

SPAREN SIE BARES GELD

Richtiges Lüften in der Heizperiode senkt den Energieverbrauch um bis zu 25% – und damit auch die Kosten.

Wussten Sie, dass eine um ein Grad Celsius gesenkte Raumtemperatur Ihre Heizkosten um rund 6% reduzieren kann? In der Praxis bedeutet das, dass Sie bei einer Absenkung der Temperatur von 24°C auf 20°C eine Ersparnis von 20 bis 25% erreichen können.

Es gibt aber noch weitere Spartipps, die Sie leicht umsetzen können: So sollte nicht jeder Raum die gleiche Temperatur aufweisen. Während die Wohlfühltemperatur im Bad bei rund 21°C liegt, sollte sie im Schlafzimmer für einen gesunden und erholsamen Schlaf nicht mehr als 17°C betragen. Schließen Sie daher stets die Türen zu wärmeren Räumen und schalten Sie Heizkörper bei geöffnetem Fenster ganz ab (Nullschaltung/Frostsicherung).

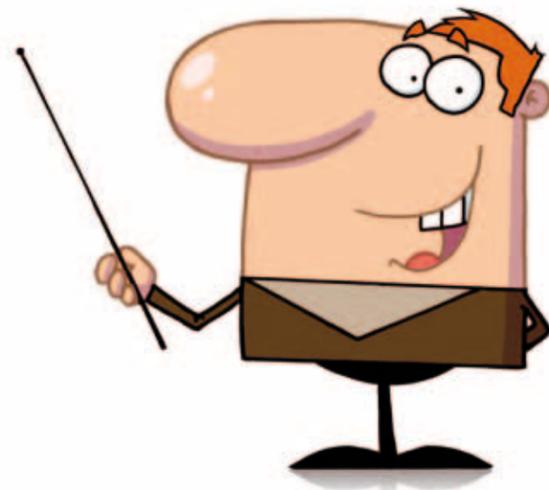
Auch Dauerlüften bei gekippten Fenstern verbraucht viel Energie. Stoß- oder Querlüften (Durchzug) ist dagegen deutlich effektiver und verringert zudem das Schimmelpilzrisiko.

Auf der nächsten Seite haben wir Ihnen 12 praktische Tipps für das richtige Lüften zusammengestellt. Um Ihren Energieverbrauch im Blick zu behalten, kann Ihnen zudem unser WFD-Thermo-Hygrometer behilflich sein.

Idealerweise sollte die Luftfeuchtigkeit in einem 20° C warmen Zimmer 60% nicht übersteigen. Mit unserem Hygrometer können Sie ganz bequem für ein ausgewogenes und angenehmes Raumklima sorgen.



RICHTIG LÜFTEN SPART GELD



Bei Fragen:

Wohnungsbau GmbH Familienhilfe Düsseldorf
Elisabethstraße 86
40217 Düsseldorf

Telefon: 0211 | 28 07 44 40
E-Mail: info@wfd-duesseldorf.de
www.wfd-duesseldorf.de



**GEWUSST WIE...
RICHTIG HEIZEN
UND LÜFTEN**



Rund acht Monate pro Jahr dauert die Heizperiode in Deutschland. Wie Sie in dieser Zeit Heizkosten sparen, ein angenehmeres Wohnklima erzeugen und gleichzeitig Ihrer Gesundheit etwas Gutes tun, zeigt unser Ratgeber für richtiges Heizen und Lüften.

Die meiste Zeit des Jahres über halten wir uns in geschlossenen Räumen auf. Kein Wunder also, dass wir es dort gerne behaglich haben. Zum persönlichen Wohlbefinden beim Wohnen gehören neben der Raumausstattung auch klimatische Faktoren wie Raumtemperatur, Luftfeuchte oder Sauerstoffaustausch. Natürlich spielen Gerüche, Bekleidung und körperliche Verfassung sowie Aktivitäten ebenfalls eine wichtige Rolle.

Sie selbst können mit einfachen Mitteln Ihr Wohlbefinden in Ihrer Wohnung verbessern: Mit Fenster und Thermostat stehen Ihnen zwei Hilfsmittel zur Verfügung, die – richtig eingesetzt – für eine deutliche Verbesserung der Raumluftqualität sorgen. Folgen Sie den Tipps dieser Broschüre und sorgen Sie neben einem angenehmen Wohnklima für mehr Wohlbefinden und vor allem weniger Heizkosten.

SO ENTSTEHT SCHIMMEL

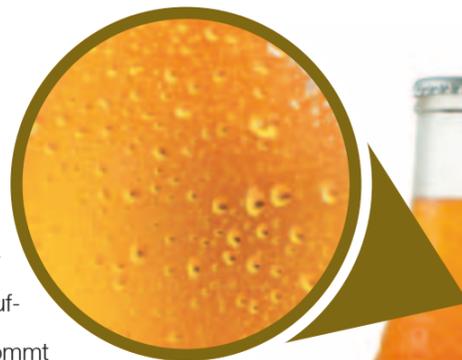
Feuchte Wände und Schimmel gehen meist Hand in Hand. Wie kommt das?

