

Liebe Mieter,

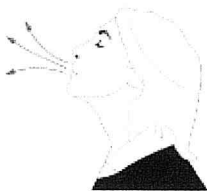
neue und moderne Fenster sind eine Freude, hervorragende Isolierung ist nur einer von vielen Vorteilen. Doch um die Freude zu erhalten, ist richtiges Lüften zu beachten.

Es kann zu Feuchtigkeitsschäden in Wohnungen kommen, die der Mieter dadurch selbst verursacht hat, dass er zu wenig geheizt und zu wenig gelüftet hat.

### **Was man wissen sollte:**

Kondensat ist immer ein Problem, dass meist in der kalten Jahreszeit entsteht. Grundsätzlich kann Kondensatbildung auf der Fensteroberfläche vorkommen. Man spricht hierbei auch von Schwitzwasser- oder Tauwasserbildung. Um dies zu verhindern ist richtiges Lüften unerlässlich.

Im Wohnbereich wird ständig Wasserdampf erzeugt. Man kann folgende Mengen annehmen:



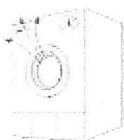
**Atemluft des Menschen:**

Täglich erzeugte Menge 1-2 Liter



**Kochen:**

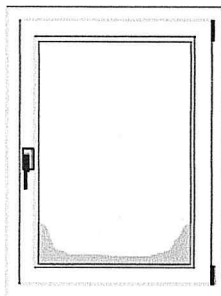
Täglich bis zu 2 Liter in einem  
4 Personen Haushalt



**Baden, Waschen der Wäsche,  
Blumengießen usw.:**

Täglich bis zu 3 Liter in einem  
4 Personen Haushalt

**Besonders in ungeheizten Räumen (z. B. Schlafzimmer) kann Kondensat an kalten Tagen auch an Isolierglasfenstern auftreten.**



Das liegt daran, dass der betroffene Raum während der Nacht ständig auskühlt und die Luft durch die Atmung bei relativ niedriger Temperatur mit Wasserdampf gesättigt ist. Außerdem möchten wir darauf hinweisen, dass eine Tauwasserbildung nicht nur an Fensterscheiben oder -rahmen auftreten kann, sondern an allen kalten Flächen. Dies führt zu **Stockflecken und Schimmelbildung an den Wänden**. Richtiges Lüften ist unerlässlich.

## Richtiges Heizen und Lüften Schimmel vermeiden, Heizkosten sparen

**Vor allem in der kalten Jahreszeit ist richtiges Heizen und Lüften wichtig, um Heizkosten zu senken und Schimmel in der Wohnung zu vermeiden.**

Richtiges Heizen und Lüften spart nicht nur Geld, sondern trägt auch zu einem gesunden Raumklima und somit zur Vermeidung von Schimmelpilzen bei. Schimmel kann infolge zu geringer Raumtemperatur und nicht ausreichender Frischluftzufuhr entstehen. Kann die Luft nicht genügend Feuchtigkeit aufnehmen, kommt es zu Kondensation und zu Nässe im Wohnbereich.

### Richtiges Heizen

- Grundsätzlich sollten in der Wohnung Temperaturen zwischen 18 und 21 Grad nicht unterschritten werden.
- Heizung nie ganz abstellen, auch nicht bei längerer Abwesenheit! Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist in der Regel teurer als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.
- Türen zwischen unterschiedlich beheizten Räumen immer geschlossen halten.
- Nicht einen Raum über einen anderen beheizen. Das „Überschlagenlassen“ führt warme und somit feuchte Luft in das nicht beheizte Zimmer und schlägt dort als Feuchtigkeit nieder.

### Richtiges Lüften

- Richtiges Lüften heißt Stoßlüften: Die Fenster kurzfristig ganz öffnen. Die Kipp-lüftung ist wirkungslos, verschwendet Heiz-energie und kühlt die Außenwände aus.
- Nicht von einem Zimmer in ein anderes Zimmer, sondern immer nach draußen lüften.
- Morgens in der ganzen Wohnung einen kompletten Luftwechsel vornehmen. Am Besten mit Durchzug, mindestens aber in jedem Raum das Fenster ganz öffnen.
- Selbst bei Windstille und geringem Temperaturunterschied reichen 15 Minuten Stoßlüften aus.
- Je kälter die Außentemperatur, desto kürzer muss gelüftet werden.

