

Hinweise zur Beheizung und Lüftung von Wohnräumen

Das ausreichende Lüften ist erforderlich um „verbrauchte“ Luft, also mit Schadstoffen belastet, Raumluft mit erhöhter CO₂ Belastung sowie mit erhöhter Luftfeuchtigkeit gegen Frischluft auszutauschen.

Dies ist einerseits aus gesundheitlichen Gründen, andererseits zur Vermeidung von Tauwasserschäden (z.B. Schimmel) erforderlich.

Folgende Hinweise sollen dabei helfen einerseits den erforderlichen Mindestluftwechsel einzuhalten und andererseits keine erhöhten Heizkosten zu verursachen.

- Bei Abwesenheit tagsüber morgens und abends alle Räume lüften (bei Anwesenheit tagsüber zusätzlich 1-3mal je nach Personenanzahl), Querlüften im Winterhalbjahr 3-5 min, Einzelner Raum 5-20 min je nach Temperatur:
niedrige Außentemperatur = kurze Lüftung
höhere Außentemperatur = lange Lüftung.
- Angekippte Fenster im Winter und in der Übergangszeit vermeiden □ keine wesentliche Lüftung, dafür auskühlen der Räume
- Querlüften ist effektiver als den einzelnen Raum zu lüften
- Küche: bei und nach jedem Kochen durchlüften*
- Bad: nach jedem Waschen/Duschen durchlüften*
- Schlafzimmer morgens und abends durchlüften*, ankippen nur im Sommer
- Hinweis zur Lüftungsdauer: mind. solange lüften, bis die Außenscheibe des Fensters nicht mehr beschlagen ist
- Das Aufstellen von Zimmerpflanzen auf der Fensterbank verhindert das Öffnen des Fensters, deshalb immer ein Fenster pro Zimmer unverstellt lassen
- Das Halten von Zimmerpflanzen produziert zusätzliche Feuchte im Raum. Beim Lüftungsverhalten beachten!
- Das Trocknen von Wäsche in der Wohnung produziert sehr viel Feuchtigkeit, die zusätzliches Lüften erfordert und zum Auskühlen der Räume führt, was hohe Heizkosten und Schimmel an den Wänden zur Folge hat. Deshalb ist das Wäschetrocknen in der Wohnung nicht erlaubt.
- Nach dem Duschen die Dusche mit einem Fensterwischer und einem Tuch trockenwischen, das verkürzt die Lüftungsdauer und vermeidet Schimmel in den Ecken der Dusche.
- unbenutzte oder kühle Wohnräume auf ca. 16-18°C temperieren, die Zimmertür geschlossen halten (nicht über benachbarte Räume mit beheizen), Tür möglichst abdichten
- benutzte Wohnräume nach dem Lüften immer aufheizen auf ca. 20-22°C, ständiges Auf- und Abdrehen des Thermostates kostet mehr Energie
- Absenkezeiten sind nur bei längerer Abwesenheit (ca. >7h) und nachts sinnvoll, Einstellungen am Heizkessel vornehmen oder am Thermostat auf mind. 18-19°C einstellen. Kühlere Temperatureinstellungen erfordern dann verbrauchsintensives Aufheizen.
- Markieren Sie das Thermostaten der Stelle mit Ihrer Wohlfühltemperatur und stellen Sie es wenn immer möglich wieder auf diese Markierung.
- Beim Lüften Heizkörperventil auf Frostschutz stellen, danach wieder öffnen.
- Zimmertüren der kühlen Räume immer geschlossen halten, damit keine warme Raumluft in den kühlen Raum dringt und die höhere absolute Luftfeuchte an den kalten Flächen kondensiert (Vermeidung v. Schimmelbildung)

**) Durchlüften heißt: einmal vollständiger Luftaustausch im Raum, kein Dauerlüften. Nach dem Lüften den Raum wieder aufheizen.*

Hinweis: An Thermofenstern sollte kein Tauwasser dauerhaft ausfallen. Dies wäre ein Hinweis auf zu hohe Luftfeuchte im Raum bzw. zu geringes Lüften. Dann für vollständige Luftaustausch sorgen, wieder aufheizen und dies wiederholen bis kein Tauwasser mehr ausfällt (kann einige Monate dauern). Gelüftet wird auch wenn nasses Wetter herrscht.