

## **Richtig heizen und lüften – gesund wohnen**

Jeder Bewohner sollte nachfolgende Empfehlungen beachten. Dadurch lassen sich Schäden (Schimmelbildung) am Gebäude, an der Wohnungseinrichtung und letztendlich an Ihrer Gesundheit vermeiden. Wie erreiche ich ein behagliches und gesundes Wohnklima?

- Alle Räume einer Wohnung müssen ständig und kontinuierlich beheizt werden, damit die Innenflächen von Außenwänden ständig warm gehalten und nicht ausgekühlt sind. Türen schließen, vor allem zwischen Räumen mit unterschiedlichen Temperaturen, damit nicht wärmere und folglich feuchtere Luft in dem kälteren Raum kondensiert.
- Heizkörper sollen nicht verdeckt sein, damit die Luft zirkulieren kann. Insbesondere sollte an Außenwänden die Luftzirkulation möglich sein. (Möbelstücke mit einem Abstand von mind. 5 cm von der Wand stellen)
- Es soll mehrmals täglich eine „Stoßlüftung“ durchgeführt werden. Das heißt, Thermostatventile schließen, Fenster und Türen weit öffnen, damit Zugluft entsteht.  
Wenig geeignet ist ein ständig gekipptes Fenster. Es führt zu höheren Heizkosten und Schimmelbildung.
- Vermeiden Sie das Trocknen der Wäsche und ein Übermaß an Pflanzen in der Wohnung.
- Größere Wasserdampfmengen (beim Kochen od. Duschen) sollten durch gezieltes Lüften der betreffenden Räume sofort nach außen abgeführt werden. Die Türen während dieser Vorgänge möglichst geschlossen halten.
- Öffnen der Kellerfenster ist dann zu empfehlen, wenn die Außentemperatur niedriger ist als die Raumtemperatur. D. h. im Sommer ist Lüften nur nachts zu empfehlen! Im Winter Stoßlüften um Auskühlung zu vermeiden