

## Schön warm – schön gespart Clever heizen und lüften

### Schöner Wohnen!

Wenn Sie Ihre Wohnung richtig beheizen und regelmäßig lüften, sparen Sie nicht nur bares Geld. Vor allem profitieren Sie von einem viel angenehmeren und gesünderen Wohnklima, ohne dabei auf Gemütlichkeit und Komfort verzichten zu müssen. Und natürlich schonen Sie mit einem geringeren Heizverbrauch auch unsere Umwelt. So fühlt man sich zu Hause einfach wohler!

### Sparen beim Heizen heißt nicht frieren!

Wer seine Heizkosten niedrig halten möchte, muss deshalb nicht frieren – im Gegenteil! Sie brauchen nur unsere Tipps beachten und schon können Sie gemütlich im Warmen sitzen und sich über die neuen Ersparnisse freuen.

### Heiße Tipps für kühle Rechner:

#### Kontrolliert heizen

...das ist wie beim Auto fahren: Gas geben und Bremsen verbraucht mehr Kraftstoff als eine konstante Geschwindigkeit ...also: Heizkörper voll auf- und wieder zudrehen erhöht den Energieverbrauch und nicht die Behaglichkeit. Kontrollierte Temperatur = geringere Heizkosten!

#### Auskühlen vermeiden

Schalten Sie die Heizung nicht über Nacht oder wenn Sie zur Arbeit gehen ab, die tägliche Wiedererwärmung von ausgekühlten Räumen, Wänden und Möbeln erfordert mehr Energie als eine gleichmäßige Beheizung. Aufheizen kostet mehr Geld als Durchheizen! Eine Absenkung von 3 bis 5°C bei Abwesenheit ist sinnvoll.

#### Gleichmäßige Wärme

Mindestens 18°C Raumtemperatur TAG UND NACHT! Lassen Sie Ihre Wohnung nicht zu kalt werden. Raumecken sind kälter als die Raumluft, hier kann Schimmelpilzbildung begünstigt werden, und wer will das schon.

### Wellness-Wohnen

Raumtemperatur: von 18°C aufwärts. Optimal sind 20 bis 22°C (in Schlafräumen etwas weniger).  
Luftfeuchtigkeit: alles zwischen 40 % und 60 %.

### Klima-Kontrolle

Mit einem so genannten „Hygrometer“ können Sie die Luftfeuchtigkeit der Umgebung messen. Hiermit können Sie jederzeit überprüfen, ob Sie ausreichend lüften. Die Luftfeuchtigkeit sollte 60 % nicht übersteigen. Sollten die Werte darüber liegen, sollten Sie kräftig durchlüften um die Luftfeuchtigkeit wieder zu senken.

### Jedes °C zählt

Ein Grad weniger Raumtemperatur – aber nie unter 18°C – spart ca. 6 % Heizenergie und damit Heizkosten für das Gebäude.

### Richtige Einstellung

Mittlere Einstellung: mindestens 3 für mittlere Wohntemperatur! Frosteinstellung ist keine „Wohneinstellung“, sondern eine Absicherung bei längerer Abwesenheit (z.B. Urlaubsreise).

### Gute Nacht

Temperieren Sie Ihr Schlafzimmer mit dem Raum-Heizkörper, NICHT mit feuchtwarmer Luft aus anderen Räumen. Feuchte Luft fördert Schimmelpilzbildung.

### Dampf ablassen

Auch wenn man es Ihnen nicht ansieht: In einem 4-Personen-Haushalt entstehen täglich 10 Liter Wasser. Raus mit der Feuchtigkeit durch Lüften!

### **Kurz, aber kräftig**

Vermeiden Sie aber Dauerlüftung; das ständige Schrägstellen der Kippfenster kühlt die Wände aus. Deren Wiedererwärmung erfordert dann zusätzliches Heizen. Stoßlüften bei weit geöffnetem Fenster ist die Devise! Hiermit erreichen Sie innerhalb von fünf bis zehn Minuten einen Austausch der Raumluft. Kippen ist keine Lösung, darum: mindestens 3x täglich am liebsten Durchzug während des Lüftens, die Heizung dabei natürlich ausstellen.

### **Das beste Rezept für Berufstätige - 3x täglich Stoßlüften:**

1x nach dem Aufstehen

1x nach dem Nachhausekommen

1x vor dem Zubettgehen jeweils ca. 3 bis 10 Minuten

### **Freiheit für Heizkörper und Thermostaten**

Verkleidete Heizkörper, auch zugezogene Vorhänge und abgedeckte Thermostatventile, behindern die Wärmeabgabe und erhöhen den Energieverbrauch. Heizkörper geben nur dann ausreichend Wärme ab, wenn die Raumluft sie ungehindert umströmt. Der Temperaturfühler im Thermostatventil sorgt dafür, dass die von Ihnen gewählte Temperatur konstant bleibt.

### **Nachts zuziehen**

Ziehen Sie Ihre Rollos oder Jalousien nachts zu, so wird weniger Wärme nach außen über die Fenster abgegeben.

### **Gut geheizt? Gut gemacht!**

#### **Ihre Vorteile auf einen Blick:**

- *Geld sparen*
- *Angenehmes Wohnklima*
- *Gesund und wohl fühlen*
- *Umwelt schützen*
- *Keine Schimmelpilze*
- *Keine Feuchtigkeitsschäden*