

# Richtig lüften – um Schimmel zu vermeiden

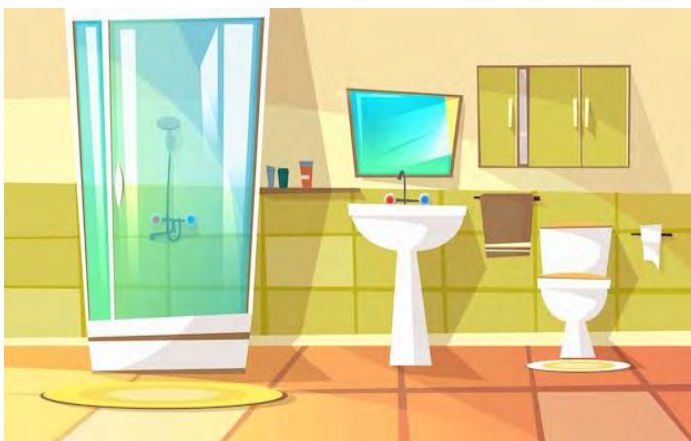
## **Tipp 1:**

Die Möbel wie Betten oder andere größere Gegenstände sollen einige Zentimeter von den Außenwänden abrücken, so kann die Luftzirkulation besser erfolgen. Dadurch wird es einfacher der Luft, um die Möbel herum zu fließen und den Raum gleichmäßig zu belüften. Dies kann dazu beitragen, dass sich keine Feuchtigkeit ansammelt und die Luftqualität verbessert wird.



## **Tipp 2:**

Wenn es um Feuchträume wie Küche oder Bad geht, ist es wichtig, dass die Wände richtig behandelt werden, um Feuchtigkeitsschäden zu vermeiden. Es ist ratsam, die Wände gründlich austrocknen zu lassen und eventuelle Schäden von einem Fachmann beheben zu lassen. Ein Fachmann kann beurteilen, ob zusätzliche Maßnahmen wie eine spezielle Beschichtung oder Abdichtung erforderlich sind, um die Feuchtigkeit in Schach zu halten. Es ist auch wichtig zu beachten, dass in solchen



Räumen in der Regel keine Tapete verwendet wird, da sie Feuchtigkeit aufnehmen und Schimmelbildung begünstigen kann. Tapeten können Feuchtigkeit aufnehmen und somit einen Nährboden für Schimmelpilze bieten. Es ist daher wichtig, bei der Gestaltung von Feuchträumen auf eine gute Belüftung und den

Einsatz von feuchtigkeitsbeständigen Materialien zu achten, um Schimmelprobleme zu vermeiden.

**Tipp 3:**

Es ist empfehlenswert, das Schlafzimmer am Abend kurz und kräftig zu lüften, um frische Luft hineinzulassen und eine angenehme Temperatur zu schaffen. Stellen Sie das Thermostat auf 17 Grad Celsius ein, um eine konstante Mindesttemperatur im Schlafzimmer zu gewährleisten. Es ist ratsam, die Dauerlüftung nachts durchzuführen, anstatt tagsüber um eine kühlere Umgebung für einen besseren Schlaf zu schaffen.

**Tipp 4:**

Durch das Einstellen der Thermostate in den verschiedenen Räumen auf dieselbe Temperatur kann gewährleistet werden, dass alle Räume die gleiche Wärme erhalten.

Lassen zwischen den die warme Luft. Dadurch wird sich die Wärme in verteilt. Lüften Sie Feuchtigkeit und Räumen zu wird eine Verteilung der



Sie die Türen Räumen offen, damit zirkulieren kann. gewährleistet, dass allen Räumen regelmäßig, um die die kalte Luft aus den entfernen. Dadurch gleichmäßige Wärme erleichtert.

**Tipp 5:**

Wenn Sie die Heizung in einigen Räumen komplett abschalten, kann die Raumtemperatur unter 17 Grad Celsius fallen. Dies kann dazu führen, dass sich die Kälte auf andere Räume ausbreitet. Um dies zu vermeiden, sollten Sie darauf achten, dass alle Räume mindestens auf einer minimalen Temperatur gehalten werden, um ein zu starkes Abkühlen zu verhindern. Achten Sie darauf, dass die gewünschte Raumtemperatur nicht überschritten wird, um Energie zu sparen und das Raumklima angenehm zu halten.

**Tipp 6:**

Es wird empfohlen, dass die Heizung tagsüber, wenn niemand zu Hause ist, auf mindestens 17 Grad Celsius eingestellt werden sollte. In der Nacht sollte die Heizung ebenfalls auf 17 Grad eingestellt werden. Durch die Vorgehensweise können etwa 6% Energiekosten eingespart werden. Es wird jedoch empfohlen, die Raumtemperatur tagsüber nicht um mehr als 5 Grad Celsius zu senken.

