

Gifhorner Wohnungsbau-Genossenschaft eG • Postfach 1165 • 38501 Gifhorn



1949 – 2024

Pressespiegel vom 07. Dezember 2024



Gifhorner Wohnungsbau-Genossenschaft eG
Alter Postweg 36 • 38518 Gifhorn
Tel.: (0 53 71) 98 98-0
gwg@gwg-gifhorn.de

Bankverbindung
Sparkasse Celle-Gifhorn-Wolfsburg
IBAN: DE23 2695 1311 0011 0107 25
BIC: NOLADE21GFW

Volksbank eG BraWo
IBAN: DE27 2699 1066 3003 5580 00
BIC: GENODEF1WOB

Postbank Hannover
IBAN: DE59 2501 0030 0047 7403 01
BIC: PBNKDEFFXXX

Vorstand: Andreas Otto, Regine Wolters • **Aufsichtsratsvorsitzender:** Uwe Meyer • **Sitz:** Gifhorn • **Registergericht:** Hildesheim GenR. 100016

Frische Luft und konstante Wärme

Wer Schimmel verhindern will, muss auch in der kalten Jahreszeit ausreichend lüften und genug heizen

Von Isabelle Modler

Berlin. Frische Luft muss rein, die Luftfeuchtigkeit muss aus der Wohnung raus. Auch an kalten Tagen. Andernfalls, so die Verbraucherzentrale (VZ), kann sich Schimmel bilden. Zwischen sechs und zwölf Litern Flüssigkeit gibt ein Vierpersonenhaushalt pro Tag an die Raumluft ab. Die muss also raus. Aber wie? Und wie schafft man es, dabei möglichst wenig Heizwärme zu verlieren?

Die richtige Strategie beim Lüften

Das hängt ein wenig von der Anzahl der Personen im Haushalt und der Nutzung der Räume ab. Je mehr, desto mehr, so die Faustregel der Verbraucherschützerinnen und -schützer. Und entstehende Feuchtigkeit beim Duschen, Kochen oder nach dem Schlafen lüftet man am besten so schnell wie möglich durchs weit geöffnete Fenster raus. Und sonst?

„Am besten lüftet man an kalten Tagen „kurz und knackig“, rät Markus Lau vom Deutschen Verband Flüssiggas (DVFG). Also zwei- bis dreimal täglich – und zwar auch bei niedrigen Außentemperaturen, Regen oder Wind. Dann das Fenster für drei bis fünf Minuten weit öffnen und stoßlüften.

Idealerweise öffnet man gleichzeitig gegenüberliegende Fenster.



Fenster weit auf, dabei die Heizung runterdrehen: An kalten Tagen hilft Stoßlüften, um Schimmel zu verhindern und Energie zu sparen.

FOTO: ZACHARIE SCHEURER/DPA-TMN

Das nennt man Querlüften. So kann die frische Luft am schnellsten in den Raum strömen. Wichtig dabei: Tür zu in Räumen, in denen besonders viel Feuchtigkeit entsteht – also im Bad durch das Duschen und in der Küche durch das Kochen. Sonst verteilt sich die Feuchtigkeit im gesamten Zuhause.

Gekippte Fenster und Dauerlüften sollte man besonders bei winter-

lichen Temperaturen vermeiden. Das ist nicht nur eine Energieverschwendung, dadurch kühlen sonst auch die Wände ab und werden feucht.

Luftfeuchtigkeit: Wie feucht ist zu feucht?

Bei einer Temperatur zwischen 18 und 22 Grad Celsius liegt die optimale Luftfeuchtigkeit laut VZ bei 40

bis 60 Prozent. Wie hoch sie tatsächlich ist, lässt sich mit einem Hygrometer bestimmen. Die gibt es für wenige Euro im Baumarkt, für mehr Geld auch als vernetzte Smarthome-Lösungen.

Aber wann wird es gefährlich? Die Schimmelgefahr steigt bereits, wenn die relative Luftfeuchtigkeit im Winter regelmäßig über 50 Prozent liegt. Ab einer relativen Luftfeuchtigkeit von 70 bis 80 Prozent direkt vor einer Wand können dort laut VZ Schimmelpilze wachsen. Selbst wenn die Wand sich nicht feucht anfühlt.

Und die Luftfeuchtigkeit ist nicht überall im Raum gleich. Selbst wenn sie in der Mitte des Raums 50 Prozent beträgt, kann es an ungedämmten Außenwänden oder anderen kalten Oberflächen schon deutlich feuchter sein. Außer dem richtigen Lüften ist also auch richtiges Heizen wichtig.

Temperatur nicht ständig verändern

Maximal die Heizung aufdrehen, damit die Wohnung nach dem Bürotag schnell warm wird – der Impuls sei verständlich. Aber so ein Heizverhalten ist wenig effizient, sagt Markus Lau. Auch nicht ratsam: die Heizung ganz runter drehen, wenn einem etwa nach dem Sport schön warm ist.

Häufiges Hoch- und Runterdrehen der Heizung verbraucht beson-

ders viel Energie – und verfehlt die gewünschte Wirkung. Denn über die Thermostate am Heizkörper regelt man die gewünschte Endtemperatur – der Raum wird durch einen voll aufgedrehten Regler aber nicht schneller warm.



Häufiges Hoch- und Runterdrehen der Heizung verbraucht viel Energie – und verfehlt die gewünschte Wirkung.

Statt ständig kurzfristig am Regler zu spielen: Entscheiden Sie sich für eine individuelle Wohlfühltemperatur und halten Sie diese. Am besten, so Markus Lau, heizt man den Raum konstant. Einzige Ausnahme: Beim Stoßlüften die Heizkörperthermostate immer komplett zudrehen.

Wenige Grad Unterschied sorgen für große Energieersparnis

Wer den Thermostat zum Beispiel auf Stufe drei stellt, erhält eine Endtemperatur von etwa 20 Grad im

Raum. Schon ein Grad weniger reduziert die Heizenergie um rund 6 Prozent, nennt Lau als Orientierung. Errechnet vor: Wer die Temperatur von 20 auf 16 Grad senkt, kann im wenig genutzten Gästezimmer den Energieverbrauch um bis zu 24 Prozent reduzieren.

Zur Übersicht: Die meisten manuellen Heizungsthermostate haben fünf Temperaturstufen. Ist diese Temperatur erreicht, regelt das Gerät ab. Das bedeuten sie:

■ Stufe 1: ungefähr 12 Grad

■ Stufe 2: ungefähr 16 Grad

■ Stufe 3: ungefähr 20 Grad

■ Stufe 4: ungefähr 24 Grad

■ Stufe 5: ungefähr 28 Grad

Je nach Heizkörper, Heizungsart und baulichen Begebenheiten kann die tatsächliche Temperatur abweichen. Die Angaben sind Richtwerte. Markus Lau rät davon ab, im Winter einzelne Räume gar nicht zu heizen. Denn je stärker die Zimmer und Wände auskühlen, umso größer sei das Schimmelrisiko. Da sich dort vorhandene Feuchtigkeit leichter absetzt.

Daher sein Tipp: Unbedingt vermeiden, dass die Temperatur in Wohnräumen dauerhaft unter 16 Grad fällt. Werden Räume unterschiedlich genutzt und dadurch anders geheizt, sollte man die Türen zu diesen Räumen geschlossen halten – der Temperaturunterschied sollte zudem nicht mehr als fünf Grad betragen.

Aller Zeitung, 07. Dezember 2024