



## Die Wohnung als Wohlfühloase

### Optimales Raumklima senkt Heizkosten und hält gesund

Draußen herrscht Schmuddelwetter, drinnen Behaglichkeit. Wer ein paar einfache Tipps beachtet, macht jetzt in der dunklen Jahreszeit seine Wohnung zur Wohlfühloase und freut sich dabei über geringere Heizkosten.

Optimale Luftfeuchtigkeit: Ideal sind zwischen 40 und 60 Prozent. Zu trockene Luft reizt die Schleimhäute und macht anfällig für Infekte. Dagegen entsteht bei zu hoher Luftfeuchtigkeit (etwa im Bad oder Schlafzimmer) leicht Schimmel. Materialien wie Mineralputz regulieren Feuchtigkeit und hemmen Schimmelbildung.

Genügend Frischluft: regelmäßiges Stoßlüften bei weit geöffneten Fenstern und ausgeschalteter Heizung sorgt für einen schnellen Luftaustausch, ohne dass viel Heizenergie verloren geht. Gekippte Fenster treiben dagegen die Heizkosten hoch und provozieren Schimmelbildung, weil die Wand rund ums Fenster stark auskühlt und Luftfeuchtigkeit kondensiert.

Richtig heizen: Schon ein Grad weniger Raumtemperatur spart sechs Prozent Heizkosten, rechnet Roland Mäckle von der Regionalen Energieagentur Ulm vor. In Wohnräumen sollten es rund 20 - 22 Grad sein, in Küche und Schlafzimmer reichen 18 Grad.

Die Regionale Energieagentur hilft Ihnen beim Energiesparen. Nutzen Sie unser kostenloses und unabhängiges Erstberatungsangebot.

**Kontakt:**

Regionale Energieagentur Ulm  
Olgastraße 95, 89073 Ulm  
Tel. 0731-173270

[info@regionale-energieagentur-ulm.de](mailto:info@regionale-energieagentur-ulm.de)  
[www.regionale-energieagentur-ulm.de](http://www.regionale-energieagentur-ulm.de)

Energiespartipp der Woche