



HEA

Corona-Krise: **TIPPS**



Immer frische Luft zu Hause!

Ausgangsbeschränkungen haben den Effekt, dass sich viele Menschen in den eigenen vier Wänden aufhalten. Das hat häufig auch negative Auswirkungen auf das Raumklima. Die zum Beispiel in einem 4-Personen-Haushalt durch Baden, Duschen, Kochen, Blumen gießen und Atmen in Form von Wasserdampf täglich freiwerdende Feuchtigkeit kann bis zu 10 Liter Wasser betragen. Wenn sich nun alle vier Personen den ganzen Tag in der Woh-

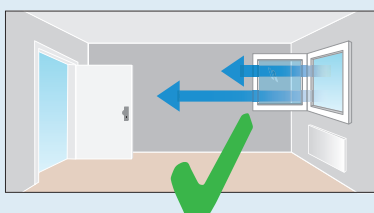
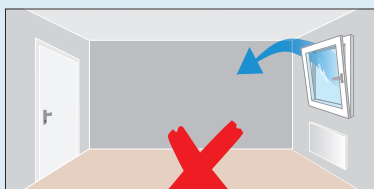
nung aufhalten, wird die maximal mögliche Feuchtigkeit freigesetzt. Viele Menschen aber lüften nicht nach Zeit, sondern nach subjektivem Kälteempfinden. Bei dauerhaft gekippten Fenstern findet nur ein geringer Luftaustausch statt und es wird wenig Feuchtigkeit aus dem Raum transportiert. Zudem kühlt das Mauerwerk rund um das Fenster aus, hier haben Schimmelpilze dann leichtes Spiel.



Um das Schimmelrisiko zu minimieren, sollten Sie sich an einige Lüftungsregeln halten. So sorgen Sie jederzeit für frische Luft und sparen gerade in der Übergangszeit wertvolle Heizenergie.

wie einem Arbeits- oder Gästezimmer sollten stets geschlossen bleiben. Dadurch wird verhindert, dass warme und feuchte Luft aus den beheizten Räumen dort abkühlt und die Feuchtigkeit in die Wände zieht.

Unsere Empfehlung: regelmässiges Stoßlüften



So lüftet man richtig

Der regelmäßige Luftaustausch ist deshalb so wichtig, weil damit auch die Luftfeuchtigkeit aus den Räumen transportiert wird. Wie schon erwähnt verdunsten täglich zwei bis drei Liter Wasser pro Bewohner im Haushalt, unter anderem durch Putzen, Wäschewaschen und -trocknen, Kochen aber auch beim Baden und Duschen. Bleibt diese Feuchtigkeit in den Räumen und schlägt sich auf kalten Wänden nieder, ist dies der ideale Nährboden für Schimmel. Doch wann, wie oft und wie lange sollten die Bewohner nun lüften?

Die Antwort hängt stark vom Wetter bzw. den Temperaturen ab. Generell gilt jedoch, dass bei durchgängig gekippten Fenstern viel Energie verloren geht, aber kaum Luft ausgetauscht wird. Auf lange Sicht kühlt das Mauerwerk aus und es kann sich leicht Schimmel bilden. Besser ist es drei bis fünf Mal am Tag für mindestens fünf Minuten stoß zu lüften. Dafür müssen mehrere, möglichst gegenüberliegende Fenster geöffnet sein. Währenddessen sollten die Heizkörper heruntergeregelt werden, um zusätzliche Wärmeverluste zu vermeiden. Beim Stoßlüften transportiert warme Luft die Feuchtigkeit besser ins Freie als kalte Luft. Deshalb sollten alle Wohnräume mindestens 18 °C warm sein. Die Türen von unbeheizten Räumen

... noch ein Heizztipp für die Übergangszeit

Teilweise ist es nachts frostig, tagsüber sorgt die Sonne für Temperaturen von über 20 °C. Deshalb gilt gerade in der Übergangszeit: Keine Energie durch falsches Verhalten verschwenden! In Wohn- und Arbeitsräumen reicht eine Temperatur von 20 °C aus. Nachts und in ungenutzten Räumen sollte die Temperatur auf etwa 16 °C gesenkt werden. Wer die Raumtemperatur nur um 1 °C senkt, spart ca. sechs Prozent Heizkosten. Hier sollte aber bedacht werden, dass eine zu niedrige Raumtemperatur unter 15 °C Schimmelbildung begünstigt.

Richtwerte für angenehme und sinnvolle Raumtemperaturen

| | |
|--------------|--------------|
| Wohnzimmer | 20 bis 22 °C |
| Schlafzimmer | 15 bis 18 °C |
| Kinderzimmer | 20 °C |
| Bad | 23 °C |
| Küche | 18 bis 20 °C |
| Flure | 15 °C |

Impressum

Herausgeber:

HEA – Fachgemeinschaft für effiziente Energieanwendung e. V.
Reinhardtstraße 32
10117 Berlin

Bildnachweis:

Antonioguilem/adobestock.com

Copyright:

HEA – Fachgemeinschaft für effiziente Energieanwendung e. V.

1. Auflage April 2020

© HEA 2020

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und

Verbreitung sowie der Übersetzung. Die gesamte Broschüre oder Teile der Broschüre dürfen in jeglicher Form nicht ohne schriftliche Genehmigung des Herausgebers reproduziert, vervielfältigt oder verbreitet werden. Trotz größtmöglicher Sorgfalt bei der Bearbeitung der Broschüre ist jegliche Haftung für Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit des Inhalts ausgeschlossen.