

## Tipps für das richtige Heizen und Lüften

**Das ideale Raumklima für das körperliche Wohlbefinden, aber auch für die Werterhaltung des Holzfußbodens, liegt bei ca. 20°C und eine relative Feuchte von ca. 50%. Ist die Luftfeuchte zu gering, kann es zu außergewöhnlicher Fugenbildung kommen.**

- Heizen Sie auch solche Räume ausreichend, die Sie nicht ständig benutzen oder in denen Sie etwas niedrigere Temperaturen vorziehen.
- Die Temperatur der Innenseite von Außenwänden sollten 17 Grad Celsius nie wesentlich unterschreiten. Dies ist leichter sicherzustellen, wenn Möbelstücke nicht dicht an der Wand stehen (Abstand mindestens 5 cm).
- Die Wärmeabgabe von Heizkörpern sollte nicht durch Verkleidungen oder lange Vorhänge behindert werden.
- Bei Lüften empfiehlt es sich, den vollständigen Luftaustausch möglichst schnell ablaufen zu lassen. Öffnen Sie deshalb die Fenster und Türen weit; schaffen Sie nach Möglichkeit Durchzug. Nach fünf bis zehn Minuten haben Sie dann die verbrauchte, feuchte Raumluft durch trockene Frischluft ersetzt, die nach ihrer anschließenden Erwärmung wieder viel Wasserdampf aufnehmen kann.
- Jede Dauerlüftung durch spaltbreites Offenhalten oder Ankippen von Fenstern kostet unverhältnismäßig mehr Energie und sollte daher während des Heizbetriebs unterbleiben.
- Ein nochmaliges, gegebenenfalls etwas längeres tägliches Lüften genügt heute, nach Abdichtung aller Fugen und Spalten, im Allgemeinen nicht mehr. Je nach Nutzung muss die sogenannte Stoßlüftung bis zu drei Mal wiederholt werden.
- Größere Wasserdampfmengen, die beispielsweise beim Kochen oder Duschen entstehen, sollten am besten durch gezieltes Lüften der betreffenden Räume sofort nach außen abgeführt werden. Die Türen sollten während dieser Vorgänge möglichst geschlossen bleiben, damit sich der Wasserdampf nicht in der gesamten Wohnung ausbreiten kann.