- Auch lüften, wenn es draußen regnet. Die Außenluft ist immer noch trockener als die warme Zimmerluft.
- Vormittags und nachmittags nochmals die Räume lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben. Abends einen kompletten Luftwechsel in der ganzen Wohnung vornehmen.
- Bei Abwesenheit tagsüber reicht es aus, morgens und abends Stoß zu lüften.
- Bei Bädern ohne Fenster auf dem kürzesten Weg durch ein anderes Zimmer lüften. Alle anderen Türen dabei geschlossen halten, damit sich der Wasserdampf nicht gleichmäßig in der Wohnung verteilt.
- Große Mengen Wasserdampf, z. B. beim Kochen, sofort nach außen leiten. Auch hier durch das Schließen der anderen Zimmertüren verhindern, dass sich der Dampf in der Wohnung verteilt.
- Wenn die Wäsche in der Wohnung getrocknet werden muss, dann dieses Zimmer öfter lüften und die Zimmertür geschlossen halten. Nach dem Bügeln lüften.
- Luftbefeuchter sind in der Regel überflüssig.
- Bei neuen Isolierglasfenstern häufiger lüften als früher! Man spart immer noch Heizenergie im Vergleich zu vorher.

**Faustregel: Je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter lüften!**

### Lüften – gewusst wie:

| Monate                 | Lüftungsdauer |
|------------------------|---------------|
| Dezember bis Februar   | 4-6 Minuten   |
| Monate März, November  | 6-10 Minuten  |
| Monate April, Oktober  | 10-15 Minuten |
| Monate Mai, September  | 16-20 Minuten |
| Monate Juni bis August | 20-30 Minuten |

**Mitglieder-Service:** In unserer Geschäftsstelle können Sie einen elektronischen Thermohygrographen leihen, mit dem die Raumtemperatur und Luftfeuchtigkeit über einen längeren Zeitraum erfasst wird. Das Messergebnis werten wir anschließend aus.

# Weitere Tipps zum Energiesparen

## Strom sparen

Zwar trägt der Stromverbrauch im Durchschnitt nur etwa 15 Prozent zum gesamten Energieverbrauch eines Haushaltes bei. Trotzdem macht die Stromrechnung etwa ein Drittel der gesamten Energiekosten aus.

Tipps zum Strom sparen:

- Beim Kauf von neuen Elektrogeräten: Auf den Etiketten, auch Energielabel genannt, findet man wichtige energie- und umweltrelevante Daten, wie z.B. den Strom- und Wasserbrauch
- Einstellen der richtigen Innentemperatur bei Kühl- und Gefrierschränke: Im Kühlschrank sind 7 °C und im Gefrierschrank -18 °C optimal. Die Geräte nicht neben Heizung oder Herd aufstellen und direkte Sonneneinstrahlung vermeiden.
- Wasser im Wasserkocher erwärmen: Der Wirkungsgrad des Wasserkochers gegenüber dem Wasserkochen im Topf liegt über 90 Prozent gegenüber dem Elektroherd mit 40 Prozent.
- Beim Kochen im Topf passenden Deckel verwenden: 75 Prozent Energie kann gespart werden. Frühzeitig die Elektrokokplatte ausschalten und Gerichte mit Restwärme fertig kochen.
- Spül- und Waschmaschinen komplett befüllen; bei Benutzung eines Trockners gut vorschleudern und Sparprogramm nutzen.
- Austausch klassischer Glühlampen durch Energiesparlampen.
- Vermeidung von Stand-by-Verlusten (Trennung der Geräte vom Netz bei Nichtbenutzung bzw. Verwendung von schaltbaren Steckerleisten)

## Wasser sparen

Der durchschnittliche Pro-Kopf-Verbrauch von Trinkwasser liegt in Deutschland bei 122 Liter pro Tag. Damit hat sich der tägliche Pro-Kopf-Verbrauch laut Statistischem Bundesamt zwar im Vergleich zu 1991 um 22 Liter reduziert, es gibt aber noch genug Einsparpotenziale.

Tipps zum Wasser sparen:

- Duschen statt Baden: Wasser- und Energieverbrauch sinkt um bis zu zwei Drittel.
- Beim Waschen, Rasieren oder Zähneputzen das Wasser nicht laufen lassen.
- Geschirr nicht unter fließendem Wasser abspülen. Wassersparender ist das einmalige Befüllen des Spülbeckens.
- Einbau von Mengenbegrenzern reduzieren die Menge des durchfließenden Wassers auf etwa die Hälfte. Mengenregler sind an der Dusche, im Handwaschbecken im Bad sowie am Spülbecken in der Küche einsetzbar.
- Sofortige Reparatur tropfender Wasserhähne oder laufender Toilettenspülungen.
- Ersetzen von Zweigriff-Mischbatterien durch sogenannte Einhandmischer.
- Benutzung der Spülstopptaste an der Toilette.
- Wenn möglich: Regenwasser sammeln und hiermit die Blumen gießen.

