

Frische Luft riecht gut, tut gut:
Fenster öffnen und frische Luft reinlassen!
Was es bringt – wie man es richtig macht.



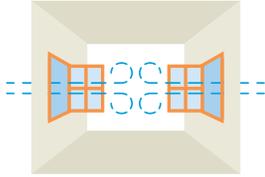
ENERGIE TIROL

LÜFTEN

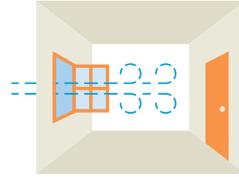


ENERGIE TIROL – DIE UNABHÄNGIGE ENERGIEBERATUNG.
AUS ÜBERZEUGUNG FÜR SIE DA.

WIE LÜFTEN?



Querlüften: 1 – 5 Min.
gegenüberliegende Fenster
gleichzeitig weit öffnen



Stoßlüften: 5 – 10 Min.
Fenster weit öffnen

Je kälter es draußen ist, desto kürzer lüften. So kühlen Wände und Einrichtung nicht aus und die Raumluft erreicht rasch wieder eine angenehme Temperatur.

Kippen ist zu vermeiden – es erfolgt dabei kein effektiver Luftaustausch. Die teilweise stark abgekühlten Fensterlaibungen begünstigen sogar die Schimmelbildung und erhöhen den Energieverlust.

WANN LÜFTEN?

mind. **3x**



**gleich am Morgen
nach dem Aufstehen**



**ein bis zweimal
untertags**



**abends vor dem
Zubettgehen**

Kurzzeitig erhöhte Feuchtigkeit durch Kochen oder Duschen zusätzlich immer sofort ablüften. Beschlagene Fensterscheiben sind ein Alarmzeichen!

Die Luftfeuchtigkeit sollte bei **45 Prozent** liegen. Zu empfehlen ist die Anschaffung eines **Hygrometers**: es misst die aktuellen Feuchtwerte und Temperaturen im Raum. Bei über **60 Prozent** (bei ca. 20 °C) wird's kritisch – Fenster auf!





Alexandra Ortler

Energieberaterin
von Energie Tirol



Die Qualität der Luft bestimmt in vielen Bereichen unser Wohlbefinden. Mit sehr einfachen Mitteln können wir Energie sparen, Schimmel vorbeugen und unsere Wohnqualität steigern.

Ich will gute Luft

Kennen Sie das? Wenn die Fenster länger geschlossen bleiben, entsteht im Raum „dicke Luft“. Das kann viele Gründe haben – aufgrund des CO₂-Ausstoßes beim Atmen, Ausdünstungen aus Möbeln, Baumaterialien, Farben und Lacken oder Zigarettenrauch.

Ich will mich wohlfühlen

Schlechte, verbrauchte Luft führt zu Konzentrationsstörungen, Müdigkeit und Unwohlsein. Sorgen Sie für gute Stimmung, lassen Sie frische Luft herein!

Ich will keinen Schimmel

Er gefällt nicht, riecht unangenehm und kann ernste Auswirkungen auf die Gesundheit haben: der Schimmel. Richtiges Lüften hilft Schimmel zu vermeiden.

**Sie haben es in der Hand:
Fenster auf – Luft herein!**

LÜFTEN IM NEUBAU

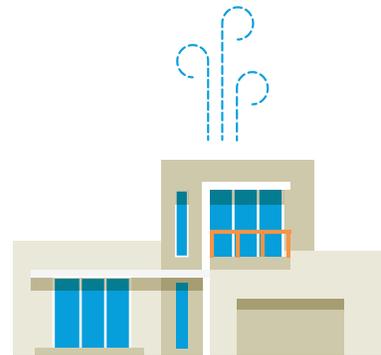
Beim Hausbau wird viel Wasser in den verwendeten Materialien gebunden (z.B. durch Estriche, Putze). Diese Feuchtigkeit kann meist nicht vollständig austrocknen, bevor das Haus bezogen wird. Das muss durch bewusstes Lüftungs- und Heizverhalten ausgeglichen werden, bis die Bausubstanz nach zwei bis drei Jahren richtig getrocknet ist.



