

## Optimales Lüften

Früher wurden Räume durch undichte Fenster und ungenügende Fugenanschlüsse quasi automatisch gelüftet. Es fand ein unkontrollierter Luftaustausch statt. In sanierten Altbauten und Neubauten wird großer Wert auf Luftdichtigkeit gelegt. Durch gedämmte Fassaden und luftdichte Fenster wird somit viel Heizenergie gespart. Gleichzeitig gelangt die Luftfeuchtigkeit nicht mehr nach draußen.

**Richtiges Lüften hilft**, hohe Luftfeuchtigkeiten sowie unangenehme Gerüche zu entfernen. Energieverluste und ein Auskühlen des Baukörpers können vermieden werden. Frische Luft und eine gute Raumluftqualität tragen zum eigenen Wohlbefinden bei.

**Stoßlüftung:** Die Stoßlüftung wird statt der Kipplüftung dringendst empfohlen. Sie sollten mehrmals täglich Stosslüften, z.B. vormittags, nachmittags und abends. Um einen optimalen Luftwechsel zu gewährleisten, reicht es, wenn Sie ein Fenster im zu lüftenden Raum 5-6 min, höchstens jedoch 10 min öffnen.

**Querlüftung:** So lüften Sie richtig! Die Querlüftung bietet die beste Möglichkeit, um Ihre Räume richtig zu lüften. Für diese Lüftungsart müssen Sie gegenüberliegende Fenster und Türen gleichzeitig öffnen. Durch den Luftzug kommt es in nur 2 Minuten zu einem ausreichenden Luftwechsel. Dies funktioniert auch mit mehreren Räumen wenn die Zimmertüren geöffnet sind und der Luftzug durch den Flur und gegenüber liegende Räume strömen kann.

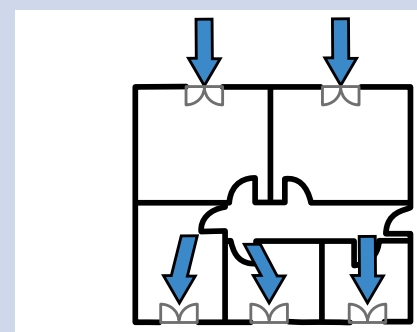
Ein gutes Indiz für die Dauer des Lüftens ist, wenn die äussere Glasoberfläche, welche beim Öffnen des Fensters beschlägt, wieder klare Durchsicht hat.

### Raumtemperatur

Senken Sie die Raumtemperatur nicht übermässig und ohne die Isolationsqualität der Gebäudehüllen zu prüfen. Unverhältnismässige Energiesparbemühungen können zu Kondenswasserschäden führen und damit zu Schimmelpilz. Für Wohnräume empfiehlt sich eine Temperatur von ca. 22 °C, in Schlafräumen darf diese bei ca. 17 °C liegen. Schliessen sie die Türen zwischen kühleren und den übrigen wärmeren Räumen.



Schimmelpilz



Querlüften