



**HEIZKOSTEN REDUZIEREN:  
SO MACHEN SIE ES RICHTIG!**



**OKTOBER 2022**

Die kalte Jahreszeit steht vor der Tür. Aufgrund der hohen Energiepreise fragen sich in diesem Winter auch viele Mieterinnen und Mieter von NEUES BERLIN, wie sich beim Heizen Geld sparen lässt.

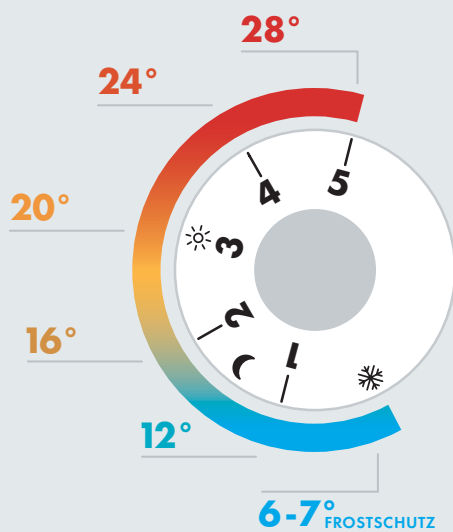
Lesen Sie in diesem WIR.EXTRA, wie Sie sparsam und dennoch ausreichend heizen.

# Klug Lüften und Heizen mit Erfolg

**S**o viel ist klar: Kalt bleiben kann die Heizung nicht, auch nicht in einzelnen Räumen. Das würde nicht nur Einrichtungsgegenstände und Wohnsubstanz, sondern durch mögliche Schimmelbildung auch Ihre Gesundheit gefährden.

Dennoch ist das Reduzieren von Kosten möglich. Eine besonders wichtige Rolle spielt dabei das richtige Zusammenspiel von Heizen und Lüften. Mit diesen praktischen Tipps schaffen Sie ein gesundes Wohnklima und beugen gleichzeitig Schimmelbildung vor.

## DIE RICHTIGE TEMPERATUR EINSTELLEN



**40-60%**  
IDEALE LUFTFEUCHTIGKEIT



**19-22°**  
IDEALE RAUMTEMPERATUR

### 1. Die richtige Temperatur einstellen

Im Wohnbereich sollte es laut Empfehlung des Umweltbundesamtes generell nicht wärmer als 20 Grad Celsius sein, es sei denn, Ihre individuelle Wohlfühltemperatur liegt höher. Von ihr ausgehend können Sie die Temperatur um ein bis zwei Grad Celsius senken – denn jedes Grad weniger macht sich später auf der Abrechnung bemerkbar. Dauerhaft frieren sollten Sie dabei nicht. In Küche und Schlafzimmer ist es übrigens okay, eine niedrigere Temperatur zu wählen. Dabei gilt die Regel: In Ihrer Wohnung sollte es während der Heizperiode nie kälter als 16 Grad Celsius sein, sonst kann leicht Schimmel entstehen.

### 2. Abwesenheit nutzen

Wenn Sie die Wohnung für ein paar Stunden verlassen, senken Sie die Temperatur ruhig um 3 bis 5 Grad Celsius ab. Die Heizung ganz auszuschalten, ist hingegen keine gute Idee. Dann kühlen Räume, Wände und Einrichtungsgegenstände so stark aus, dass Sie später sehr viel mehr Energie aufwenden müssen, um auf Normaltemperatur zu kommen. Auch wenn Sie schlafen gehen, können Sie die Heizung runterdrehen.


### 3. Der Wärme freie Bahn schaffen

Vor Ihren Heizkörpern sollten keine Möbel stehen und sie sollten auch nicht von schweren Vorhängen oder Gardinen verdeckt werden. Das ist wichtig, damit die Luft ungehindert zirkulieren kann. Denn: Heizkörper „saugen“ unten kalte Luft an, wärmen sie auf und geben sie anschließend nach vorne in den Raum ab. Auch wichtig: Platzieren Sie keine Möbel direkt an einer kalten Außenwand. Das verhindert, dass die Heizungsluft die kalte Oberfläche erwärmen kann.