Sommer: bei trockenem Wetter sind wiederholtes Querlüften oder gekippte Fenster sinnvoll



Winter: verstärktes Heizen und häufigeres Lüften sind notwendig



LÜFTEN IM SANIERTEN ALTBAU

Alte, undichte Fenster und schlechte Dämmung verursachen durch Ritzen und Fugen einen unkontrollierten Luftaustausch. Nach der Sanierung sind Gebäude besser abgedichtet. Dadurch geht zwar weniger Energie verloren, schlechte Luft und erhöhte Luftfeuchtigkeit müssen nun aber gezielt durch häufigeres Lüften ausgetauscht werden.



SEPP
RINNHOFFER

Energieberater
von Energie Tirol

LÜFTEN IM SOMMER

Der richtige Zeitpunkt fürs Lüften in der warmen Jahreszeit ist bei kühlen Außentemperaturen, also in den frühen Morgenstunden oder am späten Abend bzw. in der Nacht. Untertags sind Fenster und Türen möglichst geschlossen zu halten. Der Keller sollte im Sommer nicht gelüftet werden. Sonst trifft warme, feuchte Außenluft auf kühle Kellerwände und kondensiert – feuchte Wände und Sommerschimmelgefahr sind die Folge.

BEQUEM LÜFTEN

Mit „Komfortlüftungen“ kann aufs Fensterlüften verzichtet werden, denn die Lüftungsanlage versorgt die Wohnräume beständig mit Frischluft. Mehr Infos dazu finden sie auf www.energie-tirol.at bzw. www.komfortlüftung.at oder in der Broschüre „Komfortlüftungen“, erhältlich bei Energie Tirol.

WIRD NICHT GELÜFTET – ERHÖHTE SCHIMMELGEFAHR!

Schimmel braucht Feuchtigkeit

Diese bildet sich auf kühlen Oberflächen. Besonders anfällig für den Niederschlag von Feuchtigkeit sind Stellen wie z.B. nicht ausreichend gedämmte Außenwände, Außen-ecken oder Fensterlaibungen.

INFO

WOHER KOMMT DIE FEUCHTIGKEIT?

Jeder Mensch gibt etwa 1 bis 1,5 Liter Wasser pro Tag an seine Umgebung ab. Dazu kommt die Feuchtigkeit durch Kochen, Baden, Duschen, Wäschetrocknen usw. Bei einem Haushalt mit vier Personen werden auf diese Weise schnell einmal 10 bis 12 Liter Wasser in die Raumluft eingebracht.



Der Schimmel sagt danke

Wenn's dann erst mal feucht ist, ist der Schimmel oft nicht mehr fern. Denn Feuchtigkeit zusammen mit den in der Luft enthaltenen Schimmelsporen sind die ideale Grundlage für Schimmelwachstum.

Regelmäßiges Lüften hilft

Richtiges Lüften hält die Luftfeuchtigkeit im Raum niedrig – und das erschwert die Bildung von Schimmel. Falsches oder kein Lüften steigert die Schimmelgefahr hingegen erheblich.

TIPP

SCHIMMELRISIKO

In schimmelgefährdeten Räumen möglichst keine Wäsche zum Trocknen aufhängen. Die vermehrte Feuchtigkeit verstärkt das Schimmelrisiko. Wenn vorhanden, unbedingt Trockenräume, Dachböden etc. nutzen!

ENERGIE TIROL – DIE UNABHÄNGIGE ENERGIEBERATUNG. AUS ÜBERZEUGUNG FÜR SIE DA.

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber: Energie Tirol, Südtiroler Platz 4, 6020 Innsbruck, Tel. (0512) 589913, Fax DW 30, E-Mail: office@energie-tirol.at | **Für den Inhalt verantwortlich:** DI Bruno Oberhuber, Energie Tirol | **Konzept und Redaktion:** DI Alexandra Ortler, Energie Tirol | **Layout:** West Werbeagentur GmbH, Landeck | **Fotos:** Michael Gasser, Innsbruck

Oktober 2015