

HEIZEN & LÜFTEN die hohe Schule des richtigen BEWOHNENS

Wenn wir

☞ Hier über richtiges Heizen und Lüften informieren

Dann wollen

☞ Wir keine Schuld zuweisen

Sondern aufklären, wie auch Sie zu Ihrem „wohnen und wohlfühlen“ beitragen können.

Feuchtigkeit – der Nährboden für die Schimmelbildung:

Neubaufeuchte:

Für die Errichtung von Bauwerken ist die Kombination verschiedenster Baustoffe erforderlich. So werden zum Beispiel Mörtel, Beton, Putz usw. mit Wasser verarbeitet, wodurch in den Wänden und Decken je nach Witterung während der Bauzeit eine unterschiedliche Restfeucht verbleibt. Erst im Zuge des Beheizens der Wohnung kann diese restlos abgebaut werden.

Bewohnerfeuchte:

Diese entsteht durch das Bewohnen und kann viele Ursachen haben. So atmet zum Beispiel ein Erwachsener bis zu einem halben Liter Wasser pro Nacht aus. Duschen, Baden, Wäschewaschen und –trocknen, Bügeln, Aquarien, Pflanzen, Kochen, Luftbefeuchter usw. lassen die Luftfeuchtigkeit ebenfalls ansteigen.

Wie viel Feuchtigkeit kann beim Bewohnen entstehen:

☞ Offene Wasserflächen (Aquarium)	0,04 Liter / Std
☞ Kochen	0,6-1,5 Liter / Std
☞ Duschen	2,6 Liter / Std
☞ Baden	0,7 Liter / Std
☞ Gummibaum (ohne Gießen!)	0,01-0,02 Liter / Std
☞ Blumengießen (Gießwasser wird direkt und zur Gänze wieder an die Raumluft abgegeben)	
☞ Wäschewaschen und –trocknen	ca. 5 Liter / Waschladung
☞ Erwachsener (80 g / Std)	2 Liter / 24 Std
☞ Erwachsener	0,6 Liter / Nacht

Beispiel einer 4-köpfigen Familie:

2 Erwachsene (80 g / Std), 2 Kinder (40 g / Std), 12 Stunden durchschnittlicher Aufenthalt in der Wohnung	2,9 Liter
1 Stunde kochen	1,0 Liter
Duschen (2 x 15 Minuten)	1,3 Liter
Baden (2 x 15 Minuten)	0,4 Liter
Blumengießen	0,5 Liter
Summe ca. pro Tag	6,1 Liter

Luft mit 20°C kann **17,3 g Feuchtigkeit je m³** aufnehmen. Bei ca. **6.100 g** (6.1 Liter) ist daher ein Luft(Raum)volumen von ca. **350 m³** erforderlich, das entspricht einer Wohnfläche von rund **140 m²**.

Und diese Wohnfläche haben die Wenigsten!

Die laufende Entsorgung dieser Feuchtigkeit durch ausreichendes Lüften ist daher besonders wichtig!

Lüften – wie und wann?

Das **Wie** wird aus dem Erfordernis des Luftaustausches abgeleitet.

Kurzes Stoßlüften – alle Fenster öffnen – es muss richtig durchziehen – es muss die verbrauchte Luft durch frische Luft ersetzt werden.

Das **Wann** ist vor allem auch davon abhängig, wann die Feuchtigkeit entsteht, so ergeben sich einige fixe Richtzeiten:

- 🕒 Morgens, vor dem Verlassen der Wohnung (Austüftung während der Nacht)

- 🕒 Nach dem Duschen, Baden und Kochen
- 🕒 Abends, vor dem Schlafengehen - ausreichender Sauerstoff für einen gesunden und erholsamen Schlaf.

Vor allem **vor** dem Absenken der Raumtemperatur (Nachtstunden oder bei Abwesenheit unter Tags) ist die Wohnung ausreichend zu lüften, da die Luft bei Abkühlung überschüssige Feuchtigkeit abgeben muss und sich diese Feuchtigkeit ausschließlich an den kühleren Bauteilen (Fensterbänken, exponierte Flächen von Außenwänden, ...) in Form von Kondensation ablagert.

Kondenswasser an den Fenstern – ein sicheres ALARMZEICHEN für erhöhte Luftfeuchtigkeit – GEFAHR der Schimmelbildung!