

Merkblatt „richtiges Heizen“

Die Energiekosten zum Heizen bilden einen immer größeren Anteil an den Nebenkosten. Hohe Heizkosten haben verschiedene Ursachen: z. B. schlechte Bausubstanz oder falsches Heizverhalten. Sparen am falschen Platz kann dies mitunter noch begünstigen. Im schlimmsten Fall treten Schimmelprobleme auf, die negative Auswirkungen auf Ihre Gesundheit und auch auf die Bausubstanz mit sich bringen.

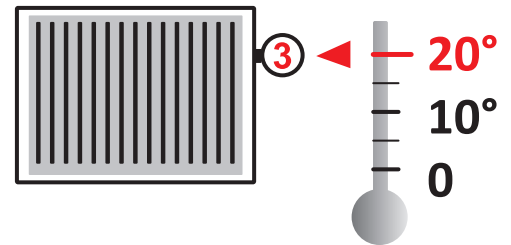


Wie heizen und lüften wir nun richtig? Mit diesen Tipps sparen Sie Geld und tragen dazu bei, die Bausubstanz der Wohnung in gutem Zustand zu erhalten.

1. Mäßig aber gleichmäßig heizen

Regulieren Sie die Temperatur in Wohnräumen auf **20 Grad** ein. Dies entspricht meist der Einstellung „3“ an den Thermostatventilen.

Bedenken Sie: 1 Grad mehr entspricht einem zusätzlichen Heizenergieaufwand von rund 6 % !



2. Heizverhalten in der Nacht

Reduzieren Sie **nachts die Heiztemperatur**; drehen Sie sie aber nicht ganz ab. Die Wände sollen keine Kälte abstrahlen. Ist eine automatische Nachtabsenkung integriert, erübrigt sich ein Verstellen der Temperatur.



3. Heizkörper nicht zuhängen

Vorhänge, Verblendungen oder Möbel vor den Heizkörpern vermindern die Wärmeabstrahlung in den Raum und erhöhen somit die Heizkosten. **Verdeckte Thermostatventile können nicht richtig regulieren.**



4. Luftfeuchte kontrollieren

Um Schimmelbildung zu vermeiden, sollte die **Luftfeuchte nicht über 60 Prozent** liegen. Ursachen zu hoher Luftfeuchte sind u.a. Pflanzen, Aquarien, Kochdünste, Dushdämpfe oder Wäschetrocknung. Trocknen Sie Ihre Wäsche deshalb bitte in den dafür vorgesehenen Trockenräumen.

Allein die „normale“ Wasserabgabe durch Atmung und Wasserdiffusion aus der Haut beträgt pro Mensch und Tag ca. 1 Liter.

Die Feuchtigkeit kommt – bis auf ganz wenige Ausnahmen – fast immer von innen aus der Raumluft.

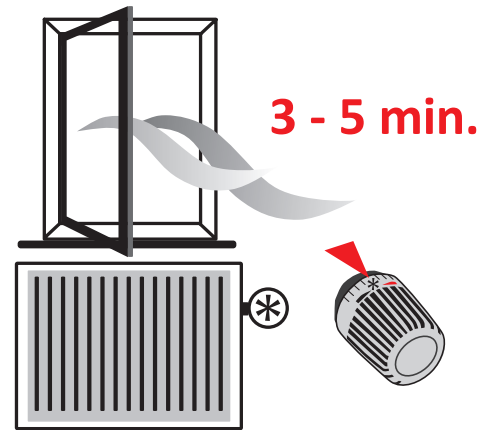


5. Richtiges Lüften und Lüftungsdauer

Sorgen Sie für einen kompletten Luftaustausch durch **weites Öffnen der Fenster und Durchzug**. Bei nur angekippten Fenstern in beheizten Räumen ist die Lüftungswirkung unzureichend und begünstigt Schimmelbildung.

Lüften Sie **mehrmals täglich für 3 bis 5 Minuten**. Während der Heizperiode drehen Sie die Heizung gleichzeitig zurück auf das Symbol „*“.

Sobald die Raumluft kalt ist, schließen Sie die Fenster wieder. So wird die warme, feuchte Raumluft durch trockene, kalte Außenluft ersetzt, ohne dass Möbel und Wände auskühlen.



6. Räume, die nicht oder nur gering beheizt werden

Zum Beispiel: Schlafräume

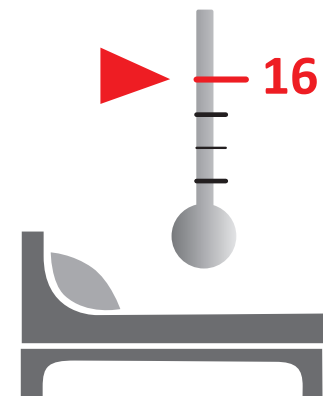
Türen geschlossen halten! So vermeiden Sie, dass warme, feuchte Luft von Bad oder Küche ins kältere Schlafzimmer gelangt und dort an den Außenwänden kondensiert. Unbemerkt kann sich insbesondere hinter großen Kleiderschränken Schimmel bilden.



7. Temperatur im Schlafzimmer

Für einen gesunden Schlaf ist eine **Temperatur von 16 Grad** ausreichend. Vermeiden Sie ein Auskühlen dieses Raumes indem Sie das Thermostatventil entsprechend einstellen. Halten Sie die **Tür geschlossen**.

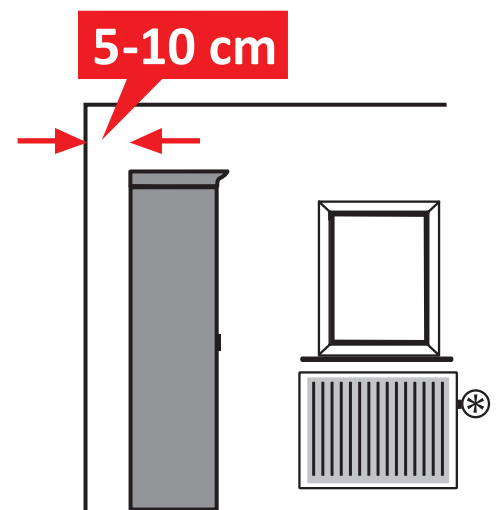
Ist das Lüften im Schlafzimmer tagsüber nicht möglich, kann nachts das Fenster angekippt bleiben. Dann drehen Sie bitte nachts auch den Heizkörper ab.



8. Möbel von kalten Außenwänden fern halten

Messen Sie die Temperatur an mehreren Stellen der Außenwand und im Innenraum mit einem Thermometer. Ist die Temperatur der Wandoberfläche mehr als 5 Grad kälter, kann sich bei hoher Raumluftfeuchte bereits Schimmel an der Wand bilden. Diese Gefahr besteht hinter Schränken oder Couchgarnituren, die direkt an der Außenwand platziert wurden. Hier sind die Temperaturen besonders niedrig.

Bitte **platzieren Sie Ihre Möbel** deshalb **mit einem Abstand von 5 bis 10 cm** von der Wand. Achten Sie bei großen Schränken auch auf Luftspalten über und unter dem Schrank, um eine Zirkulation zu ermöglichen (z.B. Füße statt Sockel).



Mieter müssen ihr Heizverhalten auf die jeweilige Wetterlage und Gebäudesituation einstellen. So können sie hohe Heizkosten und Schimmelbildung, einhergehend mit gesundheitlichen Schäden, vermeiden. Beispielsweise nach einem Umzug kann ein anderes Heizverhalten notwendig werden.