

## Merkblatt für richtiges Wohnverhalten – insbesondere Heizen und Lüften

Zur Vermeidung von Feuchteschäden und Schimmelpilzfall ist es wichtig, die Mieträume richtig zu heizen und zu lüften. Hierbei ist zu beachten, dass jeder Raum seiner Nutzung entsprechend zu temperieren ist, wobei folgende Mindesttemperaturen gelten:  
Wohnräume: 20 bis 22 Grad Celsius  
Schlafräume: 16 bis 18 Grad Celsius  
Badezimmer: 22 bis 24 Grad Celsius

Allerdings genügt eine ausreichende Beheizung der Räume nicht, um Feuchtigkeitsschäden zu vermeiden. Es muss gleichzeitig für eine ausreichende Belüftung gesorgt werden, die heute in Anbetracht der dicht schließenden Fenster und Türen nicht von alleine gewährleistet ist, so wie dies früher der Fall war. Ältere Holzfenster waren nie völlig dicht und infolge dessen fand eine Art Zwangsentlüftung statt. Möbel waren aus Holz und nicht mit wasserabweisendem Polyester beschichtet. Gardinen, Polster, Bettzeug, Textilien usw. bestanden aus Naturfasern, die anders als moderne Kunststofffasern Feuchtigkeit viel besser aufnehmen konnten. Die damals niedrigeren Energiekosten verleiteten zudem dazu, die Räume stärker als eigentlich nötig zu beheizen, so dass Feuchtigkeits- und Schimmelschäden eher selten waren, da warme Luft mehr Feuchtigkeit speichern kann als kalte.

Heutzutage ist eine regelmäßige sogenannte „Querlüftung“, umgangssprachlich auch „Durchzug“ genannt, mehrmals täglich nötig. Schrägstellen der Fenster genügt für eine ordnungsgemäße Lüftung nicht! Dies führt lediglich zur Auskühlung des Raumes und insbesondere der Bauteile an den Fenstern, so dass diese unnötig auskühlen und sich im Zweifel die Luftfeuchtigkeit dort am kältesten Punkt niederschlägt. Eine richtige Lüftung erfordert daher eine Querlüftung. Das heißt, Sie öffnen alle Fenster komplett, die gegenüberliegenden Fenster und eine Tür (z.B. Balkontüre usw.), so dass im Raum kurzfristig Durchzug entsteht. Es muss ein schneller Luftaustausch gewährleistet sein, der zur schnellen Entfeuchtung führt, ohne dass ein großer Energieverlust eintritt.

Bei Beachtung dieser Querlüftung genügt es üblicherweise, wenn in der Heizperiode mindestens 3 bis 5 Mal täglich eine Querlüftung von 5 Minuten erfolgt.

Wenn ein Raum nicht ständig benutzt oder niedriger temperiert ist (z.B. im Schlafzimmer), erwärmen sich während des Aufheizens die Wandoberflächen nur langsam, weshalb sich dort Tauwasser bilden kann. Daher muss vorübergehend stärker gelüftet werden. In keinem Fall dürfen nicht beheizte Räume durch Öffnen von Türen zu beheizten Räumen temperiert werden, da dann Raumluft mit relativ hoher Luftfeuchtigkeit an den kühlen Flächen in den nicht beheizten Räumen kondensiert und dort zu Schäden führt.

Auch die Art und Anordnung der Heizkörper und der Möblierung in einem Raum beeinflussen die Luftzirkulation und damit die Erwärmung der Außenflächen. Bitte achten Sie daher bei der Aufstellung von Möbeln darauf, dass diese ausreichend hinter- und unterlüftet werden. An Außenwänden sollten Möbelstücke daher mit einem Mindestabstand von 6 cm zur Wand aufgestellt bzw. aufgehängt werden, damit eine ausreichende Hinterlüftung gewährleistet ist. Bilder sollten schräg oder mit Abstandshaltern aufgehängt werden, Schränke sollten am Boden und an der Decke nicht bündig abschließen und unter den Schränken sollte genügend Luftdurchgang sein, da ansonsten eine Schimmelbildung an der dahinter liegenden Wand bzw. am Möbelstück selbst die Folge sein kann.

Insbesondere in Küche und Bad ist eine schnelle Ableitung der Luftfeuchtigkeit nach außen ins Freie wichtig, was in der

## Leaflet for Correct Housing Behavior - Especially Heating and Ventilation

To avoid moisture damage and mold infestation, it is important to heat and ventilate the rented rooms properly. It should be noted that each room must be tempered according to its use, whereby the following minimum temperatures apply:  
Living rooms: 20 to 22 degrees Celsius  
Bedrooms: 16 to 18 degrees Celsius  
Bathrooms: 22 to 24 degrees Celsius

However, sufficient heating of the rooms is not enough to prevent moisture damage. At the same time, it is necessary to provide sufficient ventilation, which today, given the tightly closing windows and doors, is not provided by itself, as it was in the past. Older wooden windows were never completely tight and as a result, a kind of forced ventilation took place. Furniture was made of wood and not coated with water-repellent polyester. Curtains, upholstery, bedding, textiles, etc. were made of natural fibers, which, unlike modern synthetic fibers, could absorb moisture much better. The lower energy costs at that time also tempted people to heat the rooms more than was actually necessary, so that moisture and mold damage were rather rare, since warm air can store more moisture than cold air.

Nowadays, regular so-called "cross-ventilation", also called "draught" colloquially, is necessary several times a day. Tilting the windows is not enough for proper ventilation! This only leads to cooling of the room and especially the components at the windows, so that they cool down unnecessarily and in case of doubt the air humidity settles there at the coldest point. Proper ventilation therefore requires cross-ventilation. This means that you open all windows completely, the opposite windows and a door (e.g. balcony door, etc.), so that there is a draught in the room for a short time. It must be ensured a rapid exchange of air, which leads to rapid dehumidification, without a large loss of energy.

If this cross-ventilation is practiced, it is usually sufficient to perform cross-ventilation for 5 minutes at least 3 to 5 times a day during the heating period.

If a room is not in constant use or has a lower temperature (e.g. in the bedroom), the wall surfaces heat up slowly during heating, which is why condensation can appear there. Therefore, it is necessary to ventilate temporarily more strongly. Under no circumstances should unheated rooms be tempered by opening doors to heated rooms, as room air with relatively high humidity will then condense on the cool surfaces in the unheated rooms and cause damage there.

The type and arrangement of radiators and furniture in a room also influence the air circulation and thus the heating of the external surfaces. Therefore, when placing furniture, please make sure that it is sufficiently ventilated from behind and underneath. On exterior walls, furniture should therefore be placed or hung at a minimum distance of 6 cm from the wall to ensure sufficient rear ventilation. Pictures should be hung at an angle or with spacers, cabinets should not be flush with the floor and ceiling, and there should be sufficient air passage under the cabinets, otherwise mold may form on the wall behind them or on the piece of furniture itself.

In kitchens and bathrooms in particular, it is important to quickly remove the humidity from the air to the outside,

Küche durch eine ins Freie führende Dunstabzugshaube problemlos möglich ist, im Bad allerdings in der Regel erst nach dem Baden oder Duschen geschieht. In der Zwischenzeit hat sich dann im Bad an den Wandfliesen oft ein Tauwasserniederschlag gebildet, der zweckmäßigerweise abzuwischen ist, da die Feuchtigkeit, die auf diese Weise beseitigt wird, schon nicht mehr durch Lüften abgeführt werden muss. Trotzdem ist eine sorgfältige Lüftung gerade des Badezimmers nach der Benutzung wichtig. Hier sollte nach dem Duschen bzw. Baden eine fünf- bis zehnminütige Stoßlüftung (Badezimmertüre schließen und Fenster komplett öffnen) erfolgen und keine Querlüftung, da sonst feuchte Luft in die Wohnräume eingeleitet wird.

Auch im Schlafzimmer wird oftmals das Lüften vernachlässigt. Bedenken Sie bitte, dass ein schlafender Mensch in acht Stunden rund 300 Gramm Wasser abgibt, das zum Teil von der Luft, überwiegend aber von den Raumboflächen aufgenommen wird. Um diese Feuchtigkeit wieder abzugeben ist es notwendig, sowohl vor, als auch nach dem Schlafen eine Querlüftung durchzuführen, wobei die Temperatur im Schlafzimmer nicht unter 16 Grad Celsius absinken sollte, da dies Feuchtigkeitsschäden Vorschub leistet.

Auch Zimmerpflanzen verursachen durch die Verdunstung des Gießwassers genauso wie Aquarien zusätzliche Feuchtigkeitsbelastungen, so dass in solchen Räumen öfter gelüftet werden muss, als oben empfohlen worden ist.

Wenn Sie die in diesem Merkblatt gegebenen Ratschläge für eine richtige Beheizung und Belüftung der Mieträume beachten, werden sich Schimmelpilze und Feuchtigkeitsschäden aller Wahrscheinlichkeit nicht zeigen. Ihre Gesundheit und Ihr Geldbeutel werden Ihnen den vergleichsweise geringen Aufwand danken.

**Daher: Richtige Heizung und Lüftung ist notwendig!**

which can easily be done in the kitchen by means of an extractor hood leading to the outside, but in the bathroom this usually only happens after bathing or showering. In the meantime, condensation has often appeared on the wall tiles in the bathroom, and it is advisable to wipe it off, since the moisture that is removed in this way no longer needs to be removed by ventilation. Nevertheless, careful ventilation of the bathroom after use is important. After showering or bathing, the bathroom should be ventilated for five to ten minutes (close the bathroom door and open the window completely) and not cross-ventilated, as otherwise moist air is introduced into the living areas.

Ventilation is also often neglected in the bedroom. Please remember that a sleeping person releases about 300 grams of water in eight hours, which is partly absorbed by the air, but mainly by the surfaces of the room. In order to release this moisture, it is necessary to cross-ventilate both before and after sleeping, and the temperature in the bedroom should not drop below 16 degrees Celsius, as this encourages moisture damage.

Indoor plants also cause additional moisture loads due to the evaporation of the water used for watering, just like aquariums, so that in such rooms it is necessary to ventilate more often than has been recommended above.

If you follow the advice given in this leaflet for proper heating and ventilation of rented rooms, mold and moisture damage will most probably not show up. Your health and your wallet will thank you for the comparatively low effort.

**Therefore: Proper heating and ventilation is necessary!**