**Tipp 7:**

Um zu gewährleisten, dass ein Heizkörper nach allen Seiten Wärme abgeben kann, sollten Sie sicherstellen, dass der Bereich um den Heizkörper herum frei ist. Stellen Sie fest, dass keine Möbelstücke oder Vorhänge den Heizkörper blockieren. Dies kann den Luftstrom blockieren und die Effizienz des Heizkörpers verringern. Es empfiehlt sich auch, den Bereich, um den Heizkörper sauber zu halten, um die Luftzirkulation nicht zu beeinträchtigen.

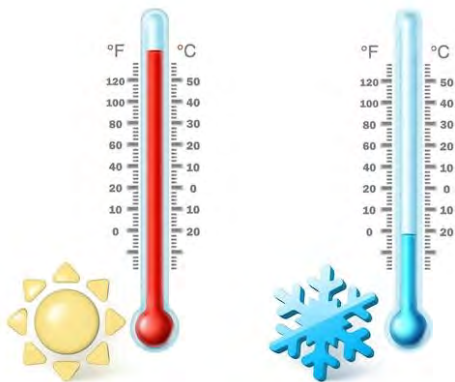
**Tipp 8:**

Um die Luftfeuchtigkeit in Innenräumen zu kontrollieren und zu reduzieren, ist regelmäßiges Lüften wichtig. Durch Stoßlüften mehrmals am Tag, am besten morgens und abends, kann die feuchte Luft ausgetauscht werden. Dabei sollten die Fenster für einige Minuten weit geöffnet werden, um den Austausch der Luft effektiv zu ermöglichen. Zusätzlich können weitere Maßnahmen ergriffen werden, um die Luftfeuchtigkeit in Räumen zu senken. Dazu gehören der Einsatz von Luftentfeuchtern, das Vermeiden von langem Trocknen von Wäsche in geschlossenen Räumen, das Abdecken von Aquarien oder das Aufstellen von Zimmerpflanzen in durchlüfteten Bereichen.

**Tipp 9:**

In den Wintermonaten, wenn die Luft tendenziell trockener ist, empfehlen wir, die Räume mehrmals täglich für 10 Minuten zu lüften. Dies hilft, die Luftfeuchtigkeit auf einem angenehmen Niveau zu halten und Schimmelbildung zu verhindern.

In den Sommermonaten, wenn die Luft tendenziell feuchter ist, empfehlen wir, die Räume weniger oft zu lüften, um zu vermeiden, dass zu viel Feuchtigkeit in die Räume gelangt. Bei hoher Luftfeuchtigkeit ist es ratsam, die Räume nur für 5-10 Minuten zu lüften und dies möglicherweise während der kühleren Tageszeiten zu tun.



In den Sommermonaten empfiehlt es sich, morgens und abends zu lüften, da zu diesen Zeiten die Außentemperaturen kühler sind. In den Wintermonaten kann es sinnvoll sein, mittags zu lüften, um eine starke Auskühlung des Raums zu vermeiden. Zusammenfassend ist das regelmäßige und kurze Lüften am Morgen, Mittag und Abend eine einfache Methode, um für eine gesunde Raumluft zu sorgen und

Feuchtigkeit aus dem Raum zu entfernen.

### **Tipp 10:**

Ein Hygrometer ist ein sehr nützliches Werkzeug, um die Luftfeuchtigkeit in Innenräumen zu messen und die Lüftungszeiten entsprechend anzupassen. Es zeigt Ihnen genau an, wie feucht oder trocken die Luft ist und hilft Ihnen, die richtige Balance zu finden. Es wird empfohlen, das Hygrometer in einer zentralen Position im Raum zu platzieren, um genaue Messungen zu erhalten. Wenn Sie die richtige Luftfeuchtigkeit beibehalten, können Sie ein angenehmes Raumklima schaffen und gleichzeitig die Gefahr von Schimmelbildung und anderen gesundheitlichen Problemen verringern.



Eine ideale Luftfeuchtigkeit in Innenräumen liegt zwischen 40 % - 60 %. Durch das Einhalten dieser Werte kann das Raumklima verbessert und gesundheitsschädliche Auswirkungen vermieden werden.

### **Tipp 11:**

Beim Lüften sollte man darauf achten, alle Fenster und Türen weit zu öffnen, damit ein guter Luftaustausch stattfinden kann. Außerdem sollte der Durchzug ermöglicht werden, indem man zum Beispiel gegenüberliegende Fenster öffnet. Dadurch wird auch eine effektivere Entlüftung erreicht.