

Energiesparen – nicht um jeden Preis

9 TIPS ZUM RICHTIGEN HEIZEN UND LÜFTEN

Nach einer Faustformel können durch die Absenkung der Raumtemperatur um einen Grad Celsius Heizkosten im Umfang von 5-6 % eingespart werden. Aber zu große Sparsamkeit kann zu Feuchtigkeitsschäden in der Wohnung führen.

Dafür sorgt die hohe Luftfeuchtigkeit in einem Raum. Unsere Luft setzt sich aus Wasserdampf und trockener Luft (mehreren Gasen) zusammen, welche sich grundsätzlich zwischen der absoluten und der relativen Luft-feuchte unterscheiden. Diese beiden Luftfeuchtigkeiten sind für den Wasserdampf Anteil in der Luft zuständig. Sie können sich durch falsche Maßnahmen negativ auf ein Objekt auswirken.

Dadurch kann sich zum Beispiel ein Schimmelpilz bilden. Der aufgrund von 1.000-1.000.000 Schimmelpilzsporen in unserer Atemluft sich leicht verbreiten kann.

Hier einige Tips zum richtigen Heizen und Lüften:

1. Auch im Herbst und Frühjahr sollten (bei Abwesenheit) folgende Temperaturen eingehalten werden: Im Wohnzimmer, Kinderzimmer und in der Küche 20 ° C, im Bad 21 ° C, nachts im Schlafzimmer 14 ° C. Als Faustregel gilt; je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss gelüftet werden.
2. Auch bei Abwesenheit die Heizung tagsüber nicht ganz abstellen. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen sind teurer als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.
3. Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen tags und nachts geschlossen halten. Nicht vom Wohnzimmer das Schlafzimmer mitheizen. Das „Überschlagenlassen“ des nicht geheizten Schlafzimmers führt nur warme, d.h. feuchte Luft ins Schlafzimmer; diese schlägt dort ihre Feuchtigkeit nieder.
4. Richtiges Lüften bedeutet: Die Fenster kurzzeitig (5 Minuten reichen oft schon aus) ganz öffnen (Stoßlüften). Kippstellung ist wirkungslos und verschwendet Heizenergie. Die Mindestzeit für die Lüftung hängt von dem Unterschied der Zimmertemperatur zur Außentemperatur und davon ab, wie viel Wind weht. Selbst bei Windstille und geringem Temperaturunterschied reichen in der Regel 15 Minuten Stoßlüftung aus.
5. Morgens in der Wohnung einen kompletten Luftwechsel durchführen. Am besten Durchzug machen, ansonsten in jedem Zimmer das Fenster weit öffnen. Je kälter es draußen ist, desto kürzer muss gelüftet werden.
6. Einmal täglich lüften genügt nicht. Vormittags und nachmittags nochmals die Zimmer lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben. Abends einen kompletten Luftwechsel inkl. Schlafzimmer vornehmen. Nicht von einem Zimmer in ein anderes, sondern nach draußen lüften.
7. Bei innenliegendem Bad ohne Fenster auf dem kürzesten Weg (durch ein anderes Zimmer) lüften. Die anderen Türen geschlossen halten. Besonders nach dem Baden oder Duschen soll sich der Wasserdampf möglichst sofort nach draußen ablüften.
8. Auch bei Regenwetter lüften. Wenn es nicht gerade zum Fenster hereinregnet, ist die kalte Außenluft trotzdem trockener als die warme Zimmerluft. Bei neuen, besonders dichten Isolierglasfenstern häufiger lüften als früher. Auch dann spart man im Vergleich zum alten Fenster Heizenergie.
9. Große Schränke sollten nicht zu dicht an kritische Wände angerückt werden. Aber: Zwei bis vier Zentimeter Abstand müssen reichen.

