

## **Richtiges Lüften**

Richtiges und regelmäßiges Lüften verhindert die Schimmel- und beugt Geruchsbildung vor. Im Folgenden haben wir für Sie einige nützliche Tipps zusammengestellt.

### **1. Regelmäßigkeit**

Wichtig ist regelmäßiges Lüften. Machen Sie es am Besten zur Gewohnheit, morgens nach dem Aufstehen und vor dem Schlafengehen mehrfach die Wohnung zu Lüften.

### **2. Aktives Lüften**

Beim Kochen hilft Lüften nicht nur gegen ungewollten Essensgeruch, sondern auch die dabei entstehende Luftfeuchtigkeit. Auch beim Baden oder Duschen entsteht Luftfeuchtigkeit, welche man durch ein kurzes, komplettes Öffnen des Fensters nach draußen abführen kann.

### **3. Stoßlüften**

Hierbei handelt es sich um eine einfache aber effektive Technik. Zuerst wird das Heizkörperthermostat runtergedreht, anschließend werden alle Fenster für mehrere Minuten geöffnet. Hierdurch kühlen die Wände am wenigsten aus, was den Energieverlust gering hält.

### **4. Dauer des Lüftens**

Je nach Jahreszeit ändert sich auch die Dauer des Lüftens. Bei niedrigen Temperaturen eignet sich das Stoßlüften besonders gut. Im Sommer können die Fenster auch mal 15 Minuten geöffnet bleiben.

### **5. Automatisches Lüften**

Wer morgens nach dem Duschen eilig aus dem Haus muss und keine Zeit zum Lüften hat, braucht eine Lüftungsanlage. Am besten eignet sich hierfür eine zeitgesteuerte Variante mit Abluftschacht. Wichtig: Die Einschaltdauer sollte sich regeln lassen.

### **6. Das sollten Sie vermeiden**

Dauergekippte Fenster in Kombination mit geschlossenen Zimmern sind schlecht zu Lüften. Hier kann es bis zu einer Stunde dauern, bis die Luft ausgetauscht ist. Hierdurch verlieren die Wände erheblich an Wärme und ein Luftaustausch findet kaum statt. Gerade im Winter entstehen hierdurch hohe Kosten.