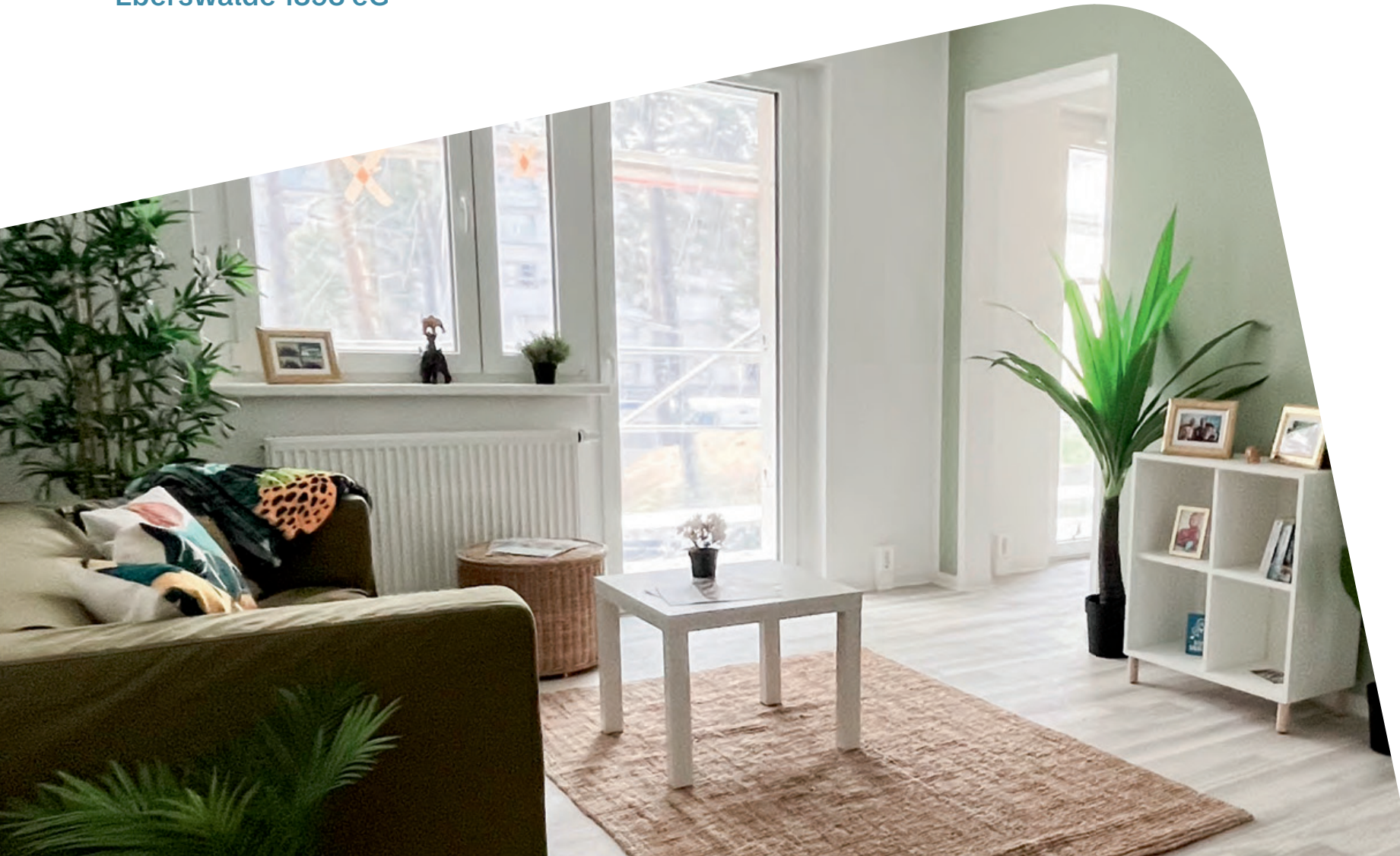


Heizen und Lüften

Tipps der Wohnungsgenossenschaft
Eberswalde 1893 eG



Stoßlüften

- Feuchte Luft raus- und trockene Luft reinlassen.
- Mit weit offenen Fenstern in allen Räumen gleichzeitig.
- Fünf bis zehn Minuten. Heizung aus!



☀ **Sommer:** 20-30 Minuten

❄ **Winter:** 5-10 Minuten

Lüften nach dem Duschen, Baden, Schlafen oder Kochen



- Fenster weit öffnen.
- Ankippen tauscht die Luft kaum aus.
- Feuchte Luft verschmutzt die Fassade über dem angekippten Fenster.

Tag und Nacht



- Nachts die Heizung in allen Räumen drosseln.
- Nicht ausschalten.
- Kühles Schlafen ist gesund.

Vor dem Lüften die Heizung ausmachen



- Bei kalter Luft springt die Heizung an.
- Die warme Luft fliegt zum Fenster raus.
- Erst wieder aufdrehen, wenn das Fenster geschlossen ist.

Ausreichend heizen



- Wohnräume mit Außenwänden mindestens 17 bis 18 Grad.
- Im Flur reichen auch 15 Grad.
- Türen zwischen warmen und kalten Bereichen schließen.

Kalte oder ungenutzte Räume



- Trotzdem tagsüber auf 17 Grad heizen, damit kein Schimmel entsteht.
- Regelmäßig lüften, vor allem nach dem Schlafen.
- Schlafen bei offenem Fenster nur mit Heizung aus und Tür zu.

Home Office



- 17 bis 18 Grad, wenn du nicht arbeitest.
- Vor dem Hochheizen lüften.
- Trockene Luft erwärmt sich leichter.