

# Richtig lüften

## Die wichtigsten Tipps für Sie!

- Im Herbst und Frühjahr sollten (bei Anwesenheit) folgende Temperaturen eingehalten werden. Im Wohnzimmer und in der Küche 20°C, im Bad 22°C und nachts im Schlafzimmer 17 – 20°C.
- Stellen Sie die Heizung tagsüber, bei Abwesenheit, nie ganz ab. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer, als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.
- Richtig lüften heisst, die Fenster ca. 5 Minuten ganz öffnen. Kippstellung ist nutzlos und verschwendet Heizenergie.
- Einmal täglich lüften genügt nicht. In den Zimmern, in denen sich Personen aufhalten, vormittags und nachmittags ein weiteres Mal lüften. Abends einen kompletten Luftwechsel inklusive Schlafzimmer vornehmen.
- Bei Bädern ohne Fenster auf dem kürzesten Weg durch ein anderes Zimmer lüften. Die anderen Türen sollten aber geschlossen bleiben. Nach dem Baden oder Duschen soll sich der Wasserdampf nicht gleichmässig in der Wohnung verteilen.
- Grosse Mengen Wasserdampf (z. B. durch Kochen) möglichst sofort nach draussen ablüften. Schliessen Sie auch hier alle Türen, damit der Dampf an Ort bleibt.
- Häufiger Lüften als früher sollte man bei Neuen, besonders dichten Isolierglasfenstern. Auch dann spart man im Vergleich zum alten Fenster Heizenergie.

