolle der Luftfeuchtigkeit in Ihrer Wohnung eignet sich ein Hygrometer.
- 5) Stellen Sie vor dem Lüften die Heizung aus, um nicht aus dem Fenster hinaus zu heizen.

*Heizung auf niedriger Stufe,
vermeidet ein Auskühlen der Räume.*

So können Sie Schimmelgefahr vermeiden.

Geschlossene Türen halten die Wärme im Raum und verhindern, dass sich Feuchtigkeit in kühleren Räumen niederschlägt und Schimmel entsteht. Auch in wenig genutzten Räumen etwas heizen, damit sich an kalten Wänden kein Schimmel bildet. Halten Sie in kühleren Räumen etwas Abstand zwischen großen Möbelstücken und Wänden. Auch hier kann es schimmeln.

Frischlucht im milden Sommer, Stoßlüften im eisigen Winter

Durchatmen und dem Raumklima etwas Gutes tun. Öffnen Sie mehrmals am Tag die Fenster und lassen Sie frische Luft in Ihre Wohnung. Je nach Jahreszeit ist eine unterschiedliche Lüftungsdauer sinnvoll.

Tipps fürs Lüften

- 1) Öffnen Sie die Fenster fünf Minuten lang vollständig: Beim Stoßlüften erreichen Sie einen schnellen, kompletten Luftaustausch.
- 2) Lüften Sie zwei- bis viermal täglich. Am besten in der ganzen Wohnung!
- 3) Angekippte Fenster sind keine gute Lüftungsmethode! Sie erhöhen den Energieverbrauch und das Schimmelrisiko in den Räumen massiv.
- 4) Lüften Sie im Winter mindestens solange, bis der Beschlag am Fenster weg ist. Wischen Sie Kondenswasser mit einem Tuch weg.
- 5) Lüften Sie im Sommer morgens oder abends, wenn es kühler ist.
- 6) Feuchtwarme Luft draußen lassen: Lüften Sie an schwülen Sommertagen nicht länger als fünf Minuten.
- 7) Feuchte gleich weglüften: Die meiste Luftfeuchtigkeit in Ihrer Wohnung verursachen Sie selbst beim Duschen, Baden, Kochen oder Schlafen. Fenster weit auf nach solchen Aktivitäten!



Häufiges Lüften ist in modernen Wohnungen besonders wichtig.

Um den Energieverbrauch von Wohngebäuden zu senken, sind moderne Fenster isolierverglast und fugendicht. Dichte Fenster helfen zwar Energie zu sparen, verhindern jedoch den Austausch von Luft und Feuchtigkeit. Daher müssen die Fenster heutzutage häufiger geöffnet werden.