

## Optimales Lüften – Das Wichtigste in Kürze

In bewohnten Räumen ist Feuchtigkeit vorhanden.  
Sie wird von den Bewohnern und der Umgebung verursacht.  
Zu viel Feuchtigkeit kann zu Schäden führen:

- Kondenswasser
- Schimmelpilze

Verhindern Sie Schäden, lüften Sie regelmässig:

- Fenster während 6 bis 10 Minuten vollständig öffnen (Stosslüften)
- Heizventile schliessen während dem Lüften
- Fenster während Heizperiode nicht dauernd kippen
- Mehrmals am Tag lüften, idealerweise am Morgen, Mittag und Abend
- In Schlafräumen vor und nach dem zu Bett gehen gründlich lüften
- Nach dem Duschen, Baden oder Kochen lüften
- Wäsche nicht in den Wohn- und Schlafräumen trocknen

Sorgen Sie für das richtige Raumklima:

- In Wohn- und Schlafräumen eine Temperatur von etwa 20°C
- Temperatur am Tag bei mindestens 18°C halten und in der Nacht bei mindestens 16°C

