

## Merkblatt

*Schimmel vermeiden –  
durch richtiges Lüften und Heizen!*



*Kompetenz für ein gutes  
und sicheres Zuhause!*

**HARDTWALDSIEDLUNG**  
KARLSRUHE eG BAUGENOSSENSCHAFT

Für eine gesunde Nutzung von Räumen sind das richtige Heizen und Lüften wesentliche Faktoren. Hiervon hängt maßgebend ab, ob Ihre Wohnung von Feuchtigkeitsschäden, Schimmel und Pilzbefall verschont bleibt.



Jeder Raum sollte entsprechend seiner Nutzung beheizt werden. Es gelten folgende Richtwerte:

Wohnräume: 20 bis 22 °C

Schlafräume: 16 bis 18 °C

### Bitte beachten Sie:

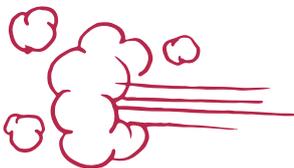
► Nur Heizen genügt nicht, um Feuchteschäden zu vermeiden, es muss auch regelmäßig gelüftet werden. War früher durch nicht dicht schließende Fenster und Türen eine Grundlüftung gewährleistet, hat die moderne Bautechnik heute die Energiesparvorschriften eher übertrieben. Neubauwohnungen und modernisierten Altbauten fehlt durch die totale Abdichtung deshalb oft die Zugluft – die für das Mauerwerk trocknend und daher eigentlich sinnvoll wäre. Durchlüftung ist also sehr erwünscht und sollte täglich geschaffen werden.



### Wie lüftet man richtig?

► Das Schrägstellen von Fenstern über längere Zeit führt nur zur Auskühlung des Raumes, besonders in den Bauteilen um die Fenster herum. Diese Wärmeverluste kosten Sie nicht nur unnötig viel Geld, sondern führen auch zu Tauwasserbildung, was wiederum zu ungesundem Schimmel führen kann. Richtiges Lüften erfordert daher Stoß- oder Querlüftung.

- **Stoßlüften:** Öffnen des ganzen Fensters
- **Querlüften:** gleichzeitiges Öffnen der gegenüberliegenden Fenster und Türen. Durch den Durchzug im Raum bzw. in allen Räumen ist ein Luftaustausch und ein schnelle Entfeuchtung des Raumes – ohne großen Energieaustausch – gewährleistet.



► Die richtige Belüftung Ihrer Wohnung ist auch von der Jahreszeit abhängig. Ist die erwähnte Grundlüftung des Raumes gegeben, genügt es meist, wenn ...

- **im Winter** mindestens dreimal täglich (morgens, mittags und abends) eine Stoßlüftung von ca. fünf Minuten erfolgt.
- **im Sommer** morgens und abends mindestens zweimal täglich 30 Minuten quer gelüftet wird.
- **in der Übergangszeit** mindestens dreimal täglich (morgens, mittags und abends) 15 Minuten quergelüftet wird.



- ▶ Wird ein Raum nicht ständig genutzt und beheizt, sondern nur zeitweilig – z. B. am Wochenende – erwärmen sich während des Anheizens die Wandoberflächen nur langsam. In solchen Fällen sollte daher vorübergehend stärker gelüftet werden, um die Bildung von Tauwasser zu vermeiden. Manche glauben, ungeheizte Räume könnten durch das Offenlassen von Türen ausreichend erwärmt und belüftet werden, aber das ist leider ein Trugschluss.



- ▶ Art und Anordnung von Heizkörpern und Mobiliar beeinflussen die Luftumwälzung in einem Raum – und damit die Erwärmung oder Auskühlung der Außenflächen. Stellen Sie daher Ihre Möbel so, dass eine Luftzirkulation um die Möbel herum gewährleistet ist. Auch Regale, Bilder o. Ä. sollten mindestens sechs Zentimeter Abstand zur Wand haben.

**Hängen Sie Ihre Bilder schräg (durch Haken-Aufhängung) oder benutzen Sie Abstandhalter (z. B. Korkscheiben).**

- ▶ Lassen Sie Schränke und Regale an Boden und Decke nicht bündig abschließen. Es muss auch hier genug Luftdurchzug vorhanden sein, um Schimmelbildung an Wänden und Möbeln zu vermeiden.
- ▶ Durch die Nutzung von Räumen durch Menschen (Atmung, Kochen, Baden) entsteht zwangsläufig Feuchtigkeit. Diese sollte möglichst schon während ihrer Entstehung ins Freie abgeleitet werden:



- **Küche:** Während des Kochens die Dunstabzugshaube benutzen und/oder lüften.
- **Badezimmer:** Im Badezimmer ist die Gefahr der Schimmelbildung besonders groß – vor allem, wenn nach der Nutzung die Heizung reduziert und nicht ausreichend gelüftet wird. Nach dem Duschen oder Baden sollten Sie also mehrmals stoßlüften. Waschen Sie auch den Tauwasserniederschlag an Wandfliesen und Spiegeln ab. Die meiste Oberflächenfeuchtigkeit ist damit schon beseitigt und muss nicht mehr durch Verdunsten und Lüften abgeführt werden.
- **Schlafzimmer:** Die Feuchtigkeitsbelastung in Schlafzimmern wird oft unterschätzt: Ein schlafender Mensch gibt in 8 Stunden rund 300 Gramm Wasser durch die Atmung ab, zwei Menschen also schon das Doppelte! Dieses Wasser wird von der Luft und den Raumbooberflächen aufgenommen. Die Feuchtigkeit wie der abzugeben, ist unerlässlich. Nach dem Schlafen muss also ausreichend gelüftet werden. Die Temperatur im Schlafzimmer darf keinesfalls unter 16 °C absinken, da sonst Feuchtigkeitsschäden unvermeidlich sind.
- **Zimmerpflanzen** verursachen durch die Verdunstung des Gießwassers eine zusätzliche Feuchtigkeitsbelastung. Daher wird empfohlen, in Räumen, in denen viele Pflanzen vorhanden sind, noch häufiger zu lüften.

**Bedenken Sie, dass es über 100 000 verschiedene Schimmelpilze und ca. 20 Pilzarten gibt, die sich unter Umständen überall in Ihrer Wohnung verbreiten können. Feuchtigkeitsniederschlag an Decken und Wänden bietet Pilzen optimale Lebensbedingungen. Schimmelpilze mit Pilzgiften zu bekämpfen, hat leider wenig Zweck.**

**Schimmelbefall kann zu erheblichen Gesundheits- und Sachschäden führen. Im schlimmsten Fall müssen Sie sogar Ihre Wohnung verlassen. Bitte beachten Sie darum unsere Ratschläge für richtiges Heizen und Lüften! Ihre Gesundheit und Ihr Geldbeutel werden es Ihnen danken.**

## Impressum

Herausgeber

Hardtwaldsiedlung Karlsruhe eG  
Baugenossenschaft  
Karlstraße 1 | 76133 Karlsruhe  
Postfach 110265 | 76052 Karlsruhe  
Telefon (0721) 9 12 99-0  
[info@hardtwaldsiedlung-karlsruhe.de](mailto:info@hardtwaldsiedlung-karlsruhe.de)  
[www.hardtwaldsiedlung-karlsruhe.de](http://www.hardtwaldsiedlung-karlsruhe.de)



Bilder

© Robert Kneschke – fotolia.com

Layout und Druck

Stober GmbH, Eggenstein  
[www.stober.de](http://www.stober.de)