

## **Merkblatt Richtiges Lüften**

*Richtig Lüften ist genauso wichtig, wie richtig heizen.  
Beim Duschen im Badezimmer, beim Kochen in der Küche,  
beim Wäschetrocknen im Keller oder einfach durchs Schwitzen –  
überall im Haus entsteht Feuchtigkeit.*

*Diese muss durch richtiges Lüften aus den Fenstern,  
um gesundheitsgefährdendem Schimmel keinem Nährboden zu bieten.*

- 1. Richtiges Lüften heißt regelmäßig lüften: zwei bis vier x täglich.**  
*In jeder Wohnung oder im Büro entsteht Feuchtigkeit.  
Rund 12 Liter Wasser kommen bei 4 Personen pro Tag zusammen  
und die müssen durch richtiges Lüften wieder raus,  
sonst lagert sich die Feuchtigkeit als Tauwasser an der kältesten Stelle im Zimmer  
ab.  
Nur mit der richtigen Dosis frischer Luft erhalten Sie ein gesundes und angenehmes  
Raumklima.  
Die Wohnung richtig lüften heißt: 2 – 4 x tägl.*
- 2. Für richtiges Lüften ist die Dauer besonders wichtig. Vollkommen verkehrt ist das  
Dauerlüften bei gekipptem Fenster, da der Luftaustausch dabei nur minimal  
erfolgen kann.**  
*Stattdessen kühlt Ihre Wohnung vor allem im Winter langsam aus und Sie  
verschwenden Energie. Besonders kalt wird es am Sturz über gekippten Fenstern.  
Dort kann sich Feuchtigkeit ablagern und Schimmel bilden.  
Machen Sie deshalb Ihre Fenster für  
5 – 10 Minuten vollständig auf !*
- 3. Querlüften: Für den richtigen Durchzug sorgen**  
*Einen besonders effektiven Luftaustausch erreichen Sie durch das Querlüften der  
Räume.  
Machen Sie gleichzeitig die Fenster in gegenüberliegenden  
Räumen auf , so entsteht ein Luftzug,  
der die Feuchtigkeit aus den Fenstern weht!*
- 4. Richtig Lüften heißt auch richtig Heizen**  
*Drehen Sie während des Lüftens unbedingt die Heizungsventile aus.*
- 5. Richtiges Lüften geht nur bei angemessenen Raumtemperaturen**  
*Sie heizen richtig, wenn die Raumtemperatur im Wohn- und Bürobereich etwa bei  
20 Grad liegt.  
In anderen Räumen genügt oft schon weniger.  
Im Treppenhaus und Windfang sind 12 Grad angemessen,  
im Keller 6 Grad.*