

Gesundes Wohnen

Tipps und Infos rund ums Heizen und Lüften



Regelmäßiges Lüften kann Schimmelbildung vorbeugen.

Mit unseren Tipps zum Heizen und Lüften schaffen Sie ein behagliches und gesundes Raumklima, sparen Energie und minimieren gleichzeitig das Risiko, dass sich Schimmel bildet.

Gerade in den Wintermonaten führt starkes Heizen und seltenes Lüften zu Schimmel in Zimmerecken, an Fensterstürzen und hinter Möbeln.

Denn: Die Fähigkeit der Luft, Wasser aufzunehmen, hängt von der Lufttemperatur ab. Ist die Luft warm, kann sie viel Wasser aufnehmen. Sinkt die Raumtemperatur, wird die gespeicherte Feuchtigkeit wieder abgegeben. Die Feuchtigkeit wird zu Wasser und setzt sich an den kältesten Oberflächen, wie im Decken-, Wand- und Fensterbereich ab.

Die Lösung: Richtiges Heizen und Lüften!

Wie Sie ein gesundes Raumklima schaffen, Heizkosten sparen und Feuchtigkeit vermeiden, lesen Sie hier:

Feuchtigkeit vermeiden



Bei "schwitzenden" Fensterscheiben ist Frischluftzufuhr nötig.

- Bei fensterlosen Bädern regelmäßig den Filter der Badlüftung säubern und erneuern.
- Pflanzenfreunde aufgepasst: Auch Grünes gibt Luftfeuchtigkeit ab. Wer viele Grünpflanzen in der Wohnung hat, sollte häufiger lüften.
- Türen beim Duschen, Kochen und Putzen geschlossen halten, damit sich die Feuchtigkeit nicht in der Wohnung verteilt.
- Große Möbelstücke nicht direkt an die Wände (insbesondere Außenwände) stellen. Für eine ausreichende Luftzirkulation 5 - 10 cm Abstand zwischen Wand und Möbeln lassen.
- Keine Wäsche in der Wohnung trocknen.

Tipps zum Lüften



Bei gekippten Fenstern wird die Luft oft nur unzureichend ausgetauscht.

- Feuchte, verbrauchte Luft fühlt sich kühler an als frische, aufgeheizte -

- daher mehrmals täglich 5 - 10 Minuten stoßlüften. Dabei alle Zimmertüren offen halten und die Heizkörperventile auf Frostschutz (*) stellen
- Fenster/-bänke möglichst frei halten, damit in jedem Raum ein Fenster zum Lüften vollständig geöffnet werden kann.
- Auch bei Kälte, Regen, Schneefall oder Nebel lüften. Die Luft draußen ist auch bei diesen Witterungsverhältnissen trockener als die verbrauchte, aufgeheizte Luft innerhalb der Wohnung.
- Wenn Wasserdampf entsteht (z. B. beim Duschen/Baden/Kochen), gezielt stoßlüften, damit der Wasserdampf schnell nach draußen geleitet wird.

Tipps zum Heizen




Lassen Sie Räume auch bei Abwesenheit nie auskühlen.

- Empfohlene Temperaturen:
Wohnräume ca. 21 °C
Schlafräume ca. 18 °C
- Alle Räume konstant beheizen: Durchgängiges Heizen ist energie- und kostensparender als dauerndes Abkühlen und Aufheizen der Wohnräume.
- Heizkörper und Thermostate frei von Vorhängen und/oder Möbelstücken halten.
- Türen zu kühleren Räumen geschlossen halten, damit sich kein Kondenswasser bildet.

Unsere Empfehlung

- Regelmäßig mit einem Hygrometer die Luftfeuchtigkeit messen. Die optimale Luftfeuchtigkeit liegt zwischen 40 und 60 Prozent.
- Sollte sich trotz unserer Tipps und Hinweise Schimmel in Ihrer Wohnung bilden, wenden Sie sich bitte an Ihren Hausmeister.

Broschüre "Gesundes Wohnen"

 Die Tipps und Infos rund ums Heizen und Lüften können Sie sich hier auch als [Broschüre herunterladen](#).

GWH
Wohnungsgesellschaft mbH
Hessen

Westerbachstrasse 33
60489 Frankfurt

Telefon 069 97551-0
info@gwh.de | www.gwh.de

