

## Regeln während der Heizperiode

### 1. Räume dürfen in der Heizperiode nicht unter 18°C Raumtemperatur auskühlen.

Die damit einhergehende Auskühlung der Bauteiloberflächen, hier Außenwände und Fensterlaibungen, birgt die Gefahr der Taupunktunterschreitung und im Nachgang Kondensatablagerung mit Schimmelbildung. Auch bei täglicher Abwesenheit der Gebäude-Nutzer sollte die Wohnung gleichmäßig beheizt sein!

### 2. Jeder Raum sollte – unabhängig der Nutzung – in der Heizperiode pro Tag mind. 2x stoßgelüftet<sup>1</sup> werden.

Eine Erhöhung der Anzahl der Stoßlüftungen ist durchzuführen, wenn:

- mehr als 2 Personen im Haushalt dauerhaft leben
- ganztägiger Aufenthalt in der Wohnung erfolgt
- Wäsche in der Wohnung getrocknet wird (egal ob auf Ständer oder durch Trockner!)
- zusätzliche Feuchtigkeitsquellen vorhanden sind (z.B. Aquarien, Zimmerpflanzen, Zimmerspringbrunnen, etc.)

Weitere Stoßlüftungen sind notwendig, nach:

- jedem Baden/Duschen
- jedem Kochvorgang

Achtung: Während des Kochens, Badens oder Duschens die Türen geschlossen halten. Sofern diese warme, feuchte Luft nicht direkt danach durch Stoßlüften entfernt wird, besteht die Gefahr, dass sie sich durch Öffnen der Türen in der gesamten Wohnung verteilt und an kalten Bauteilen kondensiert!

### 3. Auf eine Lüftung durch Ankippen der Fenster sollte im Winter grundsätzlich verzichtet werden.

... da sich hierbei die Bauteiloberflächen zu stark abkühlen und es zu Taupunktunterschreitungen kommen kann. Bei kurzzeitiger Stoßlüftung wird nur die Raumluft ausgetauscht, die Wärme der Bauteile wird nicht abgeführt.

### 4. Vor jeder Stoßlüftung ist die Raumtemperatur durch Beheizen auf die in der Tabelle 1 angegebenen Werte anzuheben.

Je wärmer die Raumtemperatur, desto mehr Feuchtigkeit kann sie aufnehmen. Insbesondere in Altbauten sollte die Temperatur durchschnittlich um mind. 2°C zur normalen Raumtemperatur angehoben werden.

### 5. Die Lüftungszeit bei Stoßlüftung sollte 3 – 5 min betragen.

Durch kürzeres oder längeres Lüften werden entweder der Luftaustausch nicht erreicht, oder die Räume zu stark ausgekühlt.

### 6. Die Thermostatventile (Heizkörperventile) sind während der Stoßlüftung auf Frostschutz zu stellen.

Dies ist notwendig, um nicht unnötig Energie „abzulüften“.

<sup>1</sup> Stoßlüften = Querlüften oder Durchzugslüften über mindestens 2 gegenüberliegende Fenster

### 7. Im Winter kann bei jedem Wetter stoßgelüftet werden!

Auch wenn die Luft außen kalt und feucht ist, kann sie nach dem Aufheizen wieder reichlich Wasser aus der Wohnung binden.

*Beispiel:*

Bei Außentemperaturen von z.B. 0°C und 85 % relativer Feuchte (feuchtkalter Novembertag) enthält die Luft 4,3 g Wasser /m<sup>3</sup> Luft.

Bei Erwärmung dieser Luft auf 20°C und 65% rel. Feuchte (Zeitpunkt vor dem nächsten erforderlichen Lüftungsintervall) enthält diese Luft 11,3 g Wasser /m<sup>3</sup> Luft. Die Luft hat somit ca. 7 g Wasser /m<sup>3</sup> Luft aus dem Raum aufgenommen, welche bei der anstehenden Lüftung abgeführt wird. Entgegen der landläufigen Meinung führt auch eine Lüftung bei feuchtem Winterwetter zur Trocknung der Wohnung.

### 8. In jeder Wohnung und in jedem Haus sollte mindestens ein Thermohygrometer zur Messung der relativen Luftfeuchtigkeit und der Raumlufttemperatur installiert werden.

Bei bereits vorhandenen Problemen mit Kondensatbildung an den Wänden und/oder Schimmel sollte in jedem betroffenen Raum ein Thermohygrometer aufgestellt werden.

In der Heizperiode sollte im Altbau die relative Luftfeuchte nicht über 55% steigen. Dabei gelten die empfohlenen Raumtemperaturen entsprechend Tabelle 1.

### 9. Das Aufstellen von Möbeln ohne Mindestabstand von 10 cm an Außenwänden sollte vermieden werden.

Sofern bei Aufstellen von Möbeln an Außenwänden der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, sollte für eine Beheizung der Wandoberfläche hinter den Möbeln gesorgt werden. Diese Beheizung kann z.B. durch elektrische Heizbänder (Sockelheizungen) erfolgen.

Empfohlene Raumtemperaturen nach gesundheitlichen und bauphysikalischen Gesichtspunkten sind:

	tagsüber	nachts	Erwärmung vor Stoßlüften mit Feuchtigkeitsproblemen	Erwärmung vor Stoßlüften ohne Feuchtigkeitsprobleme
Küche	≥ 20°C	≥ 18°C	≥ 22°C	≥ 20°C
Bad	≥ 22°C	≥ 18°C	≥ 24°C	≥ 22°C
Schlafzimmer	≥ 20°C	≥ 18°C	≥ 22°C	≥ 20°C
Wohnzi. / Kinderzi.	≥ 20°C	≥ 18°C	≥ 22°C	≥ 20°C
Flur innenliegend	≥ 18°C	≥ 18°C	≥ 20°C	≥ 18°C
Flur mit Außenwand	≥ 20°C	≥ 18°C	≥ 22°C	≥ 20°C

Tabelle: Raumtemperaturen nach bauphysikalischen Gesichtspunkten