**Für eine individuelle Rechtsberatung können Sie gerne einen Beratungstermin beim DMB Mieterschutzverein Frankfurt vereinbaren.**

### Kontakt:

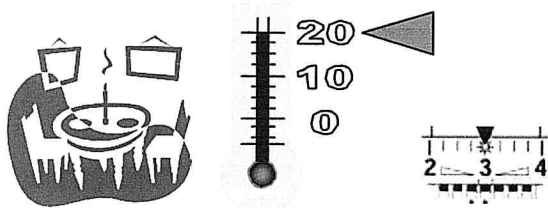
DMB Mieterschutzverein Frankfurt/Main e.V.  
Eckenheimer Landstraße 339  
60320 Frankfurt  
Tel. 069 5601057-0  
E-Mail [info@msv-frankfurt.de](mailto:info@msv-frankfurt.de)

## Merkblatt zum richtigen Heizen und Lüften

Die Energiekosten zum Heizen nehmen einen immer größeren Anteil bei den Nebenkosten ein. Hohe Heizkosten können verschiedene Ursachen haben:

Schlechte Bausubstanz (nicht zu verwechseln mit objektiven Bauschäden) oder falsches Verhalten kann überdurchschnittlichen Energieverbrauch bewirken. Falsches Sparen kann die Sache mitunter noch schlimmer machen: Schimmelprobleme können auftreten mit Folgen für Gesundheit und Bausubstanz.

Was bedeutet „richtiges“ Heizen und Lüften? Beachten Sie bitte einige grundlegende Tipps:

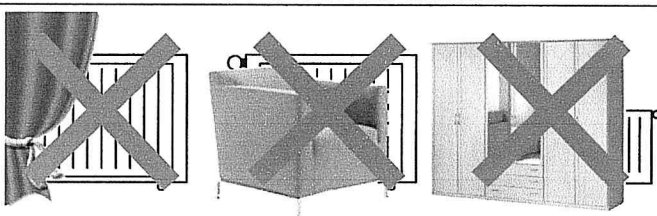
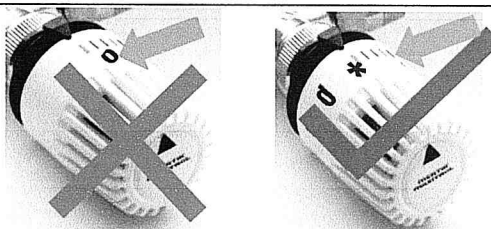


### Mäßig aber gleichmäßig heizen

Die Temperatur in Wohnräumen bei möglichst 20 Grad einregulieren. Dies entspricht oftmals der Einstellung „3“ an Thermostatventilen. Bedenken Sie: 1 Grad mehr bedeutet rund 6 % mehr Heizenergieaufwand!

Die Wände sollen ausreichend warm sein und keine Kälte abstrahlen. Nachts darum die Heizung nur reduzieren, aber nicht voll abdrehen.

Oder es ist eine automatische Nachtabenkung vorhanden, dann braucht man nichts an den Thermostatventilen zu ändern!

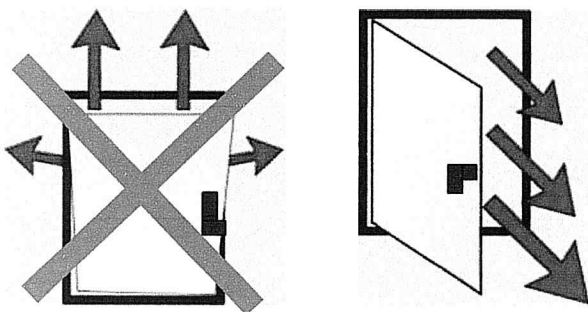
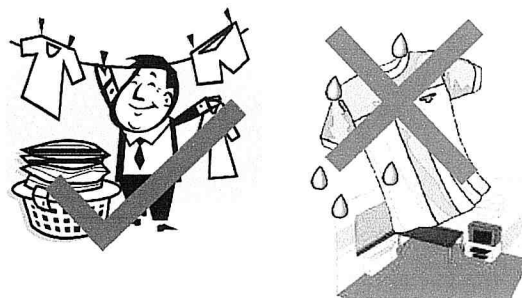


### Heizkörper nicht zuhängen

Vorhänge oder Verblendungen vor den Heizkörpern vermindern die Wärmeabstrahlung in den Raum und erhöhen die Heizkostenrechnung. Verdeckte Thermostatventile können nicht richtig regulieren.

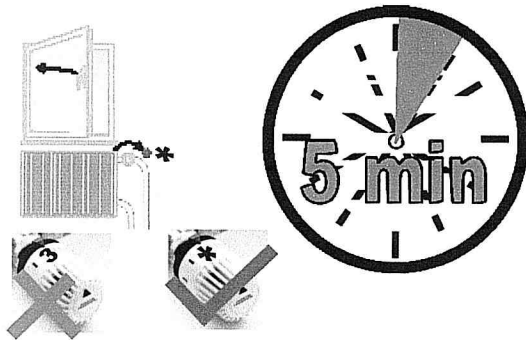
### Luftfeuchte kontrollieren

In Wohnräumen sollte die Luftfeuchtigkeit nicht über 60 Prozent liegen, sonst droht in Ecken und hinter Schränken Schimmel. Ursachen zu hoher Luftfeuchte können sein: Pflanzen, Aquarien, Kochdünste, Duschdämpfe oder Wäschetrocknung. Wäsche darum möglichst nicht in Schlaf- oder Wohnräumen trocknen, nutzen Sie geeignete Trockenräume im Haus.



### Lüften

Beim Lüften immer für einen kompletten Luftaustausch sorgen. In der warmen Jahreszeit, wenn die Heizung aus ist, kann man in der Wohnung dabei kaum etwas falsch machen. Im Winter heißt es aufpassen: Gekippte Fenster in beheizten Räumen vermeiden! Die Lüftungswirkung ist nur mäßig, dafür wird Schimmelbildung oberhalb der Fenster gefördert.

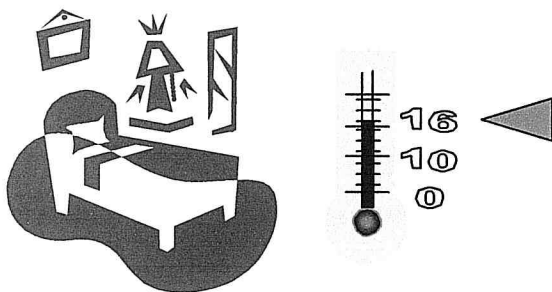


#### Lüftungsdauer

Am besten ist es, mehrmals täglich für drei bis fünf Minuten die Fenster weit auf Durchzug zu öffnen. Während der Heizperiode aber gleichzeitig die Heizung herunterdrehen. Sobald die Raumluft kalt ist: Fenster wieder zu! Dann wird die warme, feuchte Raumluft durch trockene, kalte Außenluft ersetzt, ohne dass Möbel und Wände auskühlen.

#### Räume nicht „mitheizen“

Halten Sie die Türen, insbesondere zum Schlafzimmer, möglichst geschlossen, damit nicht warme feuchte Luft vom Bad oder aus der Küche ins kältere Schlafzimmer gelangt und dort an den Außenwänden kondensiert. Gerade hinter großen Kleiderschränken kann sich Schimmel unbemerkt bilden.

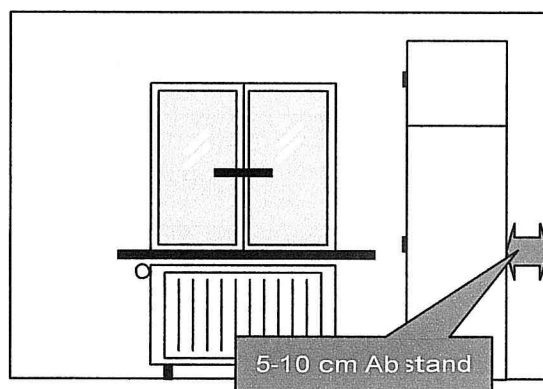


#### Temperatur im Schlafzimmer

Schlafzimmer können kühl bleiben. Für einen gesunden Schlaf reichen auch 16 Grad. Bei geschlossener Tür sollte das Thermostatventil am Heizkörper entsprechend eingestellt sein, um ein Auskühlen zu vermeiden. Wenn tagsüber nicht gelüftet werden kann, kann im kühlen Schlafzimmer ausnahmsweise nachts das Fenster gekippt bleiben (dann nachts auch den Heizkörper abdrehen).

#### Möbel von kalten Außenwänden fern halten

Ist die Wandoberfläche mehr als 5° kälter als die Innenraumtemperatur, kann sich bei hoher Raumluftfeuchte bereits Schimmel auf der Wand bilden. Probieren Sie dies an verschiedenen Stellen mit einem Thermometer aus. Besonders niedrig sind die Temperaturen hinter Schränken oder direkt an die Außenwand gerückten Couchgarnituren. Daher Möbel mindestens 5-10 cm von der Wand abrücken. Bei großen Schränken auf Luftspalten über und unter dem Schrank achten, um die Zirkulation zu ermöglichen (z.B. Füße statt Sockel).



Mieter müssen sich also je nach Wetterlage und Gebäudesituation richtig verhalten, um weder zu hohe Heizkosten zu verursachen, noch gesundheitliche Schäden zu riskieren. Nach einem Umzug kann beispielsweise ein anderes Heizverhalten notwendig werden, damit es nicht zu hohem Verbrauch oder gar Schimmelbildung in der Wohnung kommt.