

Gesünder wohnen

# RICHTIG HEIZEN UND LÜFTEN



**HANSA**  
Baugenossenschaft



# Für ein besseres Raumklima

Gemeinsam mit unseren Mitgliedern wollen wir für eine gesunde Raumluft und ein angenehmes Wohnklima sorgen. Durch Information, Untersuchung und im Schadensfall Sanierung begleitet Sie die HANSA als kompetenter Ansprechpartner für alle Fragen rund ums Raumklima.

Energiesparend gedämmte Wände und dichte Fenster verhindern den Luftaustausch und machen die Wohnung so nahezu luftdicht. Deshalb findet kein ausreichender Luftaustausch mehr statt. Achtsames Verhalten optimiert den Energieverbrauch und verhindert Schimmel.

## Experten empfehlen für die verschiedenen Zimmer einer Wohnung folgende Werte:

Raum	Optimale Temperatur	Optimale Luftfeuchtigkeit
Kinderzimmer	20–23 °C	40–60 %
Wohn- und Arbeitsräume	20–23 °C	40–60 %
Badezimmer	20–23 °C	50–70 %
Küche	18–20 °C	50–60 %
Schlafzimmer	17–20 °C	40–60 %
Flur	15–18 °C	40–60 %

Quelle: [www.luftfeuchtigkeit-raumklima.de](http://www.luftfeuchtigkeit-raumklima.de)

### Tipp:

Mit einem Hygrometer lässt sich leicht feststellen, wann der gesunde Feuchtigkeitsgehalt überschritten wird. Eine zu feuchte Raumluft ist einer der wichtigsten Risikofaktoren für Schimmelbildung!

# Wieso wird die Raumluft ungesund?

Feuchtigkeit ist immer die Ursache für Schimmelbildung. Menschen produzieren Feuchtigkeit – allein schon deshalb, weil sie atmen und schwitzen. Auch beim Kochen, Duschen, Gießen der Zimmerpflanzen und Trocknen der Wäsche entsteht mehr Feuchtigkeit, als den meisten Wohnungen guttut.

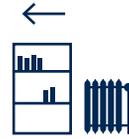
Durch Temperaturunterschiede innerhalb der Wohnung und innerhalb einzelner Räume kann Kondenswasser entstehen. Je wärmer die Luft, desto mehr Feuchtigkeit kann sie aufnehmen. Gelangt warme, feuchte Luft auf kühlere Flächen, schlägt sich das in der Luft enthaltene Wasser als Tauwasser auf kühleren Gegenständen oder Flächen nieder.

## Feuchtigkeitsquellen in der Wohnung:



## Richtig heizen.

Vermeiden Sie allzu große Temperaturunterschiede zwischen den einzelnen Zimmern.



**Heizkörper nicht mit Möbeln oder Vorhängen verdecken.**

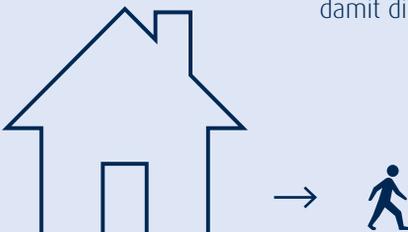
### Alle Räume ausreichend heizen.

Optimal sind 20°C bis 23°C, im Flur, in der Küche und im Schlafzimmer sind je nach Raum 15°C bis 20°C empfehlenswert.



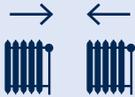
### Auch während längerer Abwesenheit heizen.

Die Raumtemperatur sollte 17°C nicht unterschreiten, damit die Wohnung nicht auskühlt.





**Wichtig ist ein regelmäßiger  
Luftaustausch.**



**Jeden Raum gleichmäßig heizen.**



**Heizkörperventile schließen bzw. die Raum-  
thermostate zurückdrehen, wenn gelüftet wird.**

Anschließend die Heizkörperventile wieder aufdrehen.  
So können Sie Heizkosten sparen.



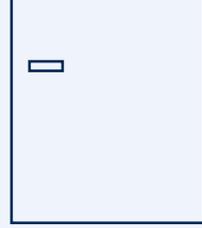
**Optimale Luftfeuchtigkeit  
von 40 bis 60% einhalten.**

Mit einem Hygrometer können  
Sie sie leicht kontrollieren.



