

Richtig heizen / Richtig lüften (Mieter-Infoblatt)

1. Die Heizung auch bei Abwesenheit tagsüber nie ganz abstellen. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer, als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.
2. Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen tags und nachts geschlossen halten.
3. Nicht vom Wohnzimmer das Schlafzimmer mitheizen. Das "Überschlagenlassen" des nicht geheizten Schlafzimmers führt nur warme, das heißt feuchte Luft ins Schlafzimmer; diese schlägt dort ihre Feuchtigkeit nieder.
4. Richtig lüften bedeutet: Die Fenster kurzzeitig (5 Minuten reichen oft schon aus) ganz öffnen (Stoßlüften). Kippstellung ist wirkungslos und verschwendet Heizenergie.
5. Morgens und abends in der Wohnung einen kompletten Luftwechsel durchführen. Am besten Durchzug machen, ansonsten in jedem Zimmer das Fenster weit öffnen.
6. Die Mindestzeit für die Lüftung hängt von dem Unterschied der Zimmertemperatur zur Außentemperatur und davon ab, wie viel Wind weht.
7. Selbst bei Windstille und geringem Temperaturunterschied reichen in der Regel 15 Minuten Stoßlüftung aus.
8. Je kälter es draußen ist, desto kürzer muss gelüftet werden (jedoch mind. 5 min.)
9. Einmal täglich lüften genügt nicht. Vormittags und nachmittags nochmals die Zimmer lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben. Abends einen kompletten Luftwechsel inklusive Schlafzimmer vornehmen.
10. Nicht von einem Zimmer in ein anderes, sondern nach draußen lüften.
11. Bei innenliegendem Bad ohne Fenster auf dem kürzesten Weg (durch ein anderes Zimmer) lüften. Die anderen Türen geschlossen halten. Besonders nach dem Baden oder Duschen soll sich der Wasserdampf nicht gleichmäßig in der Wohnung verteilen.
12. Große Mengen Wasserdampf (z. B. durch Kochen) möglichst sofort nach draußen ablüften. Auch hier soll verhindert werden, dass sich der Dampf in der Wohnung verteilt.
13. Wäsche in der Wohnung trocknen lassen ist äusserst kritisch. (Kleinwäsche, z.B. Unterwäsche etc.) höchstens im Badezimmer trocknen lassen, Lüftung anstellen und Türe geschlossen halten.
14. Nach dem Bügeln lüften.
15. Auch bei Regenwetter lüften. Wenn es nicht gerade zum Fenster hereinregnet, ist die kalte Außenluft trotzdem trockener als die warme Zimmerluft.
16. Luftbefeuchter sind fast immer überflüssig. Trockene Luft hat man nur bei ganz kaltem Wetter. Je trockener die Aussenluft, desto schneller geschieht der Luftaustausch. (Siehe Pkt. 8)
17. Bei Abwesenheit über Tage ist natürlich auch das Lüften tagsüber nicht möglich. Es reicht morgens, abends und vor dem Schlafengehen.
18. Bei neuen, besonders dichten Isolierglasfenstern häufiger lüften als früher. Auch dann spart man im Vergleich zum alten Fenster Heizenergie.
19. Große Schränke oder Möbel sollten nicht zu dicht an die Wände angerückt werden. Zwei bis vier Zentimeter Abstand müssten reichen.
20. Zimmerpflanzen, Zierbrunnen, Aquarien, Luftbefeuchter etc. erhöhen die Luftfeuchtigkeit.