

# Merkblatt: Heizen und Lüften

Hinweise zur Vermeidung von Feuchtigkeitsschäden und Schimmelbildung

## Richtiges Wohnverhalten: Heizen und Lüften

Um Feuchtigkeitsschäden und Schimmelpilzbildung zu vermeiden, müssen Mieträume ausreichend beheizt und regelmäßig gelüftet werden. Jeder Raum sollte entsprechend seiner Nutzung temperiert werden.

| Raumart     | Empfohlene Mindesttemperatur |
|-------------|------------------------------|
| Wohnräume   | ca. 20 bis 22 °C             |
| Schlafräume | ca. 16 bis 18 °C             |
| Badezimmer  | ca. 22 bis 24 °C             |

## Warum Lüften heute besonders wichtig ist

Dicht schließende Fenster und Türen reduzieren den natürlichen Luftaustausch. Warme Raumluft kann mehr Feuchtigkeit aufnehmen als kalte Luft. Ohne regelmäßigen Luftwechsel kann sich Feuchtigkeit an kalten Bauteilen niederschlagen und Schimmel begünstigen.

## Stoß- und Querlüftung statt dauerhaft gekippter Fenster

Fenster sollten mehrmals täglich vollständig geöffnet werden. Dauerhaft gekippte Fenster reichen in der Regel nicht aus, kühlen angrenzende Bauteile aus und können Kondensation fördern. Besonders wirksam ist Querlüftung: gegenüberliegende Fenster und ggf. Türen kurz öffnen, damit ein schneller Luftaustausch entsteht.

## Empfehlung in der Heizperiode

Während der Heizperiode sollte üblicherweise mindestens 3 bis 5 Mal täglich für etwa 5 Minuten quer gelüftet werden. Räume, die wenig genutzt oder niedriger temperiert werden, benötigen beim Aufheizen besondere Aufmerksamkeit, da Wandoberflächen langsamer warm werden.

## Unbeheizte Räume nicht über warme Raumluft temperieren

Nicht beheizte oder deutlich kühlere Räume sollten nicht durch offene Türen zu warmen Räumen aufgeheizt werden. Feuchte warme Luft kann an kühlen Flächen kondensieren und dadurch Feuchtigkeitsschäden verursachen.

## Möbel richtig stellen

Möbel an Außenwänden sollten mit ausreichendem Abstand aufgestellt werden. Als Orientierung gilt ein Abstand von mindestens 6 cm zur Wand, damit die Luft hinter und unter Möbeln zirkulieren kann. Bilder, Schränke und große Möbelstücke sollten so angebracht bzw. aufgestellt werden, dass eine Hinterlüftung möglich bleibt.

## Küche und Badezimmer

In Küche und Bad entsteht besonders viel Feuchtigkeit. Nach dem Duschen oder Baden sollte das Badezimmer bei geschlossener Tür etwa 5 bis 10 Minuten stoßgelüftet werden. Sichtbares Kondenswasser auf Fliesen oder Oberflächen sollte nach Möglichkeit abgewischt werden.

## Schlafzimmer

Auch im Schlafzimmer entsteht nachts Feuchtigkeit. Deshalb sollte vor und nach dem Schlafen gelüftet werden. Die Temperatur sollte möglichst nicht unter 16 °C fallen, da kühle Oberflächen Feuchtigkeitsschäden begünstigen können.

## Zusätzliche Feuchtigkeitsquellen

Zimmerpflanzen, Aquarien, Wäschetrocknung in Innenräumen und viele Personen erhöhen die Feuchtigkeitsbelastung. In solchen Fällen ist häufigeres Lüften erforderlich.

## Fazit

Regelmäßiges, kurzes und intensives Lüften in Verbindung mit ausreichender Beheizung schützt die Räume, die Bausubstanz und die Gesundheit der Bewohner. Treten dennoch Feuchtigkeitsschäden auf, sollte der Vermieter bzw. die Verwaltung unverzüglich informiert werden.

## Kenntnisnahme

Dieses Merkblatt habe ich am \_\_\_\_\_ zur Kenntnis genommen. Ich werde die Hinweise zum Heizen und Lüften beachten und erkennbare Feuchtigkeitsschäden unverzüglich anzeigen.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_