## Richtig lüften.

Lüften mit gekippten Fenstern reicht nicht aus: Die Luft wird nicht ausgetauscht, sondern nur warme, aufsteigende Luft entweicht.



### Bei geschlossener Badezimmertür duschen oder baden.

Öffnen Sie das Fenster, sobald Sie das Bad verlassen.

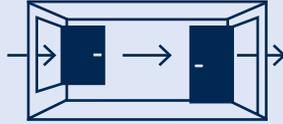


### Raumteiler vermeiden.

Verbessern Sie die Luftzirkulation durch geschicktes Arrangieren Ihrer Einrichtung.



### Möbel mit Abstand zu kalten Außenwänden aufstellen.



## **Mehrfach täglich stoßlüften mit weit geöffneten Fenstern, möglichst mit Querzug.**

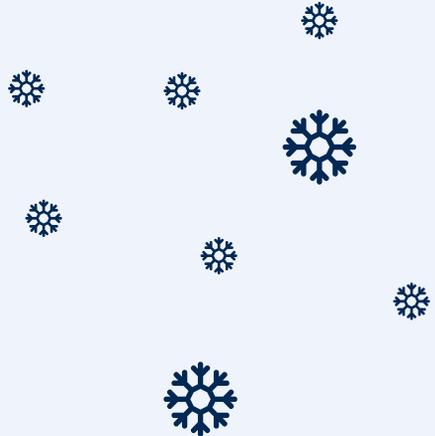
Stoßlüften Sie je nach Jahreszeit 5 bis 15 Minuten und drosseln Sie dabei die Heizung. Bei Querlüftung reichen 2 bis 5 Minuten.



**Nach dem Duschen Abzieher im Bad benutzen.**

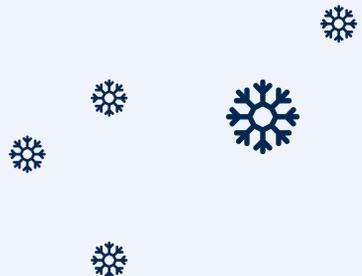


**Falls vorhanden: Nutzen Sie den Trockenraum in Ihrem Haus.**



## **Lüftungsverhalten im Winter anpassen.**

Vermeiden Sie ein Auskühlen der Räume. Lüften Sie lieber öfter, dafür kurz.



# Dem Schimmel auf der Spur

Sporen, die in der Luft schweben, finden auch in Wohnungen auf feuchten Flächen einen Nährboden, auf dem sie wachsen und keimen. Grund genug, dem Schimmel bereits bei den ersten Anzeichen energisch zu Leibe zu rücken!

Zu erkennen ist ein Schimmelbefall recht einfach:

- Typisch ist ein muffiger, modriger Geruch. Sehen Sie bei Verdacht auch hinter großen Möbelstücken nach!
- Relativ kühle Zimmer (z. B. Schlafzimmer) sind häufig als Erste betroffen.
- Recht früh sind Feuchtigkeitsflecken an befallenen Wänden und Möbeln zu erkennen.
- Bei stärkerem Befall bilden sich dunkle Flecken, meist schwarz, grün oder braun, auf den Oberflächen.

Wenn Sie sich unsicher sind, ob Sie Schimmel entdeckt haben, wenden Sie sich an den Hauswart und an den Mein HANSA-Service. Wir kümmern uns und beraten Sie, welche Sofortmaßnahmen Sie bis zur Sanierung ergreifen können.

## Mein HANSA-Service

Sie haben Schimmel in der Wohnung oder Sie möchten mehr zum richtigen Heizen und Lüften wissen: Sie erreichen uns unter 040 69201-110.

### **HANSA Baugenossenschaft eG**

Lämmersieth 49  
22305 Hamburg

[www.hansa-baugenossenschaft.de](http://www.hansa-baugenossenschaft.de)  
[service@hansa-baugenossenschaft.de](mailto:service@hansa-baugenossenschaft.de)

## Wie gehen wir bei der Sanierung vor?

Die Experten der HANSA sanieren so gründlich wie nötig und so schonend wie möglich. Wir ermitteln die Ursache für den Befall, sanieren Feuchteschäden und verwenden biologische Verfahren zur Entfernung der Schimmelsporen.