

TIPPS FÜR RICHTIGES LÜFTEN

Schlafräume

- Lüften Sie Schlafzimmer intensiv vor dem Zubettgehen sowie morgens nach dem Aufstehen, um die über Nacht angestaute Feuchtigkeit zuverlässig abzutransportieren.
- Halten Sie die Türen zu kühleren Schlafzimmern stets geschlossen, insbesondere wenn angrenzende Räume beheizt sind.

Wohnräume

- In Wohnbereichen ist regelmäßiges Lüften unerlässlich – insbesondere wenn sich viele Personen im Raum aufhalten oder Feuchtigkeitsquellen wie Zimmerpflanzen, Aquarien oder Wäscheständer vorhanden sind.
- Die beim Atmen und Schwitzen abgegebene Luftfeuchtigkeit sollte durch mehrmaliges Stoßlüften über den Tag verteilt aus dem Raum entfernt werden.

Küche/ Bad

- Beide Räume sind sehr feuchtigkeitsanfällig (duschen, baden, kochen). Feuchtigkeitsspitzen sollten unmittelbar durch intensives Fensterlüften abgebaut werden.
- Lassen Sie dabei möglichst gegenüberliegende Fenster oder Türen geöffnet, um einen Luftaustausch zu ermöglichen.

Kellerräume

- Da Kelleraußenwände häufig kühler sind als die umgebende Luft, kann es im Sommer zur Kondensatbildung an den Wänden kommen, wenn warme, feuchte Außenluft eindringt.

- Lüften Sie kellertypische Räume im Sommer möglichst nur in den frühen Morgen- oder späten Abendstunden, wenn die Außentemperatur niedriger ist.

- Lagern Sie dort keine Gegenstände des täglichen Bedarfs, die empfindlich gegen Schimmelbefall sind.

Kühle Räume

- Räume, die bewusst kühler gehalten werden (z. B. Gäste- oder Abstellräume), sollten konsequent durch geschlossene Türen von beheizten Wohnbereichen getrennt werden.

Kippfenster

- Ein dauerhaft gekipptes Fenster führt zu erhöhtem Energieverlust, und kann auch bauliche Schäden verursachen. Ein kurzes, gezieltes Stoßlüften (3–10 Minuten bei weit geöffnetem Fenster) ist deutlich effizienter und energetisch sinnvoller.

Lüftungsanlagen

- Moderne raumlufttechnische Anlagen übernehmen in vielen Gebäuden die kontinuierliche Frischluftzufuhr. In diesen Fällen kann auf das Öffnen der Fenster meist verzichtet werden.
- Eine zusätzliche Stoßlüftung empfiehlt sich nur bei Gerüchen, Feuchtespitzen oder Schadstoffbelastung (z. B. Renovierung, neue Möbel).
- Achten Sie auf eine regelmäßige Wartung der Lüftungsanlage, insbesondere auf den rechtzeitigen Filterwechsel und die Funktionsprüfung der Luftführung.

