

Richtig Lüften: Heizkosten sparen und Schimmel vermeiden

التهوية المثلى: توفير تكاليف التدفئة و تجنب للعفونة

Um gesund zu bleiben und sich wohl zu fühlen, brauchen wir frische Luft. Deshalb ist es wichtig, die Wohnung regelmäßig zu lüften. Im Winter kommt dabei aber Kälte herein. Wir brauchen Heizenergie um die frische aber kalte Luft aufzuwärmen. Wie geht man damit am geschicktesten um?

إن الهواء النقي المتجدد باستمرار يمدنا بالشعور بالراحة و ضروري للصحة العامة و هذا ما يستدعي تجديد الهواء باستمرار شتاءً . إلا أنه سبب لدخول الهواء البارد . كيف لنا بذلك أن نحظى بالدفاء و نتمتع بالهواء المتعش في آن معا؟

Fenster nicht kippen.

Wenn Fenster nur kurz (z.B. 5 oder 10 Minuten) gekippt werden, kommt nicht genug frische Luft herein.

Wenn Fenster lange gekippt werden, kühlt die Mauer rings um sie herum aus. Das schafft zwei Probleme:

- 1.) An den kalten Stellen bildet sich gerne Schimmel.
- 2.) Die kalten Stellen „saugen“ Wärme aus der Luft und es muss mehr geheizt werden.

Quer- oder Stoßlüften.

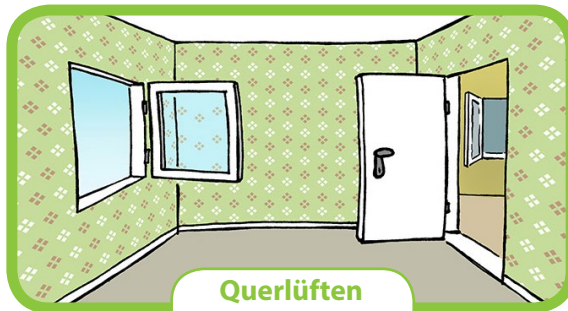
Die effektivste Lüftungsmethode ist es, mehrere Fenster an gegenüberliegenden Seiten der Wohnung gleichzeitig zu öffnen (Querlüften). Dabei entsteht oft ein starker Luftzug. Wenn dies nicht möglich ist, öffnen Sie einzelne Fenster - aber weit (Stoßlüften)! Dabei gilt: Kurz aber mehrmals am Tag (siehe Seite 2). So kommt schnell viel frische Luft hinein aber die Mauern haben keine Zeit auszukühlen. Außerdem wird Feuchtigkeit (der Nährboden für Schimmel!) aus der Raumluft und von Oberflächen „weggepustet“. Häufiges Quer- oder Stoßlüften ist deshalb eine der wichtigsten Maßnahmen gegen Schimmelbildung!



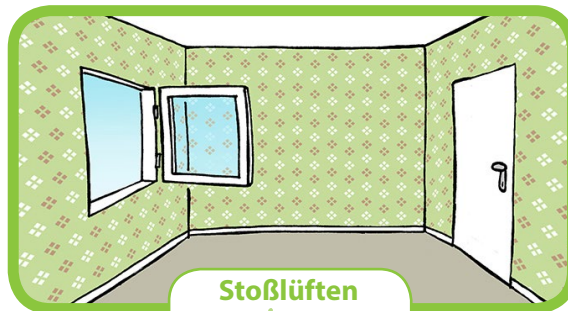
So nicht!
ليس كذلك!

لا تقم بإمالة النوافذ.

- إذا كانت النوافذ مائلة لفترة وجيزة (على سبيل المثال لمدة 5 أو 10 دقائق)، فإن الهواء النقي الذي يأتي غير كاف.
- إن تم إمالة النوافذ لفترة طويلة، ستبرد الجدران من حولها وهذا سيتسبب بمشكلتين:
- 1.) ستجذب المساحات الباردة العفن.
 - 2.) هذه المساحات الباردة تخفض من حرارة الجو ما سيستدعي تدفئة مزيدة.



Querlüften
التهوية العارضة



Stoßlüften
التهوية المركزة

التهوية العرضية أو التهوية بالإندفاع.

- طريقة التهوية الأكثر فعالية هي فتح عدة نوافذ متقابلة أو فتحات متعكسة كنافذة و باب (التهوية العرضية). هذا غالبا ما يخلق تيارا قويا. إذا لم يكن ذلك ممكنا، تفتح النوافذ الفردية على وسعيها (تهوية الهواء الطلق).
- هام: قم بذلك لفترة وجيزة ولكن عدة مرات في اليوم (انظر الصفحة 2). بهذه الطريقة سيتمكن الهواء من الدخول بسرعة ولكن ليس بما يكفي لتبرد الجدران. وعلاوة على ذلك، فإن الرطوبة (غذاء العفن!) ستطرد من الجو والسطوح الداخلية. وبالتالي فإن التهوية المتكررة بالطريقة العرضية أو طريقة الإندفاع المتدفق هي إحدى أكثر التدابير أهمية ضد تشكيل العفن!

... „ja, aber dann wird's eiskalt!“

Stimmt, aber es wird auch sehr schnell wieder warm! Weil die Wände nicht auskühlen, wird die vorherige Raumtemperatur meistens in weniger als 10 Minuten wieder erreicht – ohne dass Sie die Heizung höher drehen als sonst.

... „أجل و لكن بردا قارسا سيلتهمنا!“

هذا صحيح ولكن الدفاء سيعود مرة أخرى بسرعة ! ولأن الجدران لم تتجمد فإن درجة حرارة الغرفة السابقة تعود عادة بعد أقل من 10 دقائق - دون تدوير التدفئة أعلى من المعتاد.

Quer- oder Stoßlüften: Wie oft? Wie lange?

التهوية العرضية و التهوية بالإندفاع: كم مرة و إلى متى؟

Wie oft und für wie lange eine Wohnung gelüftet werden sollte, ist sehr schwer allgemein zu sagen. Das hängt von vielen Faktoren ab: Anzahl und Aufenthaltsdauer der Personen im Raum, Außentemperatur, Raumