

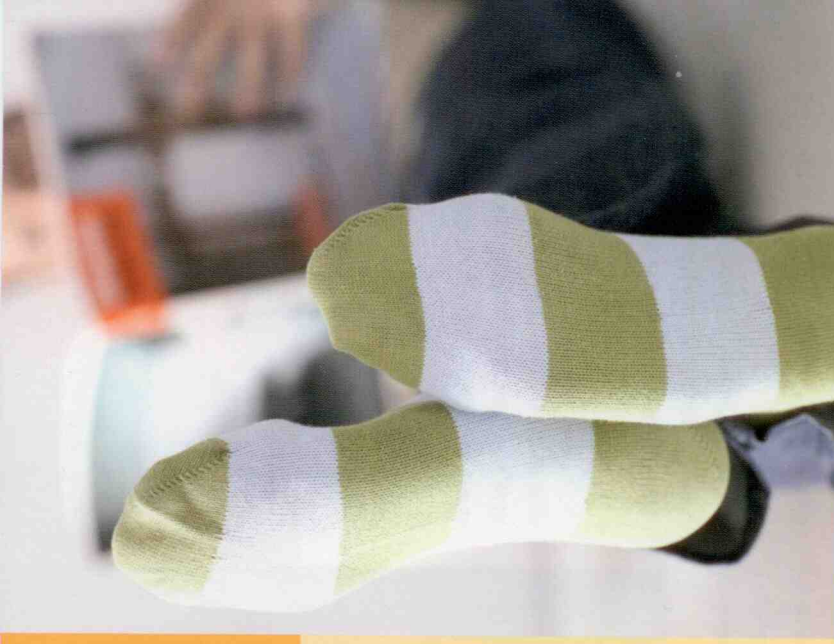
■ Schließen Sie beim Lüften die Heizkörper-ventile bzw. drehen Sie die Raumthermostate zurück.

Aber Vorsicht bei Frost! Ein Abdrehen der Heizkörper darf nur bei einer kurzen Stoßlüftung erfolgen, sonst besteht die Gefahr, dass das Heizwasser im Heizkörper einfriert und der Heizkörper platzt.

Bei Thermostatventilen, deren eingebaute Frostschutzsicherung das Ventil bei etwa 5° C auch in der kleinsten Stellung sofort automatisch öffnen würde, empfindet es sich, den im Ventilkopf befindlichen Fühler bei niedrigeren Außentemperaturen durch ein aufgelegtes Tuch von der einströmenden Frischluft abzuschirmen.

Für ein behagliches Raumklima gilt der Leitsatz:

Richtig heizen und lüften – gesund wohnen



Gesundes Wohnen

Richtig heizen und lüften

Richtig lüften

Die nachstehenden Empfehlungen sollen helfen, energiesparend zu heizen und zu lüften:

■ **Heizen Sie alle Räume ausreichend und vor allem möglichst kontinuierlich.** Dies gilt auch für die Räume, die Sie nicht ständig benutzen oder in denen Sie ein niedrigeres Temperaturniveau wünschen.

■ **Unterbinden Sie die Luftzirkulation nicht.** Das ist besonders wichtig an Außenwänden. Möbelstücke sollten deshalb in neueren Häusern (nach 1995) mindestens 5 cm, in älteren Häusern (vor 1995) mindestens 10 cm Abstand zur Wand haben, besonders solche auf geschlossenem Sockel. Am besten stehen sie vor Innenwänden.

■ **Behindern Sie nicht die Wärmeabgabe der Heizkörper** durch Verkleidungen, lange Vorhänge oder vorgestellte Möbel. Durch Wärmestau erhöhen sich die Wärmeverluste nach außen.

■ **Halten Sie die Türen zu weniger beheizten Räumen stets geschlossen.**

Die Temperierung dieser Räume ist Aufgabe des im Raum befindlichen Heizkörpers. Andernfalls dringt mit der wärmeren Luft aus Nebenräumen zu viel Feuchtigkeit ein, die beim Abkühlen der Luft dann zum Teil als Kondensat ausfällt.

■ **Regulieren Sie das Raumklima durch regelmäßige Fensterlüftung.** Schenken Sie der Raum- und Wohnungslüftung besondere Aufmerksamkeit, besonders bei fugendichten Fenstern. Sie dient nicht nur dazu, verbrauchte Luft durch hygienisch einwandfreie zu ersetzen. Die in einer Wohnung entstehende Wasserdampfmenge beträgt je nach Personenzahl und Intensität der Nutzung 10 bis 20 Liter pro Tag. Eine wesentliche Aufgabe des Lüftens ist daher auch die Abführung von Wasserdampf, damit die relative Luftfeuchte ausreichend gering bleibt. Folgende Orientierungswerte sind empfohlen:

Kalte Witterung (unter ca. +5 °C)

Bei 22-24 °C Raumtemperatur **30-40% rel. F.**

Bei 19-21 °C Raumtemperatur **40-50% rel. F.**

Bei 16-18 °C Raumtemperatur **50-60% rel. F.**

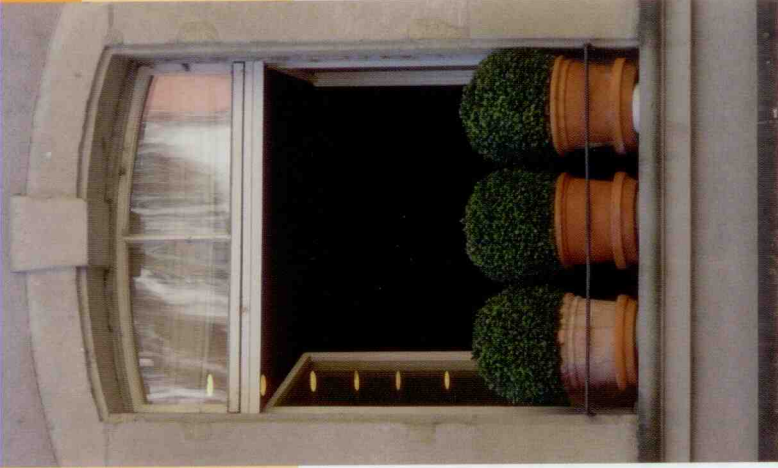
Milde Witterung (+5 °C bis 15 °C)

Bei 22-24 °C Raumtemperatur **40-50% rel. F.**

Bei 19-21 °C Raumtemperatur **50-60% rel. F.**

Bei 16-18 °C Raumtemperatur **60-70% rel. F.**

Diese Empfehlungen sind bei ausreichendem Luftwechsel leicht zu erreichen. In Altbauten mit erhöhtem Schimmelrisiko (bei erheblichen Wärmebrücken bzw. ohne Fassadendämmung) sollten sie streng eingehalten werden.



■ **Bei offenen Feuerstellen in der Wohnung muss sichergestellt sein, dass auch die Verbrennungsluft kontinuierlich ersetzt wird.**

Dies kann z. B. geschehen durch einen so genannten Luftverbund zwischen mehreren Räumen. Die entsprechenden Öffnungen in den Innenwänden bzw. Türen dürfen aus Sicherheitsgründen keinesfalls verschlossen werden!

■ **Bei Feuerstätten mit geschlossener Brennkammer** wird die Verbrennungsluft über Kanäle zur Brennkammer herangeführt. Ein Austausch mit der Raumluft findet in diesem Fall nicht statt. Lüften Sie bedarfsgerecht und dennoch energiebewusst.

Dabei geht zwar etwas Heizenergie verloren. Dies muss jedoch im Interesse gesunder raumklimatischer Verhältnisse und zur Vermeidung von Feuchteschäden hingenommen werden.

■ **Es kommt darauf an, diesen Verlust so gering wie möglich zu halten. Dies gelingt am besten durch kurzes intensives Lüften.** Sie sollten deshalb Fenster und Türen kurzfristig weit öffnen und nach Möglichkeit Durchzug schaffen. Sehr schnell ist die verbrauchte, feuchte Raumluft durch trockene Frischluft ersetzt, die nach Erwärmung wieder zusätzlichen Wasserdampf aufnehmen kann. Bei kalter Witterung genügen maximal 5 Minuten, in den milden Übergangszeiten sind 10 – 15 Minuten erforderlich.

Der Vorteil dieser „Stoßlüftung“ ist, dass mit der verbrauchten Luft nur die darin enthaltene Wärme entweicht, während die in den Wänden und Einrichtungsgegenständen gespeicherten, viel größeren Wärmemengen im Raum bleiben und nach dem Schließen der Fenster mithelfen, die Frischluft schnell wieder auf die gewünschte Temperatur zu bringen. Diese „Stoßlüftung“ sollte bei Anwesenheit in der Wohnung mehrmals wiederholt werden. Gewöhnlich sollte tagsüber mindestens 3 Mal gelüftet werden. Auch bei Abwesenheit ist dies leicht möglich: Nach dem Aufstehen, beim Heimkommen und vor dem Schlafengehen.

■ **Kein Dauerlüften während der Heizperiode.** Offene oder gekippte Fensterflügel verursachen ein Mehrfaches an Wärmeverlusten gegenüber einer gezielten „Stoßlüftung“.

