

Richtig lüften ist kein Hexenwerk

Es kostet nichts und ist doch unbezahlbar: Lüften sorgt für gute Raumlufte, spart Energie, schützt die Gesundheit und die Bausubstanz vor Schäden durch Feuchtigkeit.

Sie möchten mit geringem Aufwand Energie sparen? Beherzigen Sie folgende Tipps:

- **Adieu Kipfenster!** Stets auf Kipp stehende Fenster erhöhen unnötig den Verbrauch von Heizenergie. Die schöne warme Raumlufte entschwindet sinnlos ins Freie. Deshalb: Vermeiden Sie dauerhafte Kipplüftung.
- **Stoßlüftung am besten quer durch die Wohnung!** Dann wirkt die Frischluftzufuhr am effektivsten. Durch das weite Öffnen gegenüberliegender Fenster entsteht Durchzug.
- **Heizung abdrehen!** Stellen Sie in der Heizperiode während des Lüftens alle Heizkörper im Raum aus. Alternativ können Sie Thermostate mit „Fenster-offen-Erkennung“ verwenden.
- **Und wie funktioniert das bei der Fußbodenheizung?** Eine nass verlegte, mit Estrich vergossene Fußbodenheizung kann

während des Lüftens eingeschaltet bleiben, eine trocken verlegte sollte besser ausgeschaltet sein.

- **Sie fragen sich, wie lange Sie lüften sollen?** Im Winter reichen zwei bis drei Minuten, damit die Wände nicht auskühlen. Im Sommer darf es eine Viertelstunde sein, dann sind die Temperaturunterschiede innerhalb und außerhalb eines Gebäudes geringer.
- Übrigens genügen drei Stoßlüftungen pro Tag in der Regel. Wenn besonders viel Feuchtigkeit freigesetzt wird – etwa beim Kochen, Duschen oder Wäschetrocknen –, lüften Sie am besten sofort und erhöhen die Anzahl der Lüftungsvorgänge auf vier bis fünf pro Tag.
- Achten Sie vor allem in nicht durchgängig beheizten Räumen wie dem Schlafzimmer sowie in Küche und Bad auf richtiges Lüften. Nur so vermeiden Sie Schimmelbefall.

WER CLEVER IST, KONTROLLIERT

Für ein optimales Raumklima und zum Verhindern von Schimmelbefall ist es hilfreich, regelmäßig die Feuchtigkeit in Ihrer Wohnung zu kontrollieren. Dafür gibt es ein Messinstrument, das Hygrometer. Idealerweise beträgt die relative Luftfeuchte zwischen 40 und 60 Prozent. Messen Sie möglichst in der Mitte des Raumes, nicht nah am Heizkörper oder Fenster. Wenn das Hygrometer im Winter mehr als 60 Prozent anzeigt, öffnen Sie die Fenster weit, bis der Wert auf etwa 50 Prozent sinkt.

