



## Richtig Heizen und Lüften

**Wir möchten Sie bitten, zum Schutz Ihrer Gesundheit und unserer Bausubstanz, Ihre Wohnung richtig und ausreichend zu beheizen und zu lüften. Nachfolgend geben wir Ihnen einige Hinweise und Tipps, wie das zu erreichen ist:**

- 1.** Die Temperatur in den Räumen Ihrer Wohnung sollte während der Heizperiode kontinuierlich in dem Bereich von 19 bis 21°C liegen. Größere Temperaturdifferenzen zwischen einzelnen Räumen Ihrer Wohnung sind zu vermeiden, da sie ohnehin aufgrund der geringen Wärmedämmwerte der Trennwände zu keiner wesentlichen Heizkosteneinsparung führen.
- 2.** Zur richtigen und effektiven Bedienung der Thermostatventile beachten Sie bitte die detaillierten Hinweise des ebenfalls zum Download bereitgestellten Artikels „Nutzungshinweise für die Bedienung von Heizkörper-Thermostatventilen“.
- 3.** Äußerst kritisch ist das indirekte Beheizen einzelner Räume wie Bad, Kinder- oder Schlafzimmer durch warme Luft aus anderen Räumen. Es werden einfach die Türen geöffnet, damit die Raumlufttemperatur „überschlagen“ kann. Nicht bedacht wird dabei, dass diese warme Luft einen hohen Wasserdampfgehalt hat. Durch die Abkühlung an den kalten Wandoberflächen kommt es zu Taupunktunterschreitungen: Der Wasserdampf kondensiert! Wiederholt sich dieser Vorgang, so ist Schimmelbildung eine logische und unausbleibliche Folge!
- 4.** Nicht die Dauer, sondern die Art des Lüftens ist wichtig. In der Regel hört man bei Mieterbefragungen: „Wir lüften ausreichend, bei uns wird das Fenster den ganzen Tag angekippt.“ Das ist reine Energieverschwendung! Lüften Sie morgens alle Räume Ihrer Wohnung 5 bis 10 Minuten bei weit geöffnetem Fenster. Sorgen Sie dabei für Querlüftung in der Wohnung. Die Heizkörperventile sollten während des Lüftens abgestellt werden. Je nach Nutzung des Raumes ist das Stoßlüften bei weit geöffnetem Fenster mehrmals am Tage zu wiederholen.
- 5.** In Bad und Küche ist nach intensivem Feuchtigkeitsanfall, wie nach dem Duschen, Baden, Kochen oder dem Betreiben einer Waschmaschine sofort eine Stoßlüftung, wie unter Pkt. 5 beschrieben, durchzuführen. Sie können den Trocknungsvorgang unterstützen, indem Sie feuchte bzw. nasse Oberflächen mit einem trockenen Tuch abwischen.
- 6.** In Schlaf- und Kinderzimmern sollte während der Nachtruhe das Fenster leicht geöffnet werden. Das sollten Sie wissen: In der Nacht verliert unser Körper durch Schwitzen und die Atmung bis zu einem Liter Wasser. Morgens ist dann unbedingt eine intensive Stoßlüftung nach Pkt. 4 anzuschließen. Auch tagsüber ist für stoßweises Lüften je nach Nutzung zu sorgen.



**7.** Mit einem handelsüblichen Hygrometer kann die relative Luftfeuchte in dem jeweiligen Raum ständig überprüft werden. Üblich sind in unseren zentral beheizten Wohnungen Feuchtgehalte von 30 bis 50 %. Liegt die relative Luftfeuchte ständig über 60 %, müssen und können Sie durch richtiges Heizen und Lüften diesen zu hohen Wert korrigieren.

**8.** Das erste Anzeichen für zu hohe Luftfeuchte ist in der Regel das Beschlagen der Thermoscheiben, beginnend im unteren Randbereich der Fensterflügel. Nur bei extremen Außentemperaturen  $< -10^{\circ}\text{C}$  ist das auch bei normalem Raumklima nicht zu vermeiden. Ansonsten ist das Beschlagen der Scheiben ein Zeichen für zu hohe Luftfeuchtigkeit und kein Mangel am Fenster! Hier muss wie im Pkt. 4 beschrieben, durch intensive Stoßlüftung ein Luftaustausch im Raum vorgenommen werden.

**9.** Schöne Zimmerpflanzen oder ein Aquarium sind Bestandteil einer normalen Raumausstattung. Man muss aber beachten, dass diese Dinge auch zusätzlich zur Raumluftbefeuchtung beitragen. Wer viele Zimmerpflanzen oder ein größeres Aquarium in seiner Wohnung aufstellt, muss natürlich häufiger lüften!

**10.** Bitte beachten Sie beim Renovieren Ihrer Wohnung die Dichtigkeit des gewählten Materials. Es sind möglichst diffusionsoffene Anstriche oder Tapeten zu verwenden, um das „Atmen“ der Wände weiter zu ermöglichen. Lassen Sie sich in den Fachgeschäften dazu beraten. Hier zum Vergleich die Diffusionswiderstände einiger Materialien.

| Wandbeschichtung, Wandbelag     | Diffusionswiderstand $r$ [m] |
|---------------------------------|------------------------------|
| Normale Papiertapete            | 0,03                         |
| PVC-Tapete                      | 1,00                         |
| Vinyl-Tapete                    | 5,35                         |
| Beschichtete Alu-Tapete         | 75,0                         |
| Strukturputz auf Kunstharzbasis | 1,00                         |
| Leim- oder Kalkfarbenanstrich   | 0,06                         |
| Silikatfarbenanstrich           | 0,02                         |
| Latexfarbenanstrich             | 0,80                         |

Allein schon an diesen Hinweisen erkennen Sie, dass beim Heizen und Lüften viele Fehler gemacht werden können. Scheuen Sie sich deshalb nicht, einen Fachmann zu befragen. Unsere Mitarbeiter stehen Ihnen dazu gern zur Verfügung.