

Gesund wohnen ohne Schimmel: So heizen und lüften Sie richtig.

Sehr geehrte Mieterinnen und Mieter,

wir möchten, dass Sie sich in Ihrem Zuhause rundum wohlfühlen – in einer gesunden Umgebung, frei von Schimmel. Mit einigen einfachen, aber sehr effektiven Tipps können Sie das Raumklima in Ihrer Wohnung so gestalten, dass es angenehm und gesundheitsfördernd bleibt. So schaffen Sie ideale Bedingungen, damit Schimmel keine Chance hat und Sie sich jederzeit in Ihren vier Wänden entspannen können. Wichtig dabei sind eine gute Belüftung und die richtige Raumtemperatur. Wir haben für Sie praktische Hinweise zusammengestellt, wie Sie beides ganz einfach in den Griff bekommen können.

Hier unsere Tipps, um Schimmelbildung zu verhindern und um für ein gesundes Raumklima zu sorgen:

1. Richtig Heizen – Die Grundlage für ein gutes Raumklima

- **Konstante Temperatur:** Eine konstante Temperatur von etwa 20°C ist ideal. Zu kalte Räume fördern die Bildung von Kondenswasser, vor allem an Außenwänden. Achten Sie also darauf, dass die Temperatur in den Räumen konstant bleibt. Schimmel liebt kühle, schlecht beheizte Räume.
- **Heizkörper nicht verdecken:** Stellen Sie sicher, dass Heizkörper nicht durch Möbel oder Vorhänge blockiert sind, damit sich die Wärme gleichmäßig verteilen kann. Heizkörper sollen den Raum erwärmen; dies können sie aber kaum, wenn sie zugestellt sind. Verdeckte Heizkörper können sogar zu Wärmestaus führen, die den Verbrauch um 10 – 20 % erhöhen.

2. Richtig Lüften – Der Schlüssel zur Schimmelvermeidung

- **Stoßlüften statt Kipplüften:** Lüften Sie mehrmals täglich für 5-10 Minuten bei weit geöffnetem Fenster, um frische Luft hereinzulassen und die Feuchtigkeit auszuleiten. Dies sorgt für einen schnellen Luftaustausch und verhindert, dass sich Feuchtigkeit in den Räumen staut. Gerade in der kälteren Jahreszeit ist dabei zu berücksichtigen, dass beim Stoßlüften die Wände nicht zu sehr auskühlen. Demzufolge lieber öfter und kurz Stoßlüften – Fenster auf Kippstellung ist hier nicht hilfreich, sondern fördert über die Auskühlung des Raumes im Gegenteil sogar die Schimmelbildung.
- **Besondere Aufmerksamkeit für Küche und Bad:** Die meiste Feuchtigkeit kommt nicht etwa von draußen, sondern aus der Wohnung selbst. Hier entsteht besonders viel Feuchtigkeit. Achten Sie darauf, dass so wenig Feuchtigkeit wie möglich aus der Küche oder dem Badezimmer unkontrolliert in die anderen Räume zieht. Hier sollten Sie nach dem Duschen oder Kochen richtig lüften, um Kondenswasser zu vermeiden.

3. Luftfeuchtigkeit kontrollieren – Für ein gesundes Raumklima

- **Luftfeuchtigkeit messen:** Ideal ist eine Luftfeuchtigkeit von etwa 40-60 %. Ein Hygrometer kann helfen, diese zu überwachen. Im Winter sind Werte zwischen 35 und 50 % in Ordnung. Bei Werten über 60 % kann sich besonders an kalten Außenwänden Schimmel bilden.
- **Luftentfeuchter bei Bedarf:** Bei zu hoher Feuchtigkeit sollte zusätzlich gelüftet oder vor allem in Keller- oder schlecht belüfteten Räumen ein Luftentfeuchter genutzt werden.

4. Wäsche richtig trocknen – Feuchtigkeit vermeiden

- **Trocknen an der frischen Luft:** Trocknen Sie Ihre Wäsche möglichst im Freien. Wenn das nicht möglich ist, sorgen Sie für ausreichende Belüftung im Raum.
- **Trockner nutzen:** Wenn Sie einen Wäschetrockner haben, achten Sie darauf, dass dieser richtig angeschlossen ist und keine Feuchtigkeit in den Raum abgibt.

5. Schimmel vorbeugen – Schnell handeln bei ersten Anzeichen

- **Frühzeitig erkennen:** Wenn Sie erste Anzeichen von Schimmel entdecken, wie dunkle Flecken an Wänden oder an Fensterscheiben, handeln Sie bitte schnell. Entfernen Sie den Schimmel mit geeigneten Mitteln und sorgen Sie für eine bessere Belüftung und Temperaturkontrolle.
- **Wenden Sie sich an uns:** Wenn dies nicht zum Erfolg führt oder Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich bitte an technik@berlinovo.de.

Ein piktogrammbasierter Flyer des LAGeSo bietet Ihnen ergänzend zu unserem Ratgeber anschauliche und leicht verständliche Informationen zur Schimmelprävention – unabhängig von sprachlichen Barrieren. Sie finden das Dokument auch in der berlinovo App.