

## Richtiges Lüften und Heizen ist das A und O – unsere Hinweise für Sie:

Den meisten Menschen ist nicht bewusst, dass in jedem Haushalt Wasserdampf in großen Mengen produziert und von der Luft aufgenommen wird. In zum Beispiel einem 3-Personen-Haushalt können pro Tag 6-14 Liter Wasser freigesetzt und von der Luft aufgenommen werden.



### Feuchtigkeitsabgabe pro Tag durch:

	Menge
Eine Person	1,00 – 1,50 Liter
Kochen	0,50 – 1,50 Liter
Duschen, Baden / pro Person	0,50 – 1,00 Liter
Wäschetrocknen geschleudert (4,50 kg)	1,00 – 1,50 Liter
Wäschetrocknen tropfnass	2,00 – 3,50 Liter
Zimmer- und Topfpflanzen	0,50 – 1,00 Liter

Diese Feuchtigkeit verschwindet nicht von selber sondern muss hinaus gelüftet werden - da die Luft in Abhängigkeit von der Temperatur nur eine begrenzte Menge Wasserdampf aufnehmen kann, wobei warme Luft wesentlich aufnahmefähiger ist als kalte.

Die Folgerung daraus: Je höher die Zimmertemperatur, umso höher kann die Luftfeuchtigkeit der Wohnräume sein. Die Schwankungen der Luftfeuchte kann man im Gegensatz zur Temperatur meist nicht wahrnehmen.

### Einige Tipps für Sie:

- Die Feuchtigkeit in Ihrer Wohnung können Sie ganz einfach selber mit Feuchtigkeits-Messgeräten (Hygrometer) messen - die optimale Luftfeuchtigkeit liegt zwischen 40 und 60 Prozent. Spätestens bei 60% muss gelüftet werden. Auf Anfrage können unsere Mieter vorübergehend ein Gerät von uns erhalten.
- Bitte berücksichtigen Sie bei Ihrer Wohnungseinrichtung, dass die Möbel vor kalten Außenwänden mit mindestens 5 cm Abstand zur Wand aufgestellt werden sollten. Noch besser wäre es, wenn diese Wände frei gehalten werden könnten.
- Bei Auftreten von kleineren Schimmelspuren zum Beispiel an Dichtungen oder Fliesenfugen können Sie diese unproblematisch selber mit einem Scheuermittel oder Allzweckreiniger beseitigen.
- Heizen Sie regelmäßig. Die Temperatur in Wohnräumen sollte zwischen 19° und 21° betragen – dies ist wirtschaftlicher und zweckmäßiger als das Wiederaufheizen ausgekühlter Wände und die Kosten sind nachweislich erheblich niedriger.





- Der Temperaturunterschied zwischen den Räumen sollte nicht mehr als 5°C betragen.
- Bei Verlassen Ihrer Wohnung stellen Sie die Heizung nicht ganz ab! Wenn Sie den ganzen Tag gleichmäßig Ihre Wohnung beheizen, werden die Heizkosten verringert – Als diejenigen: die bei Abwesenheit die Heizkörper zudrehen und bei Anwesenheit die Heizkörper umso mehr aufdrehen müssen.



- Lassen Sie Ihrem Heizkörper Platz zum Heizen! Bitte vermeiden Sie es, Möbelstücke direkt vor die Heizkörper zu stellen oder bodenlange Vorhänge anzubringen – hier staut sich die Luft und es tritt Feuchtigkeit auf.
- Zwischen unterschiedlich beheizten Räumen sollten die Innentüren immer geschlossen sein. Wenn aufgeheizte Raumluft in ein kühles Zimmer gelangt gibt es einen Kondensatoreffekt das heißt, dass sich die Feuchtigkeit an kühlen Stellen kondensiert (absetzt).



## Hinweise zum Richtigen durchlüften – bei ganz geöffnetem Fenster:

Monate	notwendige Lüftungsdauer bei ganz geöffnetem Fenster (Stoßlüftung) - zwei- bis fünfmal täglich
Dezember, Januar, Februar	4 bis 6 Minuten
März, November	8 bis 10 Minuten
April, Oktober	12 bis 15 Minuten
Mai, September	16 bis 20 Minuten
Juni, Juli, August	25 bis 30 Minuten



- Lüften Sie drei- bis fünfmal täglich, wenn Sie berufstätig sind mindestens zweimal täglich - am effektivsten mit Durchzug (die sogenannte Querlüftung). Die Heizkörper werden dabei abgestellt.

- Lüften Sie im Schlafzimmer möglichst gleich nach dem Aufstehen – dann ist die Feuchtigkeit noch nicht so stark in Wände und Möbel eingedrungen und kann leichter abgeführt werden.
- Vermeiden Sie Dauerlüften durch Kippen des Fensters! Dies führt zu hohen Energieverlusten und kann Schimmel und Bauschäden verursachen – ein optimaler Luftaustausch ist dadurch nicht erreichbar. Das Lüften dauert zu lange und die Fensterbank kühlt zu stark aus (Wasserbildung!).
- Lüften Sie auch, wenn es draußen regnet, schneit oder neblig ist.
- Lüften Sie besonders, wenn gerade Wasserdampf zum Beispiel nach dem Kochen, Duschen, Baden, Bügeln, öffnen der Spülmaschine, Waschmaschine usw. entstanden ist.
- Bitte stellen Sie nicht zu viele Pflanzen auf engem Raum auch Pflanzen „atmen“ und geben Feuchtigkeit in den Raum ab. Außerdem kann eine Lüftung bei ganz geöffnetem Fenster nicht durchgeführt werden.
- Lüften Sie auch, wenn die Feuchtigkeit nicht spürbar ist – alle Wohnräume brauchen Frischluft und Feuchtigkeitsabfuhr.
- Je mehr Personen sich in einem Haushalt befinden – umso mehr wird gekocht, gewaschen usw. – umso öfter muss gelüftet werden!



☺ **Fazit: Regelmäßiges Lüften und Heizen verhindert nicht nur Schäden an der Bausubstanz, sondern dient vor allem auch dem Erhalt Ihrer Gesundheit und Ihres Wohlbefindens.**

Erlauben Sie uns noch einen Spaß...

