

## Für ein angenehmes Raumklima: Richtig heizen und lüften

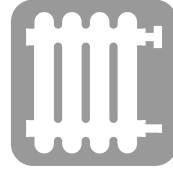
In der kalten Jahreszeit sorgt angemessenes Heizen in Verbindung mit regelmäßigem Lüften für ein angenehmes Raumklima in der Wohnung.

Weitere Informationen finden Sie in der Broschüre „Gesundes Wohnen – Richtig heizen und lüften“.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Bewohnergenossenschaft  
FriedrichsHeim eG  
Prinzenstraße 103 | 10969 Berlin  
Tel.: (030) 698 086-6  
www.friedrichsheim-eg.de  
bewohnergenossenschaft@  
friedrichsheim-eg.de

### Außen- temperatur geregelt Heizung



- Wie die moderne Heizungsanlage in Ihrem Haus arbeitet, ist abhängig von der Temperatur im Freien. In den Übergangsjahreszeiten kann die Vorlauftemperatur niedriger sein als Ihre Körpertemperatur, d.h. der Heizkörper fühlt sich nicht warm an, er heizt aber trotzdem. Drehen Sie daher die Heizung bei milderem Außentemperaturen ggf. voll auf.
- Heizen Sie alle Räume dauerhaft auf mindestens 18°C, um ein Auskühlen der Wandflächen zu verhindern.
- Halten Sie die Heizkörper frei, um die Wärmeabgabe nicht zu behindern.

### Regelmäßig lüften



- Kurze und intensive Fensterlüftung sorgt für frische Luft, ohne die Wände auszukühlen. Lüften Sie mindestens dreimal täglich, jeweils mindestens 5 bis 15 Minuten; je höher die Außentemperatur ist, desto länger.
- Vermeiden Sie die Kippstellung der Fenster in der kalten Jahreszeit. Öffnen Sie die Fenster vollständig; halten Sie dafür die Fensterbänke frei.
- Beim Kochen, Duschen oder Wäschetrocknen halten Sie die Zimmertüren geschlossen und lüften Sie die entstehende Feuchtigkeit sofort nach außen.
- Um eine ausreichende Luftzirkulation zu ermöglichen, sollten Möbel und Vorhänge mit mindestens 10 cm Abstand zur Wand aufgestellt bzw. angebracht werden. Dies gilt insbesondere an Außenwänden sowie an Wänden zum Treppenhaus.

### Badezimmer- ventilator reinigen



*Sofern vorhanden*

- In einem innenliegenden Bad ohne Fenster wird verbrauchte Luft und die hohe Luftfeuchtigkeit über einen Ventilator abgesaugt.
- Der Dauerluftfilter darin muss regelmäßig, mindestens zweimal im Jahr, gereinigt werden:
  - Öffnen Sie dazu die Klappe und entnehmen Sie den Filter. Reinigen Sie den Filter mit warmem Wasser oder in der Spülmaschine (max. 60°C), lassen Sie den Filter trocknen und setzen Sie ihn wieder ein.
  - Beschädigte Filter müssen ersetzt werden. Bitte wenden Sie sich an die Geschäftsstelle.
  - Die Lüfteröffnung darf nicht verstellt oder zugehängt werden.