

Richtig heizen & sparen

Wie Sie den Energieverbrauch in Ihrer Wohnung senken und Ihren Pflichten als Mieter:in nachkommen

Energie - also Öl, Gas und Strom - sind so teuer wie nie. Deutschland und ganz Europa stecken in einer Energiekrise. Die Bundesregierung hat einen Notfallplan ausgerufen. Alle müssen sparsamer heizen und Strom sparen.

Aber wenn die Wohnung zu kalt bleibt oder nicht richtig gelüftet wird, kann es zu Schimmel und Schäden in der Wohnung oder am Haus kommen.

Pflichten als Mieter:in

Mieter:innen haben Rechte und Pflichten.

Zum Beispiel: Sie haben das Recht auf eine funktionierende Heizung. Sie haben die Pflicht, Schäden in der Wohnung und am Haus zu vermeiden.

Übertreibt man es mit dem Sparen und heizt die Wohnung gar nicht, kann es zu Schimmel kommen. Schimmel kann Schäden an Wänden, Tapeten und Möbeln verursachen. Schimmel ist außerdem gesundheitsschädlich.

Ist es sehr kalt, können Wasserrohre einfrieren und schlimmstenfalls platzen. Es entstehen Schäden in der Wohnung oder sogar im ganzen Haus.

Entstehen Schäden, weil die Wohnung zu wenig oder gar nicht beheizt und gelüftet wurde, kann der Vermietende Schadensersatz verlangen. Mieter:innen müssen Schäden dann auf eigene Kosten beseitigen.

Richtig heizen und lüften - gesund wohnen!

! Durch Duschen, Wäsche trocknen, Kochen, Bügeln oder unsere Atemluft entsteht hohe Luftfeuchtigkeit in der Wohnung. Trifft hohe Luftfeuchtigkeit auf kühle Wände, wird die Wand feucht. Hier kann Schimmel wachsen. Schimmelflecken werden sichtbar.

Wer richtig heizt und lüftet, kann Schimmel vermeiden.

Heizen: sparsam, aber richtig!

□ Wohnung gleichmäßig und durchgehend beheizen. Wenn Sie zuhause sind: im Wohnbereich 20-21 °C, Küche 18 °C, Schlafzimmer 17 °C.

Wichtig: Heizung nicht ganz ausmachen, Temperatur nicht extrem senken. Auch wenn niemand in der Wohnung ist.

Je weniger Sie heizen, desto mehr müssen Sie lüften!

Info

Wohnraumerhaltung

☎ 069 / 212 - 3 14 31

☎ 069 / 212 - 4 05 70

✉ wohnraumerhaltung@stadt-frankfurt.de

🌐 www.wohnungsamt.frankfurt.de

📍 **Amt für Wohnungswesen**

Adickesallee 67/69

60322 Frankfurt am Main

🚊 U-Bahn 1/2/3/8

🚌 Bus 32/64 Miquel-/Adickesallee/
Polizeipräsidium

- Alle Heizkörper der Wohnung verwenden, auch in Küche und Bad. Türen zu unbeheizten Räumen, z.B. einer Vorratskammer, oder weniger beheizten Räumen wie dem Schlafzimmer schließen.
- Heizkörper nicht mit Gardinen verhängen oder abdecken und verkleiden. So kann die Luft zirkulieren.

Richtig lüften!

- Mehrmals am Tag bei weit geöffnetem Fenster 5 bis 10 Minuten lüften. Heizung während des Lüftens abstellen.
- Wenn hohe Feuchtigkeit durch Baden, Duschen, Kochen oder Bügeln anfällt, halten Sie die Tür des betroffenen Raums geschlossen. So verteilt sich die Feuchtigkeit nicht in der ganzen Wohnung.
- Die Feuchtigkeit direkt durch das Fenster nach außen weglüften. Bei hoher Feuchtigkeit im Raum mehrmals im Abstand von circa 15 – 20 Minuten. Dazwischen heizen Sie den Raum.
- Bei fensterlosen Räumen Lüfter / Lüftungsanlage benutzen.
- Lüftungsanlagen nicht verschließen und regelmäßig reinigen.
- Schlafräume nach dem Aufstehen gut lüften.
- Fenster nicht kippen. Kippen bringt wenig Frischluft in den Raum und lässt die Wände stark abkühlen.

! Die Außenluft ist trockener als die Luft in der Wohnung – auch, wenn es draußen neblig ist oder regnet! Durch kurzes Lüften von 5 bis 10 Minuten bei weit geöffnetem Fenster wird feuchte Raumluft gegen die trockenere Außenluft ausgetauscht. Trotzdem geht nicht viel Wärme verloren – in dieser kurzen Zeit kühlen die Wände und Möbel nicht spürbar aus. Schon kurz nach dem Lüften ist es wieder behaglich warm!

Was kann ich noch tun?

- Wäsche nicht in der Wohnung trocknen. Kondensations-Wäschetrockner und Abluft-Wäschetrockner mit Außenanschluss benutzen.
- Je mehr Personen in der Wohnung, desto öfter lüften!
- Möbel mit Rückwand, wie zum Beispiel Schränke, Vitrinen, Sideboards oder Kommoden mit mindestens 5 cm Abstand zur Wand aufstellen.

- ! Unser Tipp: Ein Thermometer und ein Hygrometer, das die Luftfeuchtigkeit misst, helfen zu erkennen, ob Sie richtig heizen und lüften. Manche Geräte können beides: Temperatur und Luftfeuchtigkeit messen und sind auf jeden Fall günstiger als eine professionelle Schimmel-Beseitigung!
- ! Lüften Sie spätestens bei einer Luftfeuchtigkeit von mehr als 60%.
- ! Checken Sie "problematische" Wände mit einem Gerät mit Temperaturfühler: die Wandtemperatur an der Innenseite sollte nicht unter 13 ° C liegen.

Der Stromspar-Check der Caritas

069 / 29 82 63 56
energiesparservice@caritas-frankfurt.de
[caritas-frankfurt.de/stromspar-check](https://www.caritas-frankfurt.de/stromspar-check)



Auch Strom wird teurer. Alle müssen Strom sparen. Machen Sie den "Stromspar-Check" mit den ausgebildeten Mitarbeiter:innen der Caritas in Ihrer Wohnung! Sie erhalten einen persönlichen Spar-Plan. Stromspar-Hilfen für bis zu 70 Euro erhalten Sie kostenfrei dazu.

! Kostenlos für alle mit niedrigem Einkommen und für Wohngeldbezieher:innen.

Verbraucherzentrale

Viele weitere Tipps zum Energiesparen finden Sie auf der Webseite der Verbraucherzentrale oder in der Beratungsstelle.

Beratungsstelle Frankfurt
Große Friedberger Straße 13-17
069 / 97 20 10 90 0
[verbraucherzentrale.de](https://www.verbraucherzentrale.de)



Energiewechsel.de

Viele weitere Informationen und Tipps rund um das Thema Energiesparen auf der Webseite des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz.



Telefon-Hotline: 0800-0115 000