

EFFIZIENTES HEIZEN UND LÜFTEN

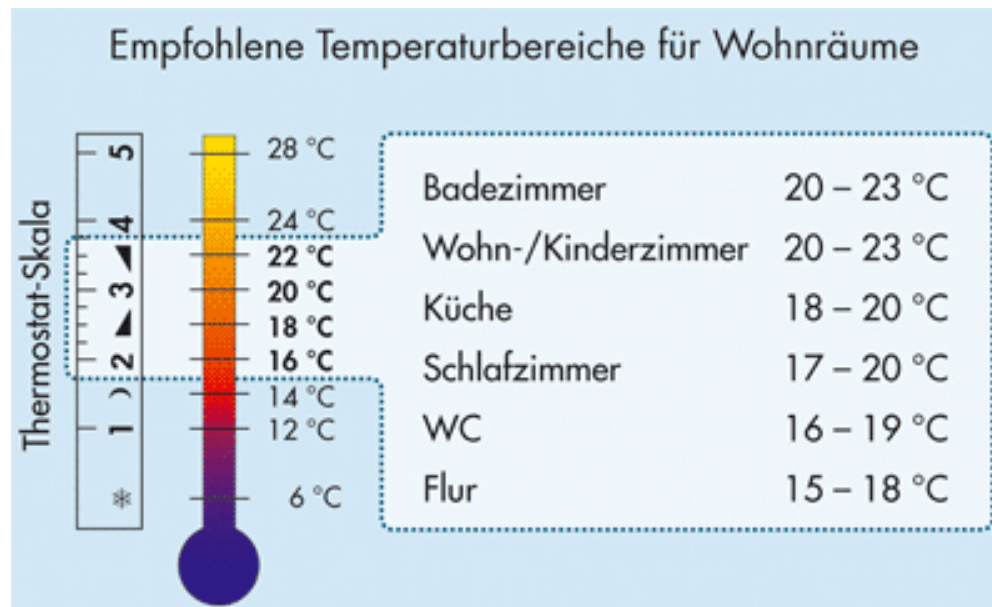
Tag 4

Tipp 1

Beachten Sie die Idealtemperatur!

Halten Sie die richtigen Raumtemperaturen konstant. Damit beugen Sie auch einem unnötigen Auskühlen der Räumlichkeiten vor. Wohn-, Arbeits- und Kinderzimmer sollten tagsüber etwa eine Temperatur von 20-23°C haben, nachts um die 15°C.

Bei Schlafzimmer und Flur empfehlen sich am Tag etwa 17-18°C. In der Küche sollte es nicht wärmer als 20°C sein. Allein die Reduzierung von nur 1°C Raumtemperatur erspart rund 6% Heizkosten.





Tipp 2

Lüften Sie richtig!

Anstatt die Fenster dauerhaft gekippt zu lassen, lieber mehrfach am Tag (3-4 mal) für etwa 10 min ordentlich lüften und dabei die Heizung natürlich ausgeschaltet lassen. So kühlen die Wände nicht dauerhaft aus und ein nachträgliches Heizen ist nicht notwendig.

Auf diese Weise spart man nicht nur Energie, sondern beugt auch Schimmelbildung vor.



Quelle: umweltbundesamt.de

Tipp 3

Vermeiden Sie Wärmestau!

Besonders in der kalten Jahreszeit ist es sinnvoll Wärmestaus in den Räumlichkeiten zu vermeiden. Diese entstehen oft durch zu eng anstehende Möbel oder andere Gegenstände, die die Wärme an ihrer Zirkulation hindern. Die Wärme kann sich so an verschiedenen Stellen stauen. Der übrige Raum erhält keine Wärmezufuhr mehr und kühlt allmählich aus. Allein die dadurch verloren gegangene Wärme kann bis zu 40 % der produzierten Heizwärme ausmachen.

Daher gilt:

- Heizkörper frei halten.
- Vorhänge beiseite schieben und Möbel wegrücken.
- Die Verkleidung von Heizkörpern kann ebenfalls wertvolle Wärme schlucken und sollte bei Bedarf abgenommen werden.
- Beherzigen Sie diese Tipps, kann die Wärme im Raum ungehindert zirkulieren. Die Heizkostensparnis kann bis zu 270 Euro ausmachen (vz-nrw.de).

Tipp 4

Achten Sie auf die Raumfeuchtigkeit!

Die Raumfeuchtigkeit in den eigenen vier Wänden ist nicht zu unterschätzen. Ausgegangen von einem Vierpersonenhaushalt werden pro Tag etwa 12 l Feuchtigkeit als Wasserdampf abgegeben, der sich wiederum in der Raumluft anreichert. Sind die Zimmerwände durch falsches Heizen/Belüften zu stark ausgekühlt und die Luftfeuchte entsprechend hoch (> 70%), besteht die Gefahr der Schimmelbildung.

