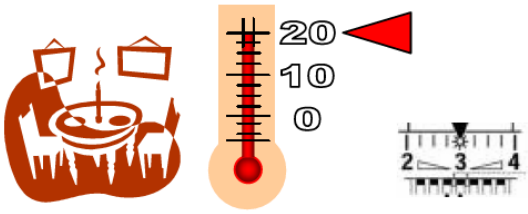
WBG NAUMBURG

sicher wohnen in der Gemeinschaft

Merkblatt zum richtigen Heizen und Lüften

Die Energiekosten zum Heizen nehmen einen immer größeren Anteil bei den Nebenkosten ein. Hohe Heizkosten können verschiedene Ursachen haben: Schlechte Bausubstanz (nicht zu verwechseln mit objektiven Bauschäden) oder falsches Verhalten kann überdurchschnittlichen Energieverbrauch bewirken. Falsches Sparen kann die Sache mitunter noch schlimmer machen: Schimmelprobleme können auftreten mit Folgen für Gesundheit und Bausubstanz.

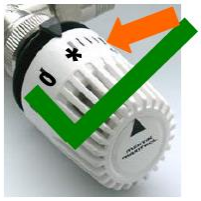
Was bedeutet „richtiges" Heizen und Lüften? Hier finden Sie einige grundlegende Tipps:



Mäßig aber gleichmäßig heizen

Die Temperatur in Wohnräumen bei möglichst 20 Grad einregulieren.
Dies entspricht oftmals der Einstellung „3" an Thermostatventilen.
Bedenken Sie: 1 Grad mehr bedeutet rund 6 % mehr Heizenergieaufwand!

Die Wände sollen ausreichend warm sein und keine Kälte abstrahlen. Nachts darum die Heizung nur reduzieren, aber nicht voll abdrehen.
Oder es ist eine automatische Nachtabsenkung vorhanden, dann braucht man nichts an den Thermostatventilen zu ändern!

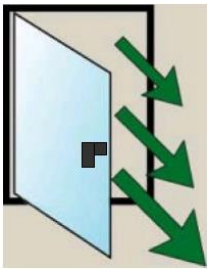


Heizkörper nicht zuhängen

Vorhänge oder Verblendungen vor den Heizkörpern vermindern die Wärmeabstrahlung in den Raum und erhöhen die Heizkostenrechnung. Verdeckte Thermostatventile können nicht richtig regulieren.

Luftfeuchte kontrollieren

In Wohnräumen sollte die Luftfeuchtigkeit nicht über 60 Prozent liegen, sonst droht in Ecken und hinter Schränken Schimmel. Ursachen zu hoher Luftfeuchte können sein: Pflanzen, Aquarien, Kochdünste, Duschdämpfe oder Wäschetrocknung. Wäsche darum möglichst nicht in Schlaf- oder Wohnräumen trocknen, nutzen Sie geeignete Trockenräume im Haus.

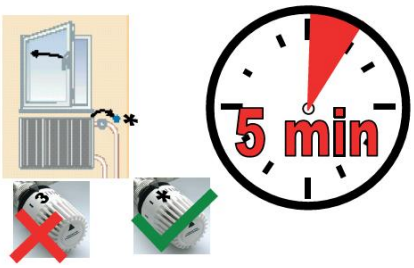


Lüften

Beim Lüften immer für einen kompletten Luftaustausch sorgen. In der warmen Jahreszeit, wenn die Heizung aus ist, kann man in der Wohnung dabei kaum etwas falsch machen. Im Winter heißt es: Aufpassen! Gekippte Fenster in beheizten Räumen vermeiden! Die Lüftungswirkung ist nur mäßig, dafür wird Schimmelbildung oberhalb der Fenster gefördert.

WBG NAUMBURG

sicher wohnen in der Gemeinschaft

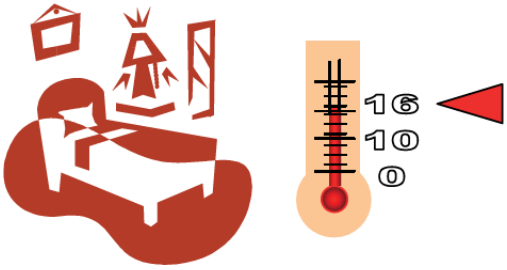


Lüftungsdauer

Am besten ist es, mehrmals täglich für drei bis fünf Minuten die Fenster weit auf Durchzug zu öffnen. Während der Heizperiode aber gleichzeitig die Heizung herunterdrehen. Sobald die Raumluft kalt ist: Fenster wieder zu! Dann wird die warme, feuchte Raumluft durch trockene, kalte Außenluft ersetzt, ohne dass Möbel und Wände auskühlen.

Räume nicht „mitheizen"

Halten Sie die Türen, insbesondere zum Schlafzimmer, möglichst geschlossen, damit nicht warme feuchte Luft vom Bad oder aus der Küche ins kältere Schlafzimmer gelangt und dort an den Außenwänden kondensiert. Gerade hinter großen Kleiderschränken kann sich Schimmel unbemerkt bilden.

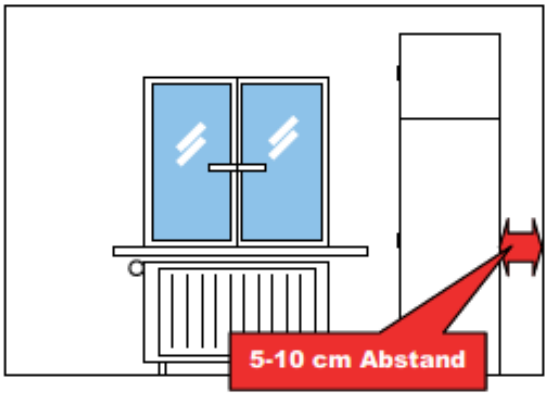


Temperatur im Schlafzimmer

Schlafzimmer können kühl bleiben. Für einen gesunden Schlaf reichen auch 16 Grad. Bei geschlossener Tür sollte das Thermostatventil am Heizkörper entsprechend eingestellt sein, um ein Auskühlen zu vermeiden. Wenn tagsüber nicht gelüftet werden kann, kann im kühlen Schlafzimmer ausnahmsweise nachts das Fenster gekippt bleiben (dann nachts auch den Heizkörper abdrehen).

Möbel von kalten Außenwänden fern halten

Ist die Wandoberfläche mehr als 5° kälter als die Innenraumtemperatur, kann sich bei hoher Raumluftfeuchte bereits Schimmel auf der Wand bilden. Probieren Sie dies an verschiedenen Stellen mit einem Thermometer aus. Besonders niedrig sind die Temperaturen hinter Schränken oder direkt an die Außenwand gerückten Couchgarnituren. Daher Möbel mindestens 5-10 cm von der Wand abrücken. Bei großen Schränken auf Luftspalten über und unter dem Schrank achten, um die Zirkulation zu ermöglichen (z.B. Füße statt Sockel).



Bewohner müssen sich also je nach Wetterlage und Gebäudesituation richtig verhalten, um weder zu hohe Heizkosten zu verursachen, noch gesundheitliche Schäden zu riskieren. Nach einem Umzug kann beispielsweise ein anderes Heizverhalten notwendig werden, damit es nicht zu hohem Verbrauch oder gar Schimmelbildung in der Wohnung kommt.