



Regeln zum Lüften und Heizen



Wohnungsbaugesellschaft Teltow mbH

1. Die Wohnung muss ausreichend geheizt werden. Nur Luft, die erwärmt wird, kann Feuchtigkeit wie ein unsichtbarer Schwamm aufsaugen (Beispiel: Luft mit 0°C kann 5 Gramm Wasser/m² aufnehmen, warme Luft mit 20°C bereits 17,5 Gramm Wasser/m²). Als raumklimatisch behaglicher und gesunder Wert sind 40 – 50% relative Luftfeuchtigkeit anzusehen. Steigt die relative Luftfeuchtigkeit in der Wohnung auf über 60% an, muss gelüftet oder zusätzlich geheizt werden.
2. Der Ausgleich des Wasserhaushaltes unseres Körpers durch Atemluft und Schwitzen sowie der beim Kochen und Waschen entstehende Wasserdampf beeinflussen die relative Luftfeuchtigkeit in den Wohnungen negativ (allein beim Schlafen gibt man pro Person und Nacht ca. 1-2 Liter Feuchtigkeit ab).
3. Die Lüftungsdauer in der kalten Jahreszeit können Sie selbst sehr einfach kontrollieren: Wenn Sie das Fenster öffnen, wird sofort die kalte Außenscheibe des Fensters beschlagen. Sobald dieser Beschlag verschwunden und die Glasfläche wieder blank ist, können Sie das Fenster wieder schließen. Während dieser Zeit ist die verbrauchte Luft ausgetauscht worden, Wände und Mobiliar sind aber noch nicht abgekühlt.
4. Alle, auch wenig benutzte Räume regelmäßig bis zu viermal am Tage lüften, unabhängig davon, ob es regnet oder kalt ist. Dazu alle Fenster gleichzeitig öffnen, um Querlüftung/Durchzug zu erzeugen. Die Dauer dieser sogenannten Stoßlüftung sollten Sie zwischen 5, höchstens aber bis zu 10 Minuten, ansetzen. Das Lüften über 10 Minuten hinaus führt zum Auskühlen der Wände und sollte unterbleiben. In der kalten Jahreszeit ist die Lüftung am wirkungsvollsten, wenn der Temperaturunterschied zwischen der Raum- und Außenluft besonders hoch ist! Im Sommer sollte man nur in den kühleren Nacht- und Morgenstunden lüften.
5. Dauerlüftung durch gekippte Fenster ist zu vermeiden. Sie führt zum Auskühlen der Wände und bedingt dadurch den Verbrauch wesentlich mehr Energie, um die Wohnung nach dem Lüften wieder ausreichend zu erwärmen. Außerdem kann auf den ausgekühlten Wandoberflächen Luftfeuchtigkeit kondensieren und zu Feuchtigkeitsschäden führen.
6. Während des Lüftens sollten Sie die Thermostatventile an den Heizkörpern schließen, da der Temperaturfühler natürlich auf die einströmende kältere Luft reagiert. Erst nach dem Lüften sollten Sie Ihren Heizkörper wieder andrehen.
7. Stellen Sie auch in Ihrem Schlafzimmer oder in anderen, wenig benutzten Räumen, den Heizkörper niemals ganz ab. Auch das offen Stehenlassen der Schlafzimmertür in der Absicht, den Raum so zu „beheizen“, ist zu unterlassen. Die Luftfeuchtigkeit der wärmeren Luft aus den übrigen Räumen wird an den vergleichsweise kalten Schlafzimmerwänden kondensieren, besonders in den etwas „kühleren Ecken“ an Außenwänden und Feuchtigkeitsschäden verursachen. Es gilt die Regel: Alle Türen zwischen beheizten und weniger beheizten Räumen geschlossen halten.
8. Große Wasserdampfmenen, die beim Kochen, Baden etc. entstehen, sollten Sie gleich „weglüften“. Also gleich nach dem Baden oder Kochen Fenster auf und Türen zu, bis sich die Feuchtigkeit verzogen hat. Unterstützen Sie das „Weglüften“ und Luftfeuchtigkeit im Badezimmer, in dem Sie nach dem Duschen bzw. Baden den Fußboden und die Wandflächen trockenwischen. Sollten Sie fensterlose Bäder oder Küchen haben, überprüfen Sie von Zeit zu Zeit, ob die Lüftungsventile offen und sauber sind. Die Tellerventile können herausgeschraubt und gereinigt werden.
9. Beim Wäschetrocknen sollten Sie dafür sorgen, dass während des Trockenvorganges regelmäßig gelüftet wird. Wenn Sie einen Trockenraum benutzen können, benutzen Sie diesen.
10. Lassen Sie während Ihres Urlaubs die Wohnung nicht auskühlen, sondern belassen Sie eine konstante Temperatur von ca. 19°C (Thermostatstellung am Heizkörper „2“). Bitten Sie Nachbarn oder Bekannte, Ihre Wohnung in gewissen Abständen zu lüften.
11. Achten Sie auf die Möglichkeit, dass Luft hinter und unter Ihren Möbeln zirkulieren kann. Dazu sollten Sie Schränke, Regale oder Regalwände und sonstige Möbel immer nur mit einem Abstand von ungefähr 5 cm an die Wand stellen und die Füße so einstellen bzw. Klötze unterlegen, dass ein Abstand der Möbel vom Fußboden von ungefähr 5 cm gesichert ist. Bilder sollten Sie ggf. durch das Hinterlegen von Korkscheiben auf Abstand von Außenwänden halten, damit Luft hinter das Bild gelangen kann.