

RICHTIG LÜFTEN UND HEIZEN

Hilfreiche Tipps für Ihr Zuhause

Wohnungsbaugenossenschaft
„Hellersdorfer Kiez“ eG

DIE WOHNUNGSBAU GENOSSENSCHAFTEN
BERLIN

SO FINDEN SIE DIE RICHTIGE TEMPERATUR

THERMOSTATVENTIL

Je weiter die Heizung aufgedreht wird, umso wärmer wird es im Raum – soweit nichts Neues. Was die Zahlen auf dem Thermostat genau bedeuten, wissen aber nur die wenigsten. Dabei stehen sie für ziemlich genaue Raumtemperaturen:

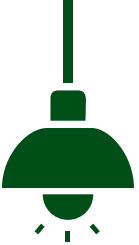


TIPPS

Überprüfen Sie, in welchen Räumen Sie nicht so viel heizen müssen. Denn mit jedem Grad weniger können Sie ungefähr sechs Prozent Heizenergie einsparen und damit auch Heizkosten sparen. Eine Raumtemperatur von mindestens 16 °C unterstützt dabei, Schimmelbildung vorzubeugen.

Ein Hygrometer hilft dabei, Luftfeuchtigkeit und Temperatur im Blick zu behalten.

SO ENTSTEHT SCHIMMEL



VERHALTENSWEISEN,
die Schimmel verursachen können

- zu wenig lüften
- beim Verlassen der Wohnung die Heizung herunterdrehen
- Räume auskühlen bzw. ungeheizt lassen
- Thermostatventil mit Möbeln oder Vorhängen verdecken

MÖGLICHE FOLGEN
bei falschem Heizen und Lüften

- Verschlechterung des Raumklimas
- Gefährdung der eigenen Gesundheit (Allergien)
- Risiko: Schaden an Möbeln und am Bauwerk

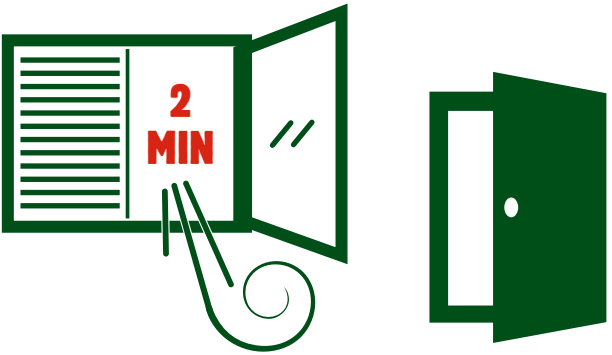


TIPPS
zur Vermeidung von Schimmel

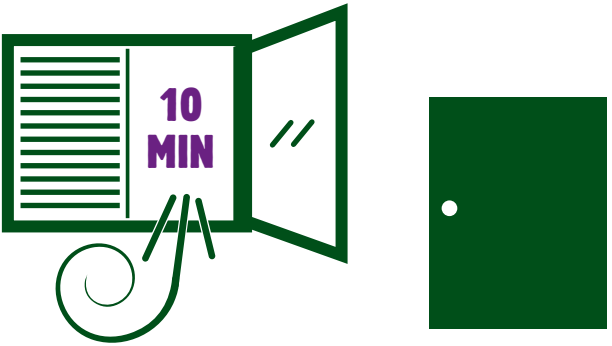
- **täglich Stoßlüften**
- **Raumtemperatur möglichst konstant halten**
- **Raumluft muss zirkulieren können, deshalb sollten Möbel einen Abstand von ca. 5 cm zu Wänden und Heizkörpern haben**
- **während des Lüftens das Thermostatventil herunterdrehen**

UNSERE EMPFEHLUNG FÜR RICHTIGES LÜFTEN

MIT Durchzug 3 x täglich für 2 Minuten Stoßlüften



OHNE Durchzug 3 x täglich für 10 Minuten Stoßlüften

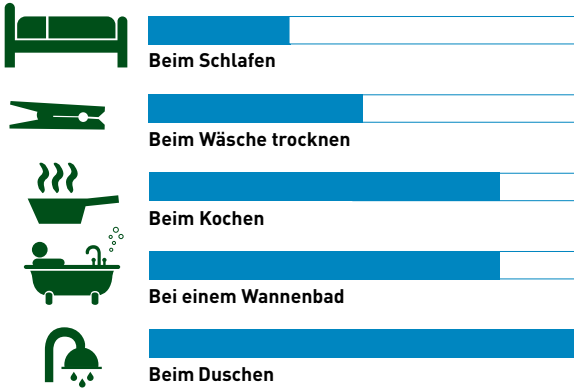


Bitte verzichten Sie auf Kipplüften. Dadurch kühlt Ihre Wohnung unnötig aus und Heizenergie kann verloren gehen. Zudem können die Heizkosten steigen und die Gefahr der Schimmelbildung kann zunehmen.

HINWEIS

Da die Tage im Sommer oft schwül werden, empfiehlt es sich, die Fenster dann zu öffnen, wenn es am kühlsten ist. Um die in der warmen Außenluft gespeicherte, höhere Luftfeuchtigkeit draußen zu halten, sollten Sie hier nur spät abends, nachts oder am frühen Morgen lüften.

HIER ENTSTEHT FEUCHTIGKEIT IM HAUSHALT



Je nach Temperatur und Witterung liegt der optimale Wert der relativen Luftfeuchte zwischen 40 und 60 %.

Raum	Optimale Luftfeuchtigkeit	Optimale Temperatur
Büro, Wohn- und Arbeitszimmer	40 – 50 %	20°C
Schlafzimmer	50 – 60 %	16 – 18°C
Kinderzimmer	40 – 50 %	20 – 22°C
Küche	50 – 60 %	18°C
Badezimmer	50 – 60 %	23°C
Keller	50 – 65 %	10 – 15°C





Damit Sie sich als Mitglied in Ihrer Wohnung wohlfühlen können, haben wir Ihnen ein paar hilfreiche Tipps zu den Themen Schimmelvermeidung und Energiesparen zusammengestellt.

So erhalten Sie dauerhaft die Wohnqualität und Gesundheit in Ihrer Wohnung.



Stand: September 2026; Quellen: Verbraucherzentrale und Umweltbundesamt

HELLERSDORFER KIEZ

Wohnungsbaugenossenschaft
„Hellersdorfer Kiez“ eG
Adele-Sandrock-Straße 8, 12627 Berlin
Telefon 030/992 777 – 0, info@hellersdorfer-kiez.de
www.hellersdorfer-kiez.de

wohnungsbaugenossenschaften.de/berlin