Warme Luft kann relativ viel Wasser binden, Sie kennen das zum Beispiel von Wasserdampf. Kühlt dieser Wasserdampf ab – was meist an vergleichsweise kaltem Mauerwerk passiert –, entstehen Kondensstropfen. Diesen Effekt kennen Sie von eiskalten Wasserflaschen, an deren Außenseite sich in warmer Umgebung Kondensstropfen bilden. Leider ist Wasserdampf in der Luft unsichtbar.

Sobald im Raum die Luftfeuchtigkeit zu hoch ist, schlägt sich die feuchte Luft am kaltem Mauerwerk ab und wird als Kondenswasser sichtbar. In Ihrer Wohnung kann dieser Effekt vor allem an so genannten Wärmebrücken

(Ecken, Außenwände, Zimmerdecken) auftreten. Kommt

dann noch schlechte Luftbewegung hinzu wie beispielsweise hinter großen Möbeln, dann ist Schimmel vorprogrammiert. Gerade in der kalten Jahreszeit wird das Schimmelwachstum durch falsches Heizen und Lüften begünstigt – auf Dauer ein gesundheitliches Risiko für Menschen und Haustiere.



© bshphotography - Fotolia.com

BLEIBEN SIE GESUND

Schimmel ist unappetitlich und sorgt häufig für muffigen Geruch. Schimmel gefährdet aber auch Ihre Gesundheit.

Im Gegensatz zu unserem Temperaturgefühl ist unser Empfinden für Luftfeuchtigkeit nicht gut ausgeprägt. Sehr feuchte Saunaluft oder durch eine Klimaanlage „getrocknete“ Luft registrieren wir noch, nicht jedoch die Zwischenstufen in unseren Wohnräumen. Gleiches gilt

für die Belastung der Atemluft durch Keime, Viren und Pilzsporen. Folgen Sie den Tipps in dieser Broschüre, um die Luft- und Lebensqualität in Ihrer Wohnung mit einfachen Mitteln zu verbessern. Lüften Sie beispielsweise direkt nach dem Aufstehen Ihr Schlafzimmer gut durch. Die frische Luft macht Sie fit für den Tag und vertreibt die Feuchtigkeit, die sich über Nacht in Ihrem Zimmer gesammelt hat – pro Person ist das gut ein Liter Wasser pro Nacht! Übrigens: Nicht nur Schimmelpilze fühlen sich in feucht-warmen Räumen besonders wohl, sondern auch gefährliche Hausstaubmilben!



© Hittoon - Fotolia.com

ACHTUNG

Große Schränke sollten nicht zu dicht an kritische Wände angedrückt werden. Aber: 2 - 4 cm Abstand müssen reichen.

- 1 Auch in den kälteren Jahreszeiten sollten Sie in Wohnzimmer, Kinderzimmer und Küche 20 Grad, im Bad auch 21 Grad halten. Die ideale Temperatur für Ihr Schlafzimmer in der Nacht wäre 17 Grad.
- 2 Wenn Sie nicht zuhause sind, sollten Sie Ihre Heizung tagsüber nie ganz abstellen. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer als eine abgesenkte Durchschnittstemperatur zu halten.
- 3 Lüften Sie nie von einem Zimmer ins andere, sondern direkt nach draußen. Zwischen unterschiedlich warmen Räumen sollten Sie Ihre Innentüren immer geschlossen halten.
- 4 Heizen Sie nicht Ihr Schlafzimmer vom Wohnzimmer aus. Das „Überschlagenlassen“ des kühlen Schlafzimmers führt zu warmer, also feuchter Luft im Schlafzimmer und diese schlägt dort ihre Feuchtigkeit nieder.
- 5 Richtig lüften bedeutet, dass Sie Ihre Fenster für das so genannte Stoßlüften kurzzeitig ganz öffnen. Eine Kippstellung ist wirkungslos und verschwendet unnötig Heizenergie.
- 6 Führen Sie morgens in Ihrer Wohnung, am besten mit einem Durchzug, einen kompletten Luftwechsel durch.
- 7 In der Regel reichen 15 Minuten Stoßlüftung aus. Je nach Wind und Temperaturunterschied zwischen innen und außen reichen auch kürzere Lüftungszeiten.
- 8 Einmal täglich lüften genügt leider nicht. Lüften Sie vor- und nachmittags nochmals die Zimmer, in denen sich Personen aufgehalten haben und führen Sie abends erneut einen kompletten Luftwechsel durch. Wenn tagsüber niemand zuhause ist, reicht es, morgens und abends richtig zu lüften.
- 9 Große Mengen Wasserdampf (z.B. Baden, Kochen, Bügeln oder Wäschetrocknen) sollten Sie möglichst sofort nach draußen ablüften. Halten Sie dabei alle Zimmertüren geschlossen, damit sich der Dampf nicht in der gesamten Wohnung verteilt. Bei einem innen liegendem Bad ohne Fenster lüften Sie auf dem kürzesten Weg nach draußen.
- 10 Lüften Sie auch bei Regenwetter, wenn es nicht gerade zum Fenster hereinregnet. Die kalte Außenluft ist trotzdem trockener als die warme Zimmerluft.
- 11 Bei neuen, besonders dichten Isolierglasfenstern ist häufigeres Lüften notwendig. Auch dann sparen Sie im Vergleich zum alten Fenster Heizenergie.
- 12 Luftbefeuchter für Ihre Wohnung sind in der Regel überflüssig.