#### 4. Fenster auf, Fenster zu

Beim Kochen, Duschen, Waschen oder einfach nur beim Atmen: In jeder Wohnung sammelt sich Feuchtigkeit an. Die Menschen in einem Vierpersonenhaushalt geben nach Angaben des Umweltbundesamtes im Laufe eines Tages zwölf Liter Flüssigkeit an die Raumluft ab. Das belastet nicht nur die Luftqualität in Ihrem Zuhause, sondern fördert Schimmelpilze. Diese können bei einer relativen Luftfeuchtigkeit von über 60% direkt an der Wand gut wachsen. Um dem vorzubeugen, sollten Sie mehrmals (mindestens drei Mal) am Tag kräftig stoßlüften. Das bedeutet: Öffnen Sie für rund fünf Minuten alle Fenster in Ihrer Wohnung komplett, damit Durchzug entsteht und die feuchte, warme Raumluft gegen trockene, kalte ausgetauscht wird. Das ist zum einen wichtig, damit frischer Sauerstoff das ausgeatmete Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>) ersetzt, und zum anderen, weil sich kalte Luft besser aufwärmen lässt als warme. Nicht vergessen: Schalten Sie beim Stoßlüften immer die Heizung ganz ab, damit der Sensor am Heizkörper nicht auf den Temperaturabfall mit

**WEITERE MASSNAHMEN  
ZUM ENERGIESPAREN**



**Schalten Sie das Licht aus,  
wenn Sie einen Raum länger  
verlassen.**

**Waschen Sie Ihre Hände mit  
kaltem Wasser und drehen  
Sie das Wasser ab, während  
Sie Ihre Hände einseifen.  
Letzteres bringt auch unter der  
Dusche auf Dauer eine Energie-  
ersparnis.**

**Melden Sie sich beim  
Reparatur-Service, wenn Ihr  
Wasserhahn tropft oder Sie  
andere Schäden bemerken.**

einer höheren Heizstufe reagiert. Übrigens ist es keine gute Idee, die Fenster dauerhaft zu kippen, um für frische Luft zu sorgen. Der Luftaustausch funktioniert so nicht effektiv und die Außenwände, insbesondere die Fensterlaibungen, kühlen aus und begünstigen das Entstehen von Schimmel.

#### 5. So sollten Sie Ihre Wäsche trocknen

Stellen Sie den Wäscheständer nur in beheizten Zimmern auf und lüften sie diese regelmäßig kräftig durch, damit die Luftfeuchtigkeit wieder sinken kann. Achtung: Feuchte Wäsche gehört nicht auf den Heizkörper.

#### 6. Lüftungsanlagen pflegen

In einer Einraumwohnung kann man keinen Durchzug schaffen und auch in innenliegenden Bädern ohne Fenster funktioniert der Luftaustausch so nicht. Hier übernehmen Lüftungsanlagen eine wichtige Funktion. Damit sie zum Abtransport verbrauchter, feuchter Luft beitragen können, sollten Sie auf deren Sauberkeit achten. Die Anlagen enthalten Filter, die regelmäßig gereinigt werden können. Küchenfilter reinigen Sie am besten in der Spülmaschine, Badfilter sollten Sie regelmäßig ausspülen und austauschen. Neue Filter bekommen Sie von unseren Hauswarten.

### RICHTIG HEIZEN



**Heizkörper nicht durch Möbel und  
Vorhänge verdecken**

Wärme kann dann besser in den Raum  
abgegeben werden.



