

Daher noch einmal
 eine Kurzfassung unserer Ratschläge:

- **Das Lüften** mit gekipptem Fenster (Dauerlüftung) während der Heizperiode ist nicht gut. Ein mehrfacher kurzer Durchzug bei voll geöffnetem Fenster ist besser!
- **Ständiges Heizen** aller Räume auf eingestellte Zimmertemperatur von 20° ist wirtschaftlicher und zweckmäßiger! Die Kosten bei diesem Heizverhalten liegen nachweislich erheblich niedriger!
- **Es ist unwirtschaftlich und schädlich**, nur den Raum stark zu beheizen, in dem man sich hauptsächlich aufhält, während die übrigen Räume fast nicht beheizt werden.
- **Mit dem Heizen** ist es wie mit allen anderen Annehmlichkeiten des Lebens: mäßig, aber regelmäßig. Auch Lüften sollte man regelmäßig; zwar kurz, aber dafür kräftig!

Für ein behagliches Raumklima gilt der Leitsatz:

Richtig heizen und lüften – gesund wohnen!



Mat.-Nr. 06537-3002

Gesundes Wohnen

Feuchtigkeit in der Wohnung

Richtig heizen ...

Zunächst richtig heizen

Eine Zentralheizung ist in ihrer Heizwirkung schwerfälliger als eine Ofenheizung. Sie kann während der kalten Jahreszeit ein angenehmes Raumklima nur dann schaffen, wenn sie in allen Räumen schwach eingeschaltet ständig in Betrieb ist. Nur so sind die Wände der Räume in der Lage, Wärme zu speichern.

Die Unart vieler Mieter, erst nach Feierabend kräftig die Zentralheizung aufzudrehen, kann zwar die Luft im Raum in etwa erträglich erwärmen, es wird aber niemals ausreichen, die während des Tages und in der Nacht ausgekühlten Wandflächen mit zu erwärmen. Und Sie wissen jetzt, dass kalte Wandflächen die im Raum befindliche Luftfeuchtigkeit zum Kondensieren bringen (siehe das Beispiel mit dem „schwitzenden“ Auto). Dieses Heizen ist übrigens auch noch ungesund und führt in vielen Fällen zu kleineren wie größeren Erkältungskrankheiten. Die Gründe liegen auf der Hand: Durch das plötzliche starke Anheizen muss sehr viel Wärme abgegeben werden, damit zumindest der Innenraum wohngerecht beheizt wird. In dieser Phase entstehen durch die vom Heizkörper abgegebenen Wärmemengen an die

... und lüften!

Die ständige Durchfeuchtung eines Baustoffes durch Kondenswasser, wenn auch zunächst in geringem Umfang, setzt zwangsläufig den Wärmemedämmwert herab; der Baustoff kann im Laufe der Zeit immer weniger austrocknen. Bei besonders hoher Feuchtigkeit wird schließlich das Mauerwerk bis nach außen hin durchfeuchtet sein und als „Kältebrücke“ wirken. Damit wird ein Teufelskreis eingeleitet, der die sichtbaren inneren Feuchtigkeitsschäden verstärken wird. Diese Schäden greifen dann auch auf das Mobiliar und die weitere Wohnungsausstattung über.

Zum richtigen Heizen gehört auch das richtige Lüften

Die Lüftung soll möglichst einen Austausch der feuchtigkeitsbelasteten Luftmenge bewirken. Deshalb muss die Lüftung besonders wirkungsvoll sein. Das Rezept ist ganz einfach: ein kurzer Durchzug bei weit geöffneten Fenstern! Schließen Sie beim Lüften die Heizkörperventile bzw. drehen Sie die Raumthermostate zurück (mehrmals am Tag etwa 5 bis 10 Minuten). Aber Vorsicht bei Frost! Hierbei entschwindet sehr schnell die feuchtigkeitsbelastete Luftmenge nach außen;

denn bekanntlich vollzieht sich der Austausch zwischen der warmen, feuchtigkeitsbelasteten Luft des Raumes mit der Außenluft relativ schnell. Wichtig ist aber, dass bei der so genannten „Stoßlüftung“ die Möbel und Wände kaum abkühlen und somit der Raum schneller erwärmt wird.

Falsch wäre es, wenn man die verbrauchte warme Luft des Wohnzimmers durch Öffnen der weiteren Innenräume in andere, nicht beheizte Räume (zum Beispiel Flur) leiten würde. Hier würde sich die überschüssige Feuchtigkeit sofort an den kühleren Flächen der wenig oder nicht beheizten Räume niederschlagen und Feuchtigkeit bilden.

Als der Mitarbeiter des Wohnungsunternehmens zum Schluss noch die Probe mit dem Steinbohrer machte und der herauskommende Mörtelstaub trocken war, musste Frau Lehmann doch innerlich bekenne, dass sie wohl einiges nicht richtig gemacht hatte. Und zu dem Mitarbeiter des Unternehmens sagt sie: „So etwas muss einem ja auch einmal gesagt werden; denn woher sollen wir wissen, dass wir uns heute im Heizen und Lüften anders verhalten müssen als früher?“



kalten Wände so genannte Zugscheinungen, die Erkältungskrankheiten hervorrufen können.

Es ist eindeutig erwiesen, dass Mieter, die den ganzen Tag über gleichmäßig ihre Wohnung beheizen, weniger Heizkosten in ihrer Abrechnung haben als Mieter, die ständig ihre Heizkörper bei Abwesenheit zudrehen und bei Anwesenheit umso mehr aufdrehen.

Frau Lehmann wird ganz aufgeregt: „Jetzt weiß ich auch, warum meine Nachbarin, die ständig zu Hause ist, im letzten Abrechnungsjahr weniger Heizkosten hatte als ich!“

