



## Sparsam heizen ohne Schimmel

### **Bleibt die Wohnung zu kalt, drohen Schäden für Gesundheit und Bausubstanz**

**Die Energiekrise zwingt uns zum Energiesparen – auch im eigenen Zuhause. Doch bleiben die Räume kühl, können teure Schäden und gesundheitliche Risiken die Folge sein. Denn Schimmelsporen aus der Luft haben es dann leichter, sich anzusiedeln. Wichtig daher: Heizen und Lüften mit System. Hier einige Tipps der Regionalen Energieagentur Ulm:**

- Die Räume tagsüber auf mindestens 16 Grad halten – auch wenn sie leer stehen. Sonst drohen Feuchtigkeitsschäden im Gemäuer. Das gilt insbesondere für Bauten mit schlechter Dämmung.
- Die Luft aus warmen Räumen sollte nicht durch offene Türen in kühle Zimmer gelangen. Geschieht das häufig, bildet sich auf lange Sicht Feuchtigkeit auf kalten Mauern, der zu Schimmel führt. Betragen die Temperaturunterschiede 5 Grad und mehr, die Türen schließen.
- Wärmebrücken bilden sich vor allem an Außenwänden, Fenstern und hinter Möbelstücken. Solche Bereiche werden schlechter warm. Bei Möbeln also auf ausreichend Abstand zur Außenwand achten (mindestens 10 cm) und die Heizkörper nicht verdecken.
- Nach Möglichkeit die Wäsche nicht in der Wohnung, sondern auf dem Balkon, im Waschkeller oder auf dem Trockenboden trocknen.
- Stoß- und Querlüften sorgt für Frischluft, die sich anschließend rascher wieder aufwärmt als abgestandene Luft. Drei bis fünf Minuten Lüften kann dann bei kalten Außentemperaturen schon ausreichen, um die Raumluft auszutauschen. Im Herbst und Frühling dauert es länger. Gelüftet werden sollte drei- bis viermal täglich.
- Langes Kipplüften in der Heizperiode vermeiden – es ist energieintensiv und damit teuer.
- Nach dem Baden oder Duschen das Bad direkt lüften – und zwar nach außen, nicht in die restliche Wohnung. Die feuchte Luft setzt sich sonst am Gemäuer ab, es drohen die berüchtigten Schimmelecken.
- Auch in der Küche sollte nach dem Kochen eine Lüftung erfolgen. Denn der Dunstabzug tauscht meist nicht die Luft aus, sondern filtert Fett und Gerüche heraus.
- Je mehr Personen in der Wohnung sind, desto öfter muss gelüftet werden.
- Die Luftfeuchtigkeit im Auge behalten: Ist sie zu hoch, kann sich Schimmel bilden.



In der Regel darf die Feuchtigkeit bis zu 60 Prozent betragen – bei schlecht gedämmten Wänden beginnt das Problem oft schon darunter. Kontrollieren lässt sich die Luftfeuchtigkeit mit einem handelsüblichen Thermo-Hygrometer.

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

**Kontakt:**

Regionale Energieagentur Ulm gGmbH  
Hafenbad 25, 89073 Ulm  
Tel. 0731-79033080  
[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