



Pressemitteilung der Energieberatung der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg

23. Januar 2026

## Schimmel vorbeugen – einfache Tipps für den Alltag

### 1. Richtig heizen, um Feuchtigkeit zu kontrollieren

Schimmel entsteht vor allem dort, wo Luftfeuchtigkeit und kalte Oberflächen zusammen treffen. Halten Sie daher während der Heizperiode alle Wohn- und Schlafräume auf **mindestens 16 – 18 °C**, auch wenn sie selten genutzt werden. Große Temperaturunterschiede zwischen einzelnen Räumen erhöhen das Risiko, dass warme, feuchte Luft in kühlere Zimmer zieht und dort kondensiert. Türen zwischen unterschiedlich temperierten Räumen sollten deshalb geschlossen bleiben.

👉 **Extra-Tipp:** Vermeiden Sie, Möbel direkt vor Heizkörpern oder Außenwänden zu platzieren, damit die warme Luft ungehindert zirkulieren kann.

Für noch mehr Tipps: Die ZEKK gGmbH und die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg beraten Sie kostenlos und persönlich. Termine können direkt bei uns unter 07321 279 456-0 oder bei der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg unter 0800 809 802 400 (kostenfrei) vereinbart werden.

### Pressestellen

Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e.V.  
Paulinenstraße 47, 70178 Stuttgart  
[www.vz-bw.de](http://www.vz-bw.de)  
[presse@vz-bw.de](mailto:presse@vz-bw.de)  
Tel: (0711) 66 91 73

---

Gefördert durch:



80 MILLIONEN GEMEINSAM FÜR  
**ENERGIEWECHSEL**

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



Pressemitteilung der Energieberatung der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg

23. Januar 2026

## Schimmel vorbeugen – einfache Tipps für den Alltag

### 2. Mehrmals täglich richtig lüften

Regelmäßiges Lüften bringt die feuchte Innenluft nach draußen und ist eine der effektivsten Maßnahmen gegen Schimmel. Besonders wichtig ist dies nach dem Duschen, Kochen oder Schlafen: Öffnen Sie **mehrmals täglich die Fenster weit für kurze Zeit (Stoßlüften)** – in der Heizperiode reichen bereits **3–5 Minuten bei geöffnetem Fenster** aus. Achten Sie auf Anzeichen hoher Luftfeuchte: Kondenswasser an Fensterscheiben oder eine Luftfeuchte über **50 %** sind Hinweise, sofort zu lüften. Ein Thermo-Hygrometer hilft, Temperatur und Luftfeuchte zu kontrollieren.

Für noch mehr Tipps: Die Energieagentur ZEKK gGmbH und die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg beraten Sie kostenlos und persönlich. Termine können direkt bei uns unter 07321 279 4546-1 oder bei der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg unter 0800 809 802 400 (kostenfrei) vereinbart werden.

### Pressestellen

Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e.V.  
Paulinenstraße 47, 70178 Stuttgart  
[www.vz-bw.de](http://www.vz-bw.de)  
[presse@vz-bw.de](mailto:presse@vz-bw.de)  
Tel: (0711) 66 91 73

---

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Wirtschaft  
und Energie

80 MILLIONEN GEMEINSAM FÜR  
**ENERGIEWECHSEL**

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



Pressemitteilung der Energieberatung der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg

23. Januar 2026

## Schimmel vorbeugen – einfache Tipps für den Alltag

### 3. Feuchtigkeit erkennen und Schimmel vorbeugen

Schimmel entsteht nicht plötzlich – oft kündigt er sich durch unsichtbar hohe Feuchte an kalten Wandflächen an. Ursachen können neben falschem Lüften auch bauliche Mängel oder Wasserschäden sein. Prüfen Sie deshalb regelmäßig Ihre Wohnräume auf feuchte Stellen und beheben Sie Ursachen frühzeitig. Kleinere Schimmelflecken können selbst entfernt werden, große oder wiederkehrende Schäden sollten fachgerecht saniert werden.

**💡 Wichtig:** Schimmel nie nur überstreichen – sonst bleiben die Ursachen bestehen und der Befall kommt wieder.

Für noch mehr Tipps: Die Energieagentur ZEKK gGmbH und die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg beraten Sie kostenlos und persönlich. Termine können direkt bei uns unter 07321 279 4546-1 oder bei der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg unter 0800 809 802 400 (kostenfrei) vereinbart werden.

### Pressestellen

Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e.V.  
Paulinenstraße 47, 70178 Stuttgart  
[www.vz-bw.de](http://www.vz-bw.de)  
[presse@vz-bw.de](mailto:presse@vz-bw.de)  
Tel: (0711) 66 91 73

---

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Wirtschaft  
und Energie

80 MILLIONEN GEMEINSAM FÜR  
**ENERGIEWECHSEL**