7 Regeln zur Vermeidung von Feuchteschäden in der Wohnung

	falsch	richtig	warum ?
1.	<p>nicht Lüften</p> <p><i>"das brauche ich nicht"</i></p> <p><i>"Ich heize doch nicht für draußen"</i></p>	<p>täglich 6-8 Liter Wasser im 3-Personenhaushalt allein durch Respiration. Hinzukommen bis 20 Liter Wasserdampf täglich ua. vom Duschen, Baden, Kochen Abwaschen, Wäschetrocknen, Verdunstung Gießwasser Pflanzen ua. Nur wenn diese feuchte Luft täglich mehrmals richtig abgeführt wird, werden ohne Verzicht auf behagliche Raumwärme Heizkosten gespart.</p>	<p>Verbrauchte und feuchte Luft wird als unbehaglich empfunden ("nasskalt"), wärmt nicht und benötigt umsomehr Heizenergie, damit die Raumluft mehr Feuchtigkeit speichert und wieder als warm empfunden wird. Die kritische Grenze relativer Luftfeuchtigkeit liegt bei 55%. Bei höherer Luftfeuchte beschlagen die Fensterscheiben und die Wände. Feuchte Wände leiten die teure Heizenergie bis zu 3 x so schnell nach außen.</p>
2.	<p>Jedes Kipplüften und dauerhaftes Spaltlüften in der Heizperiode.</p> <p><i>"ich lüfte doch den ganzen Tag"</i></p>	<p>in allen Räumen 3 x täglich 5-10 Minuten, Stoß- und Querlüften ("Durchzug") bei breit geöffneten Fenstern.</p> <p>Auch selten benutzte Räume regelmäßig lüften.</p> <p>So sparen Sie Heizenergie!</p>	<p>Die Aussenwände, besonders die Außenecken und Fensterleibungen kühlen durch den Dauer-Kaltluftstrom des gekippten Fensters sehr schnell aus. Der Taupunkt an dieser Wandfläche steigt an, feuchte Luft kondensiert dort trotz normaler Raumtemperatur. Dagegen ist nach 5-10 Minuten Stoßlüften die verbrauchte, feuchte Raumluft durch trockene Frischluft ersetzt, die nach Erwärmung wieder Wasserdampf aufnehmen kann. Nur die Raumluft, nicht aber Wände und Möbel kühlen aus und helfen so die Frischluft wieder anzuwärmen.</p>
3.	<p>Fensterbänke vollgestellt</p> <p><i>"Ich kann doch nicht jedesmal alles wegräumen"</i></p> <p>vor dem Heizkörper Verkleidungen, lange Vorhänge oder vorgestellte Möbel.</p>	<p>Fensterbänke im Winter von Gegenständen freihalten.</p> <p>Die Wärmeabgabe der Heizkörper nicht behindern. Sie bezahlen sonst ungenutzte Wärme !</p>	<p>wegen des Aufwandes die Fensterbank immer wieder zu räumen, wird sonst das Fenster nicht 3 x täglich breit geöffnet !</p> <p>Das Ablesegerät registriert den Wärmestau auf Ihre Kosten als 10 -20 % höheren Wärmeverbrauch.</p>
4.	<p>Heizung völlig abstellen</p> <p><i>"Ich muß es nicht in allen Räumen warm haben"</i></p> <p><i>"Da kann ich sparen"</i></p>	<p>alle Räume der Wohnung während der Heizperiode kontinuierlich ausreichend beheizen. Bei Aufenthalt sollte die mittlere Raumtemperatur mindestens 20 Grad und nachts oder bei Abwesenheit mindestens 16 Grad betragen. Nur kontinuierliches Heizen spart Heizenergie.</p>	<p>Die Räume kühlen vollständig aus: Der Taupunkt steigt stark an. Die in der Warmluft gespeicherte Feuchtigkeit wird wieder freigesetzt und kondensiert sofort an den kälteren Aussenwänden. Das Wiedererwärmen nach Auskühlen von Wänden und Möbeln benötigt ein Vielfaches an Heizenergie als das Warmhalten bei abgesenkten Raumtemperaturen.</p>
5.	<p>weniger beheizte Räume mitwärmen</p> <p><i>"Man muß ja nicht überall voll aufdrehen"</i></p>	<p>Halten Sie die Zimmertüren zu weniger beheizten Räumen möglichst stets geschlossen.</p>	<p>Je wärmer die Raumluft, je mehr Feuchtigkeit wird gespeichert. Mit der wärmeren Luft gelangt Luftfeuchtigkeit in den weniger beheizten Raum, kühlt ab und beschlägt an den kälteren Aussenwänden des weniger beheizten Raums.</p>
6.	<p>Kompakte Möbel direkt an der Wand.</p> <p><i>"Ich will meine Möbel aufstellen, wie ich das will"</i></p>	<p>Möbel in einem Abstand von 5-10 cm von der Wand aufstellen und den Luftzutritt gegebenenfalls über Lüftungsschlitze gewährleisten.</p>	<p>Wichtig ist, dass die Warmluft hinter den Möbeln senkrecht zirkulieren kann. Nur so kann die Wand dahinter erwärmt und Feuchtigkeit hinter dem Möbelstück von der warmen Raumluft aufgenommen</p>
7.	<p>Staub und Ablagerungen auf Tapeten, auf Dichtungsfugen, in Bad, Küche und auf Fensterrahmen.</p>	<p>regelmäßige und gründliche Reinigung auch der Dichtungsfugen.</p>	<p>Dieser Schmutz in Verbindung mit Spritz- und Kondenswasser oder mit hoher Luftfeuchtigkeit bildet für Schimmelsporen einen Nährboden wie ein „Grillanzünder“</p>

3 und 9 Schritte zur Beseitigung von Stockflecken

► **Dichtungsfugen an den Bad- und Küchenobjekten und in den Fensterrahmen bzw. zwischen Fenster und Fensterbank?**

1. **Wischen** Sie zuerst feucht und anschließend mit 70- bis 80 % Ethylalkohol ab. Der ist als **Brennspiritus** in allen Drogeriemärkten erhältlich ab 2,00 € als 1 Ltr. Flasche mit anwendungsfreundlichen Spritzaufsatz. Brennspiritus tötet alle Pilze ab. Bei und nach der Anwendung gut lüften und nicht rauchen!
2. **Lösen** Sie die Dichtungsmasse auf ganzer Länge aus der Fuge, wenn diese Reinigung zu spät kommt und die Dichtungsfugen auch danach optisch nicht ansprechend gereinigt sind.
3. **Verfugen** Sie neu mit "schimmelhemmender" Dichtungsmasse.

► **Feuchte und stockfleckige Tapete?**

1. **Schneiden** Sie die befallene Tapete mit einem scharfen Bodenleger- oder Küchenmesser in einem großflächigen Umgriff, mindestens in der Breite der betroffenen Tapetenbahn auf.
2. **Lösen** Sie die eingeschnittene Tapete vollständig von der Wand ab.
3. **Entfernen** Sie befallene Tapeten und entsorgen Sie diese im Plastikbeutel verpackt mit dem Hausmüll.
4. **Reinigen** Sie anschließend die betroffenen Stellen und die Umgebung gründlich möglichst staubfrei durch Absaugen.
5. **Wischen** Sie den Wandputz hinter der abgelösten Tapete mit 70- bis 80 % Ethylalkohol. Dieser als Brennspiritus bekannte Alkohol ist sogar im Kinderzimmer anstatt Chemie zu empfehlen.
6. **Befolgen** Sie sofort und konsequent die **rückseitigen 7 Heiz- Lüftungs- und Möblierungsregeln** zur Vermeidung von Schimmelpilzen.
7. **Stellen** Sie nach ca. 1 Woche fest, dass der tapetenfreie Wandbereich (Wandputz) **trocken** ist.
8. **Tapezieren** Sie den abgelösten Bereich fachgerecht neu.
9. **Streichen** Sie die neue Tapete und den Umgebungsbereich vorzugsweise mit einer **Silikatfarbe**. Dabei handelt es sich um eine Farbe aus Naturmaterial, die wegen ihres hohen basischen Kalkgehalts wesentlich schimmelbeständiger ist. Das 10 kg Gebinde weisser Silikatfarbe ist erhältlich in jedem Baumarkt ab ca. 40,00 €.