**Keine Wäsche auf den Heizkörpern  
trocknen**



**Türen geschlossen halten**

Temperatur dadurch in den  
Räumen halten



**Nicht vollständig aufs Heizen verzichten**

Gefahr der Schimmelbildung



**Es wird nicht schneller warm, wenn das  
Thermostat voll aufgedreht ist.**



## RICHTIG LÜFTEN



**Heizkörper beim Lüften abstellen**



**Durchzug schaffen**

Türen und Fenster bei gegenüberliegenden Zimmern gleichzeitig öffnen



**Fenster ganz öffnen, statt kippen**

Schneller Luftaustausch, spart mehr Energie



**Mind. 3x tägl. für 3-5 Minuten lüften**

Fenster weit öffnen

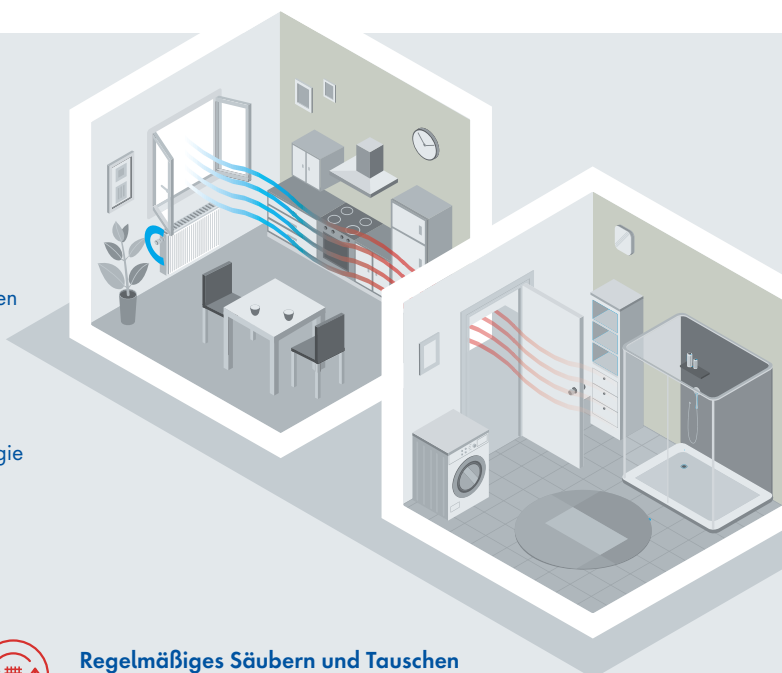


**Beim Kochen und nach dem Duschen gründlich lüften**



**Regelmäßiges Säubern und Tauschen der Luftfilter in Bad und Küche**

Vor allem bei Räumen ohne Fenster



### 7. Kleine Helfer reduzieren die Kosten

Behalten Sie die Luftfeuchtigkeit in Ihrer Wohnung mit einem Hygrometer im Blick. Es warnt Sie, wenn die Luftfeuchtigkeit zu hoch wird und zeigt auch an, wenn wieder alles im grünen Bereich ist. Richtwert: Liegt die Luftfeuchtigkeit unter 30%, kann das die Schleimhäute belasten. Liegt sie im Winter dauerhaft über 60%, steigt das Schimmelrisiko.

Mit programmierbaren Thermostaten wird die Raumtemperatur zu bestimmten Tageszeiten automatisch gesenkt oder erhöht. So vergessen Sie nie mehr, morgens eine niedrigere Temperatur einzustellen. Und abends regelt sich die programmierte Heizung wieder rechtzeitig hoch, so dass es bei Ihrer Rückkehr nach Hause angenehm warm ist. Laut Umweltbundesamt kann der Einsatz programmierbarer Thermostate etwa 10 % Energie sparen.

### 8. Das hilft nicht: Heizlüfter und Teelichtöfen

Heizen Sie mit Heizlüftern einen Raum für fünf Stunden pro Tag, zahlen Sie dafür zwischen 90 und 105 € pro Monat – pro Raum.\* Ein teurer Spaß! Die monatlichen Heizkosten für eine 70 m<sup>2</sup>-Wohnung lagen 2021 bei rund 298 € – für das gesamte Jahr.\*\* Ein weiterer Nachteil von Heizlüftern: Der massenweise Gebrauch könnte das hauseigene Stromnetz überlasten. Außerdem erhöhen Heizlüfter immer die Brandgefahr.

Die besteht auch bei so genannten Teelichtöfen. Brandgefährlich ist die „Mini-Heizung“ aus Teelichtern und Blumentöpfen. Zum einen bringt sie wenig, da der kleine Ofen vor allem Sauerstoff verbraucht und der Raum gut gelüftet werden muss. Zum anderen entsteht ein gefährlicher Hitzestau, welcher das Kerzenwachs entzünden kann. Dabei entstehen hochentzündliche Gase, die nicht mit Wasser gelöscht werden können.

### 9. Tipps ausprobieren und gut durch den Winter kommen

Es kommt auf das richtige Maß zwischen Heizen und Lüften an, um Wohlfühltemperaturen und ein gesundes Wohnklima zu erreichen, ganz ohne brandgefährliche Eigenbauten.

Kontaktieren Sie uns, wenn Sie in Ihrer Wohnung beschädigte Fensterdichtungen, ein Gluckern in der Heizung, tropfende Wasserhähne oder andere Schäden bemerken. Gemeinsam sorgen wir so für gute Bedingungen bei Ihnen zuhause.

#### ENERGIESPAREN IN DER GANZEN WOHNUNG

Weitere Infos finden Sie online – QR-Code scannen und sparen.



\* Verbrauch unter Volllast 2 kWh bei 30-35 ct/kWh | \*\* lt. Berliner Betriebskostenspiegel 2021