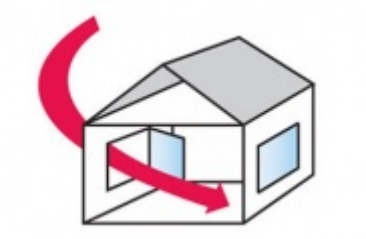
Richtig Lüften



Stosslüftung

Die effektive Art, Raumluft auszutauschen. Der Fensterflügel wird dabei komplett geöffnet und die Luft somit innerhalb von 5–10 Minuten ausgetauscht. Dadurch, dass der Luftaustausch sehr schnell stattfindet, tritt keine Auskühlung der Bauteile auf.

Querlüftung

5 Minuten Querlüftung durch zwei gegenüberliegende offene Fenster ist die beste Art des Lüftens. Die gesamte Raumluft wird noch schneller als beim Stosslüften ausgetauscht, die gespeicherte Wärme in den Wänden und Böden heizt die frische Luft ohne grosse Verluste schnell wieder auf.

Dauerlüftung

Mit der Dauerlüftung (z.B. Fenster dauernd in Kippstellung) wird Energie vergeudet und die Luft nicht komplett ausgetauscht. Möbel und Wände werden extremen Temperaturwechseln ausgesetzt und kühlen im Winter dadurch stark ab. Empfehlung: nur im Sommer anwenden!

Richtiges Lüften
Während 5–6, höchstens 10 Min. die Fenster vollständig öffnen (Stosslüften). Besonders wirksam ist eine kurze Querlüftung (Durchzug). Mit dieser Massnahme kann in kurzer Zeit viel Raumfeuchte abgeführt werden. Selbst wenn es in der kalten Jahreszeit draussen regnet, Schnee und Nebel vorhanden sind, können Sie bedenkenlos lüften. Es stimmt nicht, dass man beim Lüften feuchte Luft hereinlässt. Im Gegenteil, man führt Raumluftfeuchte nach aussen ab.

Zeitpunkt
Bewohnte Räume tagsüber 3-mal lüften: am Morgen, am Mittag und am Abend (Stosslüftung).

Feuchtigkeit vermeiden
Das Auftreten von Kondenswasser hängt damit zusammen, dass kalte Bauteile an geheizte Räume grenzen. Die andere Ursache ist die Anreicherung der Raumluft mit Feuchtigkeit. Die Raumluft nimmt aus ihrer Umgebung, also aus Pflanzen, menschlichem Atem und selbst aus Holz und Mauerwerk, Feuchtigkeit auf. Wasserdampf aus Küche und Bad reichern die Luft zusätzlich mit Feuchtigkeit an und zwar umso mehr, je wärmer sie ist. Durch die menschliche Transpiration während der Nacht kann die Luftfeuchtigkeit derart ansteigen, dass auch in Schlafzimmern Kondenswasser entstehen kann.

- Kein Dauerlüften im Winter durch gekippte Fenster
- Luftzirkulation von Heizkörpern nicht behindern (nicht verdecken durch Möbel, Vorhänge usw.)
- Möbel nach Möglichkeit nicht an Aussenwände stellen, ansonsten mit einem Wandabstand von 5–10 cm
- Die Türen zwischen wärmeren und kühleren Räumen sollten während der Heizperiode geschlossen sein
- Falls Fenster auf der Innenseite anlaufen, sofort kräftig und ausdauernd lüften
- Alle Zimmer möglichst gleichmässig beheizen
- Auch in wenig benutzten Räumen die Radiatoren nicht ganz abstellen
- Nach dem Duschen und Baden kräftig lüften, Badezimmertür erst nach dem Lüften wieder öffnen
- Keine Wäsche in der Wohnung trocknen

Empfehlung von:
swisswindows AG Haltelhusstrasse, Mörschwil Postfach
9016 St. Gallen