



## Pressemitteilung für 48. KW /2013

---

Waiblingen, den 19.11.2013

### Stoßlüften statt Kippkühlen

In gleichem Maß wie die Außentemperatur sinkt, steigt der Wunsch nach einem behaglichen Raumklima. Dazu gehören neben Wärme ausreichend frische Luft und die richtige Luftfeuchtigkeit - auch um Schimmel zu vermeiden. Wie das ganz leicht funktioniert, erklärt Ihre Energieagentur Rems-Murr.

Früher, als es noch durch die Fensterritzen gezogen hat, haben es viele mit dem Lüften nicht so genau genommen. Doch heute, bei neuen, dichten Fenstern, ist gerade im Herbst und im Winter ein regelmäßiger Luftaustausch ein Muss. Denn Kochen, Wäsche trocknen, Zimmerpflanzen und nicht zuletzt unser Körper setzen große Mengen Feuchtigkeit in Form von Wasserdampf frei. Die feuchte, warme Raumluft muss unbedingt ersetzt werden. „Geschieht dies nicht mehrmals am Tag, kann es zu Schimmelbildung kommen“, macht Uwe Schelling, Geschäftsführer der Energieagentur in Waiblingen, deutlich.

Wer beim Lüften einige Grundsätze beachtet, beugt ungesundem Raumklima vor:

- Öffnen Sie die Fenster mehrmals am Tag für einige Minuten weit (**Stoßlüftung**). Die feuchte, verbrauchte Raumluft wird durch frische, trockenere Außenluft ausgetauscht. Wenn Sie dabei per Durchzug querlüften, geht es schneller.
- Stellen Sie in der kalten Jahreszeit Ihre **Fenster nicht auf Kipp**position. Es geht dabei viel Wärme verloren, denn Sie heizen direkt ins Freie. Zudem steigt das Risiko der Schimmelbildung, da sich Feuchtigkeit in der Fensterleibung niederschlägt.

- Drehen sie kurz **vor dem Lüften die Heizungsventile zu**. So nutzen Sie ähnlich wie bei einer Herdplatte die Restwärme und heizen nicht zum Fenster hinaus.
- **Lüften Sie** Bad, Küche und Trockenräume für Wäsche **unmittelbar nach dem Benutzen**, so dass die Feuchtigkeit schnell entweichen kann.
- Lassen Sie **zwischen Möbeln und der Außenwand** etwa **zehn Zentimeter** Platz, damit sich hier keine Feuchtigkeit stauen kann.
- Die Investition in ein **Hygrometer** kann sich lohnen. Dieses misst die relative Luftfeuchtigkeit. In der Heizperiode sollte sie zwischen 40% und 60% liegen.
- Wenn Sie eine sichere, komfortable Alternative suchen, kann eine moderne **Lüftungsanlage** das Richtige sein. Lassen Sie sich beraten.

**Übrigens:** Die weit verbreitete Meinung, Wände würden „atmen“, ist ein Missverständnis. Etwaige Ritzen und Leckagen in der Gebäudehülle sind absolut ungeeignet, um den notwendigen Luftaustausch herbeizuführen. Regelmäßiges Lüften ist unverzichtbar.

Falls Sie einen Austausch Ihrer Fenster planen, über eine neue Heizungsanlage nachdenken oder Sie wissen möchten, welche Fördermittel es für klimafreundliche Sanierungsvorhaben es gibt, holen Sie sich kostenlosen Rat bei uns.

Wir beraten Sie kostenlos und neutral.

Bitte rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen Beratungstermin.

**Energieagentur Rems-Murr gGmbH**  
**Gewerbestraße 11 (Gewerbegebiet Eisental),**  
**71332 Waiblingen,**  
**Tel 07151/975 173-0**  
**E-Mail: [info@ea-rm.de](mailto:info@ea-rm.de)**

### **Weiterführende Informationen**

- Leitfaden „Gesunde Raumluft durch richtiges Lüften“ der Energieagentur unter [http://www.ea-rm.de/leitfaden\\_lueftung.pdf](http://www.ea-rm.de/leitfaden_lueftung.pdf)
- Zukunft Altbau: Publikationen zum richtigen Lüften und Heizen und vielen Themen rund um energieeffizientes Sanieren unter <http://www.zukunftaltbau.de/service/publikationen/index.php>