

Regeln zum Lüften, zum Heizen und zum Bewohnen

1. Alle, auch wenig benutzte Räume regelmäßig möglichst viermal am Tag lüften. Dazu alle Fenster gleichzeitig ganz öffnen (Querlüftung, Durchzug), damit sich der Luftaustausch schnell vollziehen kann. Dies gilt auch, wenn es regnet oder kalt ist. Die Lüftung ist umso wirkungsvoller, je höher die Temperaturdifferenz zwischen draußen (kalte Luft) und drinnen (warme Luft) ist.
2. Dauer dieser Stoßlüftung 5 bis max. 10 Minuten. Diese Zeit reicht, um die feuchte Raumluft durch kalte, aber trockene Frischluft zu ersetzen. Längeres Lüften an einem Stück führt nur zum Auskühlen der Wände.
3. Dauerlüftung durch gekippte Fenster unbedingt vermeiden. Das kühlt die Wände aus und kostet im Verhältnis mehr Energie als wiederholte Stoßlüftung. Merke: **Kalte Luft aufzuheizen, kostet wenig Energie. Ausgekühlte Wände aufzuheizen, verschlingt viel Energie.** Dauerlüftung durch gekippte Fenster sollte deshalb während des Heizbetriebes unterbleiben.
4. Während des Lüftens die Thermostatventile an den Heizkörpern schließen. Die niedrige Temperatur der einströmenden Frischluft würde die Temperaturfühler täuschen. Die Ventile machen sonst voll auf. Erst nach dem Lüften die Thermostatventile wieder auf die gemerkte Stellung öffnen.
5. Der Heizkörper sollte auch in wenig benutzten Räumen, insbesondere in Schlafzimmern, niemals abgestellt werden. Das „Mitheizen“ des Schlafzimmers durch geöffnete Türen ist unbedingt zu vermeiden, weil sich wärmere (feuchte) Luft aus den übrigen Wohnungen an den vergleichsweise kühleren Wänden des Schlafzimmers niederschlägt.
6. Alle Türen zwischen beheizten und weniger oder nicht beheizten Räumen geschlossen halten.
7. Größere Wasserdampfmengen bereits beim Entstehen gezielt weglüften. Beim Kochen und gleich nach dem Baden/Duschen Fenster auf und Türen zu, damit sich der Wasserdampf gar nicht erst in der Wohnung ausbreiten kann. Bei innen liegenden Bädern und Duschen Lüftungsgeräte laufen lassen bis die Fliesen wieder abgetrocknet sind. Wichtig: Türen geschlossen halten!
8. Möglichst keine Wäsche in der Wohnung trocknen, sondern Trockenböden, Wäscheplätze oder Kondensat-Wäschetrockner benutzen.
9. Während des Urlaubs Nachbarn lüften lassen, im Winter die Raumtemperatur von ca. 19 °C nicht unterschreiten.
10. Keller nicht im Sommer lüften bzw. nur dann, wenn es draußen kälter ist als im Keller. **Keller vor allem im Winter lüften!**
11. Möbel und Schränke nicht direkt an Wände, vor allem nicht an Außenwände stellen, sondern mindestens 5 cm Lüftungsabstand lassen. Die Luft sollte zwischen Schrank und Wand zirkulieren können, d. h. Schränke mit Sockel sollten am besten mit mindestens 5 cm hohen Klötzen unterlegt werden, damit die Luft richtig zirkulieren kann. Das Gleiche gilt für Keller Räume, selbst wenn diese beheizt werden.
12. Bilder mit 1 cm dicken Korkscheiben hinterlegen, damit die Luft zwischen Bild und Wand zirkulieren kann. Wandverschalung, Bespannung und Wandteppiche erst nach völligem Austrocknen anbringen.
13. Vorhänge, besonders in Ecken, behindern die Belüftung und Trocknung. Für Stores gilt das Gleiche. Wenn auch hier das Licht durchscheinen kann, wird die Luftzirkulation doch erheblich behindert. Deshalb sollten Vorhänge und Stores auch nicht vor den Heizkörpern bis zum Boden geführt werden.
14. Wandoberfläche nicht dampfdicht „versiegeln“ durch Vinyl-, Metall- oder abwaschbare Tapeten oder Folien. Das gleich gilt für Anstriche, insbesondere wasch- und scheuerfeste Dispersionen oder Latexanstriche. Für die Anstriche auf den Wohnungswänden und auch auf der Fassade wurden Mineralfarben mit einer hohen Dampfdurchlässigkeit verwendet. Bei der Erneuerung der Anstriche sollte dies unbedingt beachtet werden. Wärmedämmtapeten sind verboten!
15. Es muss ausreichend geheizt werden, denn nur Luft, die erwärmt wird, kann Feuchtigkeit im Raum wie ein unsichtbarer Schwamm aufsaugen. So kann zum Beispiel Luft mit 0 °C nur 5 Gramm Wasser pro m³ aufnehmen, bei 20 °C sind es bis zu 17,5 Gramm pro m³. Der Sättigungsgrad der Luft kann durch ein Hygrometer gemessen und als relative Feuchte abgelesen werden. Als raumklimatisch begünstigter Wert sind 40 bis 60 % Luftfeuchtigkeit anzusehen.