



gut und sicher wohnen

**Ansbacher Baugenossenschaft  
Stadt und Landkreis Ansbach eG**



Ansbacher Baugenossenschaft Stadt und Landkreis Ansbach eG, Am Rabenstein 18, 91522 Ansbach  
Tel. 0981/461510, Email [info@ansbacher-baugenossenschaft.de](mailto:info@ansbacher-baugenossenschaft.de)

# **Hinweise zum richtigen Heizen und Lüften sowie zur Vermeidung von Schimmelbildung**

## **Wodurch entsteht die Feuchtigkeit in der Wohnung?**

Über die anfallenden Wassermengen in einem Vier-Personen-Haushalt sind sich die wenigsten jedoch im Klaren. So entstehen täglich beispielsweise ca. 4 - 8 Liter durch Atmung, 2 Liter durch Kochen, 3 Liter durch Baden, Duschen, Waschen und Blumen gießen. Diese Wassermengen werden an die Luft als Wasserdampf abgegeben. Jedoch ist die Aufnahmefähigkeit der Luft für Feuchtigkeit in Abhängigkeit von der Umgebungstemperatur begrenzt. Dadurch wird es erforderlich warme mit Wasserdampf gesättigte Luft aus der Wohnung durch kühlere, vergleichsweise trockene Luft von Außen zu ersetzen.

## **Warum ist es so wichtig regelmäßig zu lüften?**

Die Abfuhr von Feuchtigkeit erfolgt nur über das Lüften und nicht über „atmende“ Außenwände. Maximal 1 % der Luftfeuchtigkeit kann über die Gebäudehülle abgegeben werden. Somit müssen pro Tag 99 % der Luftfeuchtigkeit durch das Lüften abgeführt werden. Geschieht dies nicht, dann kondensiert die in der Wohnung vorhandene Feuchtigkeit an kühlen Oberflächen, wie z.B. Fensterscheiben oder Außenwänden.

## **Woher kommt Schimmelbildung in der Wohnung?**

Wird die Innenraumluft nicht regelmäßig ausgetauscht, kann es durch Temperaturunterschiede zwischen feuchter Innenraumluft und kalten Oberflächen zu Tauwasserbildung kommen. Dieses Tauwasser schlägt sich in der Regel auf der Wandoberfläche nieder. Die so entstandene Feuchtigkeit ist letztlich die Ursache für Schimmelbildung.

Kommen dann noch geeignete Untergründe (Raufasertapeten, Kleister oder Dispersionsfarben) als Nahrung hinzu, ist die Schimmelpilzbildung vorprogrammiert.

## **Ziel: Vermeidung von Schimmelbildung durch eine Kombination aus richtigem Heizen und richtigem Lüften.**

### **Wie wird richtig geheizt?**

#### **Grundsatz: gleichmäßige und ausreichende Raumtemperaturen**

Heizen Sie alle Räume ausreichend (mindestens ca. 20 °C) und vor allem möglichst gleichmäßig. Dies gilt auch für Räume, die Sie nicht ständig benutzen. Durch die eingebauten Thermostatventile an den Heizkörpern der Zentralheizung ist ein dauerndes „Hoch- und Runterdrehen der Heizung“ nicht erforderlich. Die voreingestellte Raumtemperatur wird automatisch gehalten. Zudem verfügen moderne Heizungen über eine automatische Nachtabsenkung, die nachts für Energieeinsparungen sorgt.

### **Achtung:**

- **Das Aufheizen ausgekühlter Räume und Wände verursacht einen unnötig hohen Energieverbrauch. Dieser übersteigt bei weitem den Verbrauch bei einer konstant gehaltenen Raumtemperatur.**
- **Vermeiden Sie es die Abstrahlung der Heizkörper durch davorstehende Möbel, Vorhänge usw. zu behindern.**

## **Wie wird richtig gelüftet?**

**Grundsatz: mindestens 3 mal pro Tag Stoßlüften.**

**Stoßlüften** bedeutet, die Fenster bzw. Türen an gegenüberliegenden Raumseiten bzw. Wohnungsseiten gleichzeitig ganz zu öffnen und dann mindestens 5 Minuten lang geöffnet zu lassen, damit Frischluft von Aussen durch die gesamte Wohnung ziehen kann. Die Fenster nicht schließen, solange die Fensterscheiben noch beschlagen sind. Gekippte Fenster reichen für eine optimale Lüftung keinesfalls aus.

### **Achtung:**

- **Fenster in Kippstellung begünstigen durch das Auskühlen von Wandflächen die Schimmelbildung.**
- **Bei bereits bestehenden Feuchtigkeitsproblemen sollte die Feuchtigkeitsproduktion (z.B.: durch Pflanzen, Aquarien usw.) möglichst gering gehalten bzw. stärker beheizt und gelüftet werden. Selbstverständlich dürfen keine Luftbefeuchter oder Verdunster und ähnliche Vorrichtungen betrieben werden.**

### **Einige wichtige Besonderheiten:**

#### **Lüften von unbeheizten oder gering beheizten Räumen (z.B. Schlafzimmer)**

Die Türen zu diesen Räumen sollten geschlossen bleiben. Ansonsten besteht die Gefahr, dass sich warme Luft aus den beheizten Zimmern im unbeheizten Raum abkühlt und Feuchtigkeit ausfällt. Also nicht „fremdheizen“. Außerdem ist es ratsam, auch in Schlafzimmern die Heizung so einzustellen, dass zumindest eine Raumlufttemperatur von ca. 18 °C erreicht wird. Ein totales Auskühlen der Wandflächen ist grundsätzlich zu vermeiden.

#### **Lüften von Räumen mit hohem Feuchtigkeitsanfall (z.B. Bäder, Duschen und Waschküchen)**

Die Türen zu diesen Räumen sollten geschlossen bleiben. Direkt nach der Benutzung (Duschen, Baden, Waschen) sollte für 5-10 Minuten bei weit geöffnetem Fenster gelüftet werden. Die Fenster nicht schließen, solange die Fensterscheiben noch beschlagen sind.

#### **Lüften von Kellerräumen:**

Im Winter gilt: Je kälter es draußen ist, desto besser wirkt die Regulierung der Raumluftfeuchte durch Lüftung. Im Sommer gilt für Keller und andere kühle Nebenräume: Am besten nachts lüften, da dann die Außenluftfeuchte am geringsten ist. Tagsüber besteht die Gefahr, dass Wasser an den kalten Kellerwänden kondensiert.

### **Möblierung**

Schränke sollten einen Abstand zu den Außenwänden von 5-10 cm haben, damit die Luft dahinter in ausreichendem Maß zirkulieren kann.

## **Was tun wenn ich bereits Schimmel in der Wohnung habe?**

**Bitte melden sie sich unverzüglich bei uns, damit wir möglichst frühzeitig den Schimmel mit vereinten Kräften bekämpfen können. Durch entsprechende Maßnahmen, wie Schimmelbeseitigung, Feuchtemessung, Beratung, Verhaltensanpassung und Beseitigung eventueller baulicher Mängel bekommen wir den Schimmel gemeinsam in den Griff.**