



## Presseinformation

**Pressemitteilung 39/2018**

**Frankfurt/Main, 1. Oktober 2018**

### **Die Hessische Energiespar-Aktion (HESA) informiert: Heizen und Lüften in der Übergangszeit**

Mit sinkenden Außentemperaturen zu Beginn des Herbstes steigt das Bedürfnis nach Wärme. Gerade in der Übergangszeit gilt es, mit umweltfreundlichen und auch kostengünstigen Maßnahmen sowohl für angenehme Wärme zu sorgen als auch das Lüftungsverhalten den sich ändernden Witterungsbedingungen anzupassen:

- In Wohn- und Arbeitsräumen reicht eine Temperatur von 20° Celsius aus. Nachts und in ungenutzten Räumen sollte die Temperatur auf etwa 16° Celsius gesenkt werden. Eine zu niedrige Raumtemperatur unter 14° Celsius kann Schimmelbildung begünstigen. Beim Lüften sollten die Heizkörperventile immer geschlossen sein.
- In der Übergangszeit sollte etwas länger, etwa 10 bis 15 Minuten pro Lüftungsvorgang, gelüftet werden um den Feuchteabtransport aus den Wohnräumen sicher zu stellen. Die Luftfeuchtigkeit sollte in Wohnräumen zwischen 40 und 60 Prozent betragen und kann mit einem Hygrometer gemessen werden.
- Auf Dauerlüften durch das Kippen von Fenstern verzichten, da dies unnötig Energie verschwendet. Darüber hinaus führt Dauerlüften zu starker Auskühlung der Innenwände, sodass die Luftfeuchtigkeit an den kalten Oberflächen kondensiert und Schimmelbildung begünstigt wird.
- Heizkörper freihalten, da die erwärmte Luft sonst nicht zirkulieren kann. Reflexionsplatten zur Dämmung von Heizkörpernischen sind sinnvoll. Zugezogene Vorhänge und Jalousien vor den Fenstern tragen nachts zur Energieeinsparung bei. Bleiben Räume ganz unbeheizt, sollten die Türen zu beheizten Räumen geschlossen werden.

Die Hessische Energiespar-Aktion, [www.energiesparaktion.de](http://www.energiesparaktion.de), ist ein Angebot der Hessischen LandesEnergieAgentur (LEA).

**Pressekoordination: Klaus Fey**

**Leinwegergasse 9 · 60386 Frankfurt am Main · Telefon 069 42694166 oder 0176 70879130**

**E-Mail: [fey-klaus@t-online.de](mailto:fey-klaus@t-online.de) · Internet: [www.energiesparaktion.de](http://www.energiesparaktion.de)**

Die Hessische Energiespar-Aktion ist ein Angebot der Hessischen LandesEnergieAgentur (LEA).