

## In 5 Schritten lüften!

1. Regeln Sie Ihren Heizkörper herunter.
2. Öffnen Sie Fenster und Türen komplett.
3. Stellen Sie für 5-10 Minuten einen Durchzug her.
4. Schließen Sie die Fenster und regeln Sie die Heizung in die Ausgangslage herauf.
5. Lüften Sie mehrmals am Tag.

Je trockener die Luft, desto schneller lässt sie sich erwärmen – so sparen Sie Energie + Geld.

### Warum Lüften wichtig ist:

Ein erwachsener Mensch verdunstet täglich ca. 2 Liter Feuchtigkeit. Dazu kommt Feuchtigkeit zum Beispiel vom Duschen, Kochen und Wäschetrocknen. Diese Feuchtigkeit setzt sich als **Kondenswasser an kalten Bauteilen** wie beispielsweise Wänden und Fensterflächen ab und kann zu Schimmelbildung führen. Wenn Sie richtig lüften und anschließend heizen, vermeiden Sie feuchte Luft in Ihrer Wohnung.

**Schimmelpilze lieben Feuchtigkeit** und vermehren sich durch Millionen unsichtbare Sporen in der Luft. Dabei lassen sich diese Mikroorganismen durch **richtiges Lüften und Heizen fernhalten**.

## Gut zu wissen!

**Gasetagenheizungen** werden durch einen **Raumtemperaturregler** gesteuert. Damit können die eingestellte Raumtemperatur konstant gehalten und **Heizkosten eingespart** werden.

Für einen optimalen Heizbetrieb beachten Sie auch hierbei die Hinweise und die Bedienungsanleitung.

# heizen + lüften

So geht's richtig!

### spar+bauverein eG

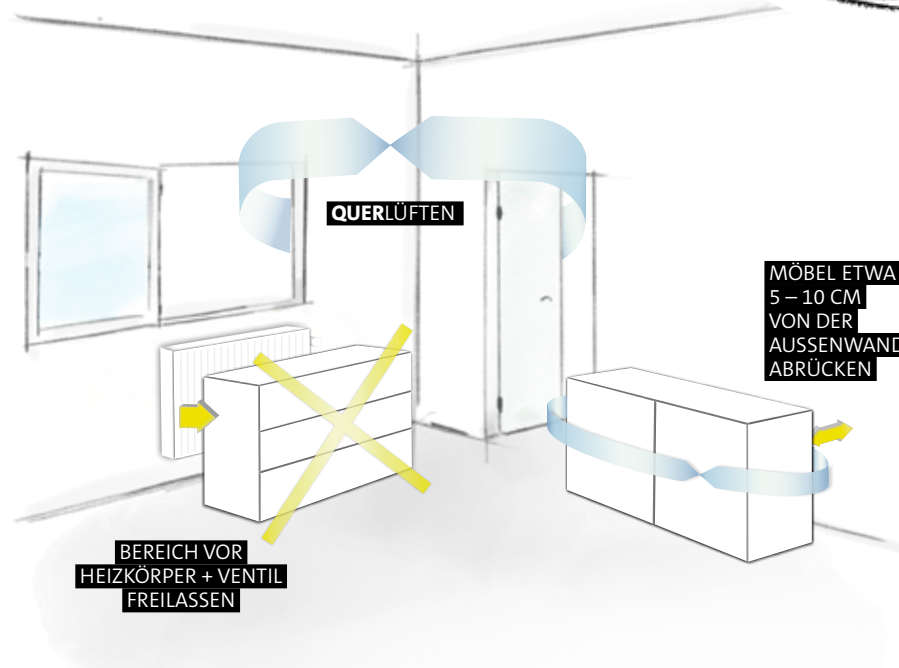
Arndtstraße 5 | 30167 Hannover  
T 0511-9114-0  
kontakt@spar-bau.de  
www.spar-bau-hannover.de

**spar+bau**  
Lebe Dein Zuhause.



Für gutes  
Raumklima  
sorgen  
=  
Richtig  
Heizkosten  
sparen

Wer seine  
Wohnung gleich-  
mäßig beheizt,  
verbraucht weniger  
Energie.



## WIE SIE RICHTIG HEIZEN

... **in der Wohnung:**  
20°C sollte die **mittlere Raumtemperatur** betragen.

... **beim Lüften:**  
Stellen Sie das Thermostatventil auf Frostschutzstellung (❄) oder den Raumtemperaturregler auf 5°C beziehungsweise aus.

... **wenn Sie die Wohnung verlassen:**  
Schalten Sie Ihre Heizung nicht komplett ab – ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen Ihrer Wohnung verbraucht viel Energie. Besser: Halten Sie die Temperatur konstant.

... **in selten genutzten Räumen:**  
Stellen Sie eine **Grundtemperatur von ca. 18 °C** her – auf dem Thermostat entspricht dies zumeist einer Einstellung zwischen 2 und 3.

## WIE SIE RICHTIG LÜFTEN

### Keine halben Sachen:

Öffnen Sie die **Fenster für 5 – 10 Minuten komplett**.  
**Tipp:** Es lohnt sich, mehrmals täglich durchzulüften.

### Querlüften:

Öffnen Sie **Türen und Fenster**, sodass kurzzeitig ein Durchzug entsteht. So tauschen Sie die Luft am effektivsten aus.  
**Tipp: Nicht Kipplüften** – denn wenn Sie das Fenster nur kippen, kann die Luft kaum entweichen, während Ihre Wände immer mehr auskühlen. So verschwenden Sie nicht nur Energie, sondern schaffen die Grundlage für Schimmelbildung.

### Überall durchlüften:

Achten Sie darauf, dass die Luft auch an nicht zugänglichen Stellen in der Wohnung entweichen kann. Lassen Sie daher einen **kleinen Abstand zwischen Außenwand und Möbeln**.  
**Tipp:** In Räumen ohne Fenster sollten Sie die vorhandene Entlüftung nicht verschließen.

### Dampf ablassen:

Lüften Sie den **Wasserdampf** beim Kochen, Duschen oder Baden **sofort nach draußen ab** – am besten dort, wo der Dampf entsteht. So reduzieren Sie Feuchtigkeit.  
**Tipp:** Hängen Sie Wäsche nicht in der Wohnung auf, sondern in den dafür vorgesehenen Trockenräumen.