



Querlüften

Während 5 bis 6 Minuten die Fenster vollständig öffnen. Besonders wirksam ist kurzes Querlüften (Durchzug). Mit diesen Massnahmen wird in kurzer Zeit viel Raumluftfeuchte abgeführt, das Auskühlen der Wand- und Decken-Oberfläche verhindert und Heizenergie gespart. Machen Sie es sich zur Gewohnheit, bewohnte Räume 3-mal am Tag zu lüften, am Morgen, am Mittag und am Abend. Vermeiden Sie es, während der Heizperiode das Fenster in dauernder Kippstellung geöffnet zu lassen, damit die angrenzenden Bauteile nicht auskühlen, und sich Kondenswasser bilden kann. Zudem geht damit wertvolle Heizenergie verloren.

Raumluftfeuchtigkeit

Mit einem Hygrometer können Sie ganz einfach die Luftfeuchtigkeit in Ihrer Wohnung messen und kontrollieren. Dabei sollte die sogenannte relative Luftfeuchtigkeit während der Heizperiode nicht höher als bei 45 Prozent liegen, da ansonsten Schimmel entstehen kann. Im Winter liegt die ideale relative Luftfeuchtigkeit bei 30 bis 45 Prozent – nicht zu trocken, nicht zu feucht.



Möblierung

Möbelstücke dürfen nicht dicht an die Aussenwände gestellt werden. Lassen Sie für eine gute Luftzirkulation ca. 6-10 cm Abstand. In modernen Wohnungen mit dichten Fenstern und Türen ist die Gefahr der Kondenswasserbildung besonders gross. Hier ist richtiges Lüften sehr wichtig.



Feuchtigkeitsquellen

Schalten Sie beim Kochen den Dampfabzug ein, lüften Sie nach dem Bügeln, Duschen oder jedem Bad. Nach Gebrauch von Waschmaschine und/oder Tumbler (Neubauten), lüften sie anschliessend gewissenhaft.



Raumtemperatur

In Wohnräumen ist eine gute Temperatur ca. 20 Grad Celsius und in den Schlafräumen ca. 17 Grad. Die Türen zwischen kühleren Schlafräumen und den übrigen wärmeren Räumen sollten geschlossen bleiben.



Gut zu wissen:

Richtiges Lüften (Querlüften) spart Energie, ist hygienischer und vermeidet Feuchtigkeitsschäden wie Schimmelpilzbefall, Fleckenbildungen und Tapetenablösungen in Wohnräumen. Im Winter ist die Aussenluft selbst bei Regen oder Nebel trockener als die Innenluft im Haus oder in der Wohnung. Daher nützt das Lüften auch, wenn es regnet oder neblig ist.