

Richtiges Lüften spart Energie

Das richtige Lüften spart nicht nur Energie, vor allem im Winter, sondern beugt auch der Bildung von Schimmelpilzen vor. Die richtige Raumtemperatur und die Höhe der Luftfeuchtigkeit sind entscheidend für ein behagliches Wohnklima. Die Verbraucherzentrale spricht davon, dass wir uns bei einer Luftfeuchtigkeit 35 und 60 Prozent und einer Raumtemperatur zwischen 19 und 22°C am wohlsten fühlen. Doch dies ist lediglich ein Richtwert, den Sie mit einem Thermometer und einem Luftfeuchtigkeitsmessgerät messen können.

Achten Sie beim Lüften aufs Wetter. Im Winter bei Temperaturen unter oder um den Gefrierpunkt reicht es 5 Minuten die Fenster zu öffnen. Bei wärmeren Graden können es auch zehn bis 15 Minuten sein.

Lüften Sie regelmäßig morgens nach dem Aufstehen und abends vor dem zu Bett gehen, denn dann ist die Luft in der Wohnung besonders feucht und sollte ausgetauscht werden. Sinnvoll ist es außerdem direkt zu lüften, wenn zusätzliche Feuchtigkeit entsteht, also beim Kochen, Duschen oder Baden.

Lüften Sie nicht dauernd, sondern mit dem so genannte Stoßlüften. Das heißt sie öffnen alle Fenster, drehen das Heizungsthermostat für diese kurze Zeit runter und schließen das Fenster gleich wieder. Vorteil, dadurch kühlen die Wände nicht so sehr aus und das spart Energie.

Sie sollten auf keinen Fall mit gekippten Fenstern und geöffneter Haustür lüften, denn hierbei dauert es 15 bis 30 Minuten bis die Luftfeuchtigkeit draußen ist. Wenn Sie das Fenster immer gekippt lassen und dabei die Zimmertür schließen dauert es über eine Stunde, bis die Luftfeuchtigkeit draußen ist. Bis dahin sind die Wände und Decken ausgekühlt und das kostet Energie und Geld.