

# Richtig heizen und lüften

Als Grundregel gilt, dass Feuchtigkeit und Schadstoffe möglichst am Entstehungsort und während oder unmittelbar nach ihrer Entstehung durch Lüften entfernt werden sollten. Es wird empfohlen:

## **Schlafräume**

Man sollte nach dem Aufstehen eine intensive Stoßlüftung mit weit geöffnetem Fenster durchführen.

## **Wohnräume**

Im Wohnzimmer ist regelmäßiges Lüften erforderlich, um die Feuchtigkeit zu entfernen. Befinden sich im Wohnzimmer sehr viele Pflanzen oder andere Feuchtequellen (z. B. Wäsche), sollten Sie besonderen Wert auf regelmäßiges Lüften legen. Es sollte eine Stoßlüftung erfolgen, sobald die Luftqualität als „schlecht“ empfunden wird, wenn z.B. Wassertropfen an den Fensterscheibe zu beobachten sind.



## **Küche / Bad**

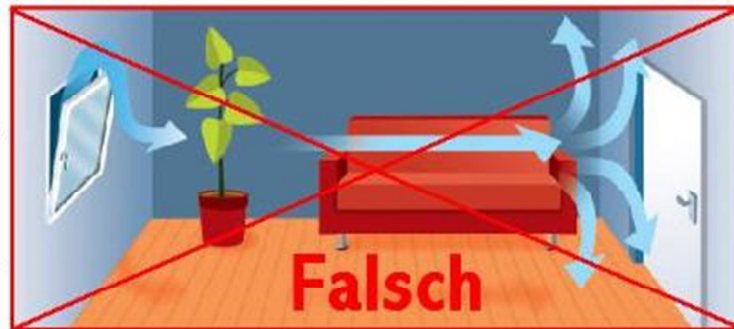
Im Bad / Küche kann in kurzer Zeit sehr viel Feuchtigkeit anfallen. (baden, duschen, kochen) Es sollte nach diesen „Feuchtespitzen“ umgehend durch eine intensive Fensterlüftung beseitigt werden. Nach dem Duschen sollte das Wasser von Wänden und Boden entfernt werden, wenn nur eine eingeschränkte Lüftung möglich ist.

### **Dauerlüftung**

Bei dieser Belüftungsart wird das Fenster gekippt, was lediglich zu einem geringen Luftaustausch und dadurch meist zu einem längeren Öffnungszeitraum führt. Der

### **Nachteil:**

Eine stärkere Auskühlung der Fensterlaibung und die Gefahr von Tauwasserschäden.



### **Stoßlüftung**

Durch das gleichzeitige Öffnen aller Fenster und Türen entsteht ein Durchzug, der die Luft in Ihren Wohnräumen in nur zwei bis vier Minuten gänzlich erneuert.

Eine effektive Art der Belüftung, die Energieverluste minimiert, Heizkosten spart. In dieser Zeit kühlen die Bauteile nicht aus.



## **Kellerräume**

Die Außenwände in den Kellerräumen sind oftmals kalt. In den Sommermonaten kann im Keller, wenn warme Luft dorthin gelangt, die Luftfeuchtigkeit an den kalten Wänden niederschlagen. Im Sommer sollten daher nicht am Tag, sondern bevorzugt nachts bzw. früh morgens gelüftet werden. In den Wintermonaten kann eine Lüftung zu jeder Tageszeit erfolgen.

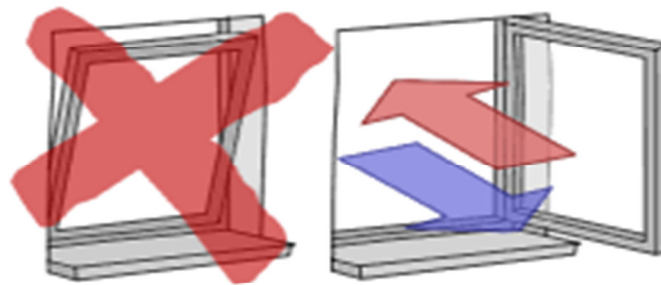
Kellerräume, die zur dauerhaften Nutzung (Wohnzwecke o.ä.) vorgesehen sind, sollten beheizbar sein und über eine Fensterlüftungsmöglichkeit verfügen.

### ***Beim Stoßlüften auf die Innentüren achten***

Beim Stoßlüften sollte darauf geachtet werden, dass die Zimmertüren geöffnet sind. Dadurch kann die Luft besser zirkulieren und es findet ein entsprechender Luftaustausch statt. Im Bad / Küche sollte jedoch die Innentür geschlossen sein, damit die Feuchtigkeit nicht in den anderen Wohnräumen verteilt wird. Außer es gibt keine Lüftungsmöglichkeit (Fenster oder Ventilator), nur dann sollte die Tür offen stehen.

## Ständig angekippte Fenster vermeiden

Wenn die Fenster über längere Zeit oder immer gekippt bleiben, erhöht es den Energieverbrauch und die Heizkosten drastisch. Es ist besser nach „Bedarf“ zu lüften. Das Fenster im Schlaf- oder Kinderzimmer, das nachts gekippt ist, sollte selbstverständlich tagsüber geschlossen werden.



## Wenn Wäschetrocknen unvermeidlich ist, mehr lüften

Wäsche sollte nach Möglichkeiten bei Wäscheplätzen oder Trockenräumen aufgehängt werden. Wird Wäsche in der Wohnung getrocknet, sollte unbedingt gelüftet werden. Günstig ist es, in dieser Zeit ein Fenster anzukippen und die Zimmertür geschlossen zu halten. Die Heizung sollte im Winter dabei nicht abgeschaltet werden. Das Betreiben von Abluftwäschetrocknern in Wohnräumen ist untersagt.

