

## Richtig lüften: Die wichtigsten Tipps im Überblick

- 3- bis 4-mal täglich lüften
- Stoßlüften: Fenster kurz komplett öffnen statt dauerhaft gekippte Fenster
- Querlüften: Fenster/Innentüren auf der gegenüberliegenden Seite öffnen, um für Durchzug sorgen
- Schlafzimmer: vor dem Schlafengehen und nach dem Aufstehen lüften
- Küche & Bad: große Mengen an Dampf sofort ins Freie ablüften
- Keller: im Sommer nur nachts oder in den frühen Morgenstunden, Auskühlung vermeiden
- Im Sommer: früh morgens, spät abends oder nachts lüften, tagsüber nur stoßlüften
- Im Winter: beim Stoßlüften Thermostate runterdrehen, Fenster nicht kippen!
- Bei Heuschnupfen und Allergie: in Städten morgens und auf dem Land abends stoßlüften
- Komfortables Lüften durch Lüftungsanlage