

## Thermostat – so warm wird's

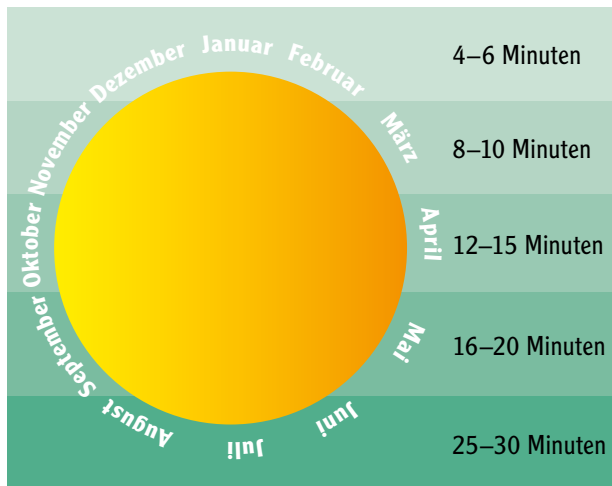
... wenn Sie den Thermostat Ihres Heizkörpers auf die entsprechende Stufe drehen:

Stufe	Raumtemperatur	Zimmer
5	ca. 27° C	wie im Schwimmbad
4	ca. 24° C	maximal im Badezimmer
3 bis 4	ca. 22° C	Arbeits- und Kinderzimmer
3	ca. 20° C	Wohn- und Esszimmer
2	ca. 17° C	angenehme Schlaftemperatur
1	ca. 12° C	ausreichend im Treppenhaus
X	ca. 6° C	nur in Kellerräumen

Durch unterschiedliche Thermostate bzw. Hersteller kann es Abweichungen geben.

## Lüftungszeiten – je nach Jahreszeit

Empfohlene Lüftungszeiten für einen kompletten Luftwechsel bei ganz geöffneten Fenstern und Windstille (Circa-Angaben, abhängig von der Außentemperatur):



**Für weitere Tipps zum Energiesparen sprechen Sie uns einfach an!**

Ihre Ansprechpartnerin: Victoria Melnyk  
 Tel. (040) 21 11 00-61  
 Fax (040) 21 11 00-59  
 melnyk@bgfg.de

**Wir sind für Sie da.**

Baugenossenschaft  
 freier Gewerkschafter eG

Willy-Brandt-Straße 67  
 20457 Hamburg

Tel. (040) 21 11 00-0  
 Fax (040) 21 11 00-11

info@bgfg.de  
 www.bgfg.de



Stand: März 2009

# Richtig heizen, richtig lüften, richtig wohlfühlen!

Kleine Tipps für große Spareffekte



## Wenn die Heizung für Aufregung sorgt...

... dann vor allem mit der jährlichen Heizkostenabrechnung. Bei vielen Mitgliedern hinterlässt der kalte Winter seine Spuren auf dem Konto. Und das im Verhältnis zu anderen Mietnebenkosten nicht zu knapp: Rund 90% des Energieverbrauchs in der Wohnung entfallen auf Heizung und Warmwasser, so das Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung.

Wer sparen will, sollte also unbedingt hier ansetzen und das eigene Heizverhalten überdenken. Und gerade wer bisher viel verbraucht hat, kann in Zukunft umso mehr sparen. Aber Achtung: Auch wer zu wenig heizt, macht nicht alles richtig. Je niedriger die Raumtemperatur, desto höher ist die Luftfeuchtigkeit und umso größer ist die Wahrscheinlichkeit von Stock und Schimmel in der Wohnung – Gesundheitsgefahr! Deshalb ist neben maßvollem Heizen auch regelmäßiges Stoßlüften erforderlich.

Auf diesen Seiten finden Sie Tipps zum richtigen Heizen und Lüften. Sie werden sehen: Es ist nur eine Frage der Gewohnheit, bis die Veränderungen Alltag werden, und mit ein paar Euro mehr auf dem Konto fühlen Sie sich in Ihrer Wohnung gleich nochmal so wohl!

## Richtig heizen – sorgen Sie für gutes Klima!

Wer zu viel bzw. falsch heizt, schadet seinem Geldbeutel, der Bausubstanz und der Umwelt. Niemand muss im Winter im T-Shirt bei tropischen Temperaturen auf dem Sofa sitzen, und stark beheizte Räume sind für die Atemwege sogar ungesund. Mit jedem eingesparten Grad senken Sie Ihre Heizkosten um bis zu 6% und mit einem Paar warmen Socken merkt der Körper kaum einen Unterschied!

### Jedem Raum seine Temperatur.

Heizen Sie nicht die ganze Wohnung auf konstant hohe Temperatur. 20° C sind ein guter Richtwert für Wohnräume, 17° C reichen in Schlafzimmer und Flur. Kälter sollte es nicht sein, denn die an den kalten Wänden kondensierende Feuchtigkeit ist ein perfekter Nährboden für Schimmel.

### Tag der offenen Tür?

Halten Sie die Türen zwischen den einzelnen Räumen geschlossen, damit die einzelnen „Temperaturzonen“ in Ihrer Wohnung bestehen bleiben.

### Genug Platz für Wärme.

Heizkörper sollten nicht durch Möbel oder Vorhänge verstellt werden. Sonst kann die warme Luft nicht frei in den Raum entweichen. Stehen Möbel zu eng an der Außenwand, wird die Luftzirkulation behindert und es können sich feuchte Stellen an den Wänden bilden.

**Nicht da – nicht an?!** Auch wenn Sie tagsüber nicht da sind, sollten Sie die Heizung nicht ganz abdrehen. Bei 17° C bleibt das Raumklima angenehm und Sie können schnell wieder aufheizen. Das Aufheizen ausgekühlter Räume benötigt deutlich mehr Energie – eine unnötige finanzielle Belastung für Sie. Sind Sie länger außer Haus, bitten Sie Nachbarn oder Freunde, ab und zu die Heizung aufzudrehen und gründlich zu lüften!

## Richtig lüften – lassen Sie die Wohnung durchatmen!

Haben Sie das gewusst: Ein Erwachsener gibt – vor allem in der Nacht – bis zu einem Liter Feuchtigkeit ab. Durch Kochen und Duschen bzw. Baden summiert sich die Feuchtigkeit in einem Drei-Personen-Haushalt auf bis zu 8 Liter täglich!

Eine solche Menge kann nicht allein durch die Wände nach außen abgegeben werden – sie muss durch richtiges Lüften abtransportiert werden. Findet kein Luftaustausch statt, besteht vor allem an kalten Wänden Schimmelgefahr. Sorgen Sie also dafür, dass Ihre Wohnung genug Frischluft bekommt!

**... apropos Luft:** Wenn es in den Heizkörpern gluckert oder pfeift, sollten Sie die Heizung entlüften. Die angesammelte Luft erwärmt sich nämlich nicht und Sie müssen die Heizung nur noch höher drehen – eine Kostenfalle! Wenn Sie technische Hilfe brauchen, wenden Sie sich einfach an Ihren Verwalter.

### Bitte nicht kippen!

Gekippte Fenster sorgen kaum für Luftaustausch, sondern kühlen nur die Wände aus. Viel effektiver ist kurzes, kräftiges Lüften über weit geöffnete Fenster, am besten mehrmals täglich.

### Gegen tropisches Klima: Fenster auf!

Leiten Sie verbrauchte Luft nicht durch geöffnete Türen in Nebenräume. Die überschüssige Feuchtigkeit verteilt sich nicht, sondern schlägt sich nur an den Wänden nieder – Achtung: Schimmelgefahr! Wird in einem Raum Wäsche getrocknet, sollten Sie hier öfter lüften und die Türen zu anderen Räumen geschlossen halten.

