

Merklblatt zum richtigen Heizen und Lüften

Mässig aber gleichmässig heizen

- **Bewohnte Räume** dürfen im Winter nicht gänzlich unbeheizt bleiben (z.B. Schlafzimmer, Keller)
Der Mensch gibt während des Schlafes ca. 1 L Feuchtigkeit ab. Legt sich Feuchtigkeit auf eine kalte Mauer, bildet sich Kondensat und mit der Zeit Schimmel. Auf den kalten Fenstern bildet sich ebenfalls Kondenswasser – der Fensterrahmen wird schwarz.)
- **Schlafzimmer** können kühl bleiben. Für einen gesunden Schlaf reichen 16°. Die Wände sollen aber ausreichend warm sein und keine Kälte abstrahlen. Nachts darum die Heizung nur reduzieren, aber nicht voll abdrehen.
- Wenn Räume im OG unbewohnt sind oder einfach kühl gehalten werden, muss die Türe geschlossen bleiben, damit nicht warme, feuchte Luft vom Bad oder aus der Küche ins kältere Schlafzimmer gelangt und dort an den Aussenwänden kondensiert.
- Ist die Wandoberfläche mehr als 5° kälter als die Innentemperatur, kann sich bei hoher Raumluftfeuchte bereits Schimmel bilden. Besonders niedrig sind die Temperaturen z.B. hinter Schränken.
Daher Möbel mindestens 5 cm von kalten Aussenwänden fern halten.
- Die **Temperatur in Wohnräumen** bei möglichst 20° einregulieren. Dies entspricht ca. der Einstellung "3" am Thermostatventil. 1 Grad mehr bedeutet rund 6% mehr Energieaufwand!
- **Luftfeuchte kontrollieren.** In Wohnräumen sollte die Luftfeuchtigkeit nicht über 60% liegen, sonst droht in Ecken und hinter den Schränken Schimmel. Ursachen zu hoher Luftfeuchte können sein: Pflanzen, Aquarien, Kochdünste, Dushdämpfe oder Wäschetrocknung.
- Bleibt der Heizkörper im Badezimmer beim Baden oder Duschen kalt und wird nicht gründlich gelüftet, fängt er an zu rosten.
- Wird im hinteren Keller gewaschen und ev. auch gebügelt, muss die Türe zum unbeheizten vorderen Kellerraum geschlossen bleiben. Von Vorteil wäre es, wenn im hinteren, ev. als Waschküche benutzten Keller ein Trocknungsgerät (z.B. kleiner Seccomat) installiert würde.

Richtig lüften:

- Mehrmals täglich für einen kompletten Luftaustausch sorgen. In der warmen Jahreszeit, wenn die Heizung aus ist, kann man kaum etwas falsch machen.
- Im Winter heisst es aufpassen: **dauergekippte Fenster in beheizten Räumen vermeiden!** Decke und Wände kühlen im oberen Bereich zu stark aus. Die Lüftungswirkung ist nur mässig, dafür wird die Schimmelbildung oberhalb der Fenster gefördert.
- Am besten ist es, 2-3 mal täglich für 5 - 10 Minuten die Fenster auf Durchzug zu öffnen (Stosslüftung). Sobald die Raumluft kalt ist, Fenster wieder schliessen! So wird die warme, feuchte Raumluft durch kalte, trockene Aussenluft ersetzt, ohne dass Möbel und Wände auskühlen. In kühlen Schlafzimmern kann ausnahmsweise das Fenster nachts gekippt bleiben (dann aber den Heizkörper abdrehen).
- Nach dem Baden oder Duschen das Badezimmer nicht durch blosses Kippen des Fensters lüften, sondern das Fenster ganz öffnen, bis sich der Dampf verzogen hat.
- Den Wandschrank im 1.Stock regelmässig durchlüften.

Sollte sich trotzdem mal irgendwo Schimmel ansiedeln, das Übel bitte nicht anstehen lassen bis der Schimmel schwarz oder grün ist, sondern unverzüglich unserem Verwalter, Peter Ammann melden.

Wenn u.U. die Nordwand im Keller nass ist, kann es unverschuldet ebenfalls zu Schimmelbildung kommen. Diesem Übel werden wir ja nun im Zuge des Sanierungsprojekts auf den Grund gehen.

Trotzdem sollte auch das gemeldet werden, damit man Verschlimmerungen vermeiden kann.