



## **Richtiges Lüften – sparen Sie Geld und vermeiden Sie Schimmelbildung!**

Regelmäßiges Lüften ist wichtig, um ein gesundes und angenehmes Raumklima zu schaffen. Doch richtiges Lüften ist gar nicht so einfach. Sehr häufig wird durch zu viel oder falsches Lüften unnötig Energie verschwendet oder umgekehrt ein ungesundes Raumklima geschaffen, da für zu wenig Frischluft gesorgt wird.

Die energiesparendste Art Wohnungen zu lüften erfolgt am besten mit einer Querlüftung (d.h. gegenüberliegende Fenster weit öffnen). Im Winterhalbjahr sollte am besten eine Stoßlüftung erfolgen (Je Raum ein Fenster weit öffnen – ca. 5 Minuten). Die Dauer des Fensteröffnens sollten Sie an das Außenklima anpassen. Beachten Sie: Je kälter draußen, desto kürzer lüften.

Wir empfehlen:

- Wohnräume: 1x stündlich querlüften
- Schlafräume: Feuchtigkeitsaufkommen pro Nacht und Person ca. 1 Liter. Morgens und abends ausreichend querlüften. Morgens sollten Sie nach dem Aufstehen zusätzlich noch einmal eine halbe Stunde querlüften, so wird auch die Feuchtigkeit der Bettwäsche und Matratze abtransportiert. Es ist ungünstig im Winter die Tür zu den Wohnräumen offen stehen zu lassen, um so das Schlafzimmer etwas zu temperieren. Die große Menge an Luftfeuchtigkeit kann von der kühlen Schlafzimmerluft nicht aufgenommen werden und könnte kondensieren. (Schimmelgefahr) Auf alle Fälle sollte darauf geachtet werden, dass keine Zugluft entsteht, wenn man gerne mit offenem Fenster schläft.
- Badezimmer: Hier entsteht die größte Feuchtigkeitsbelastung. Wichtig: Sofort nach dem Duschen oder Baden ausreichend lüften. Im Bad sollte in der Heizperiode nicht ständig das Fenster gekippt sein.
- Wenig benutzte Räume: Sollten zumindest 1x täglich durchgelüftet werden.
- Kellerräume: Hier bitte keine Dauerlüftung durchführen. Es sollte vorzugsweise nachts gelüftet werden, hier ist die Außenluftfeuchtigkeit am geringsten. Immer Sommer bitte nur kurz lüften.

Schimmelbildung tritt vermehrt bei falschem Lüftungsverhalten auf. Der Schimmelpilz braucht eine hohe Luftfeuchtigkeit zum Wachstum. Liegt die Luftfeuchtigkeit in der Wohnung zwischen 65 – 85 %, fühlt er sich wohl und wächst. Anhand eine Hygrometers können Sie die Luftfeuchtigkeit in Ihrer Wohnung regelmäßig überprüfen und gegebenenfalls rechtzeitig lüften. (Auflage im Büro der GSG)

Wir empfehlen:

- Feuchtigkeit durch Backen, Kochen, Duschen, Baden oder Waschen sofort durch Stoßlüften ins Freie ableiten.
- Überprüfung der Lüftungsgewohnheiten (Querlüftung 3-4 mal täglich zwischen 5 – 15 Minuten)
- Einbau technischer Hilfsmittel (Küche: Dunstabzug, Bad: Lüftung, etc.)
- Regelmäßige Messung der Luftfeuchtigkeit mit Hygrometer (55 % als Obergrenze)
- Einrichtungsgegenstände nicht direkt an die Wand stellen (ca. 5 cm Abstand), Möbel nicht zu eng anordnen und Ecken wenn möglich frei halten.
- Verwendung diffusionsoffener Wandverkleidung (Tapeten und andere oberflächenversiegelnde Materialien vermeiden)

Mit freundlichen Grüßen  
Ihr GSG-Team