

Merkblatt zu Optimalem Lüften

Bereits durch das tägliche Leben gibt es in der Wohnung eine hohe Luftfeuchtigkeit (dadurch mögliche Schimmelpilzbildung), die ohne regelmässiges Lüften den Menschen und dem Gebäude schaden. Gewöhnliche Aktivitäten wie Kochen oder ein Bad nehmen, aber auch «normales» Atmen und Schlafen lässt den Feuchtigkeitsgehalt in der Luft automatisch steigen.

Aus diesem Grund ist es wichtig folgende Massnahmen beim täglichen Lüften zu befolgen, um so das Wohlbefinden sicherstellen zu können:

- Morgens alle Räume 10 bis 15 Minuten (vor allem auch die Schlafzimmer) zu lüften
- Im Laufe des Tages 3 bis 4 weitere Male lüften (je nach Feuchtigkeitsgrad)
- Die Fenster beim Lüften komplett öffnen und nicht nur kippen -> Stosslüftung garantiert intensiven Luftaustausch in kürzester Zeit
- Raumtemperatur nicht unter 15°C absinken lassen, so dass genügend Feuchtigkeit aufgenommen werden kann
- Hindernisse des Luftstroms entfernen: Möbel ein paar Zentimeter von der Wand entfernt aufstellen, Gardinen nicht über die Heizung hängen lassen, sondern nur bis zur Fensterbank
- Türe zu weniger beheizten Räumen geschlossen halten
- Nach Kochen, Baden, Duschen, Schlafen etc. nochmals lüften
- Im Winter lieber mehrmals täglich kurz lüften, anstatt einmal lange oder durchgehend mit gekipptem Fenster,
- Bei gekipptem Fenster geht viel Wärme / Energie verloren, was zu massiv höheren Nebenkosten führt
- Nasse oder frisch gewaschene Kleidungsstücke nicht in der Wohnung trocknen
- Feuchte Raumluft immer nach aussen ableiten, niemals in andere Räume

Trockene und sauerstoffreiche Luft erwärmt sich schneller, die Beheizung funktioniert besser und Sie erhalten eine behagliche Wärme / Atmosphäre.