

## Richtig lüften

### Ihr Fenster steht im Winter auf Kipp?

Damit lassen Sie kalte Luft in die Wohnung und zwingen die Heizung, ständig nachzulegen. Wenn die Heizung unter dem Fenster hängt, verschwindet die aufsteigende warme Luft direkt durch den Schlitz.

Die Alternative heißt Stoßlüften. Drehen Sie drei- bis viermal täglich die Heizkörper herunter und öffnen die Fenster komplett.

**Nach maximal fünf Minuten schließen Sie das Fenster und stellen die Heizung an.**

### Das schätzt die gemeinnützige

**Beratungsgesellschaft co2online in der Kampagne „Mein Klimaschutz“.**

Stoßlüften in einem Einfamilienhaus kann 165 Euro und 560 kg CO<sub>2</sub> pro Jahr sparen. Die Kampagne wird vom Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit gefördert.



## Duschen statt baden

Mit der Wassermenge einer vollen Badewanne könnten Sie bis zu dreimal warm duschen.

**Wer fünf Minuten unter der Dusche steht, verbraucht sogar nur ein Drittel der Energie, die beim Vollbad fällig wird.** Noch einen Schritt weiter gehen Duschköpfe, die Luft in den Wasserstrahl mischen und bei gleichem Duschgefühl bis zu 50 Prozent weniger Warmwasser pro Minute verbrauchen.

## Warmwasser sparen

**Stellen Sie den Wasserhahn zwischendurch ab**, wenn Sie sich die Hände waschen, unter der Dusche einseifen, die Zähne putzen oder Gemüse säubern. Oder waschen Sie sich auch im Winter die Hände mit Seife und kaltem Wasser – dann fällt gar keine Heizenergie an.

**GEWAG Wohnungsaktiengesellschaft Remscheid**  
Bismarckstr. 23  
42853 Remscheid

[gewag.de](http://gewag.de)

**GEWAG**

# Tipps zum Einsparen von Energiekosten

Clevere Ideen für weniger Verbrauch



## Heizkosten einsparen und gleichzeitig der Umwelt etwas Gutes tun

- ✓ **Warten Sie ab:** Heizen Sie erst, wenn es in den Innenräumen wirklich zu kühl wird. Die günstigste Lösung für den Übergang sind ohnehin Strickjacke und Wollsocken. Wichtig ist aber: Um Schimmelbildung vorzubeugen, sollte die Temperatur in der Wohnung nicht unter 16 °C fallen.
- ✓ **Lassen Sie die Wärme zirkulieren:** Wärmestaus entstehen, wenn vor den Heizkörpern Möbel stehen. Auch bodenlange Vorhänge verhindern, dass sich die erwärmte Luft gut im Raum verteilt. Vorhänge oberhalb der Heizung schirmen dagegen Fenster zusätzlich ab und tragen so zur Ersparnis bei.
- ✓ **Machen Sie Ihre Heizkörper winterfit:** Dreck und Staub können die Heizleistung mindern – um bis zu 30 Prozent, schätzt die Heizungsbranche. Entfernen lässt sich der Schmutz mit speziellen Bürsten oder einem Haartrockner. Heizkörper zu putzen ist aufwendig, aber recht effizient und zahlt sich doppelt aus – mit geringeren Kosten und besserer Raumluft.
- ✓ **Heizkörper entlüften:** Wenn einzelne Heizkörper kalt bleiben oder sich nur langsam erwärmen, liegt das häufig an Luftpolstern, die sich im Heizsystem gebildet haben. Über das Ventil am Heizkörper lassen Sie die Luft ab. Achtung! Klären Sie vorher mit Ihrem Vermieter, ob Sie das System selbst entlüften können oder dies von einem Fachhandwerker durchgeführt werden muss.

## Wie warm sollte es sein ?

Auch wenn jedes Grad weniger Heizenergie und CO<sub>2</sub> einspart: **Ziel ist es immer, sich in seiner eigenen Wohnung behaglich zu fühlen** und – gerade bei einer sitzenden Tätigkeit – im Arbeitszimmer nicht mit den Zähnen zu klappern. Wer leicht friert, darf und soll also mehr heizen, um seine Wohlfühltemperatur zu erreichen und sich angenehme Arbeitsbedingungen zu schaffen.

Badezimmer	23°C
Kinderzimmer	20+°C
Wohnzimmer	20°C
Küche	18°C
Schlafzimmer	17°C



## Homeoffice regelmäßig lüften

Warmer Raum, geschlossene Fenster? Das ist im Homeoffice keine gute Idee.

**Stoßlüften bei abgeschalteter Heizung bringt Sauerstoff und frische Luft in den Arbeitsraum.** Bei Minustemperaturen reichen dabei bereits wenige Minuten – wenn Sie das Fenster wirklich regelmäßig öffnen und so für eine gesunde Arbeitsumgebung sorgen. Die Empfehlung zum Stoßlüften gilt übrigens auch für alle anderen Räume, in denen Sie sich über einen längeren Zeitraum aufhalten.

00

## Achtung, Schimmel!

Kühle Wände und hohe Luftfeuchtigkeit schaffen Rahmenbedingungen, in denen der Schimmel gedeiht. **Deswegen sollte beispielsweise das Badezimmer konstant gut beheizt sein.** Wer nur kurz vor dem Duschen die Heizung hochdreht, erwärmt zwar die Luft – die Wände bleiben jedoch kalt. Dort kondensiert die feuchte Luft, was Schimmel begünstigt.

Auch offenstehende Türen können so zum Problem werden: Gelangt warme, feuchte Luft in einen kühlen Raum, kondensiert die Luftfeuchtigkeit an den Wänden. Das Risiko für Schimmel steigt.

## Wäsche trocknen

**Wäsche in der Wohnung zu trocknen, ist wegen des Schimmels keine gute Idee.** Dazu kommt: Am oder auf dem Heizkörper verhindert die feuchte Kleidung, dass die Luft zirkuliert. Der Thermostat meldet kühle Raumluft und die Anlage heizt permanent nach.

Sie haben keinen Trockenraum im Haus? **Dann können Sie vielleicht den Balkon oder den Hof nutzen.** Feuchte Kleidung trocknet auch, wenn es kalt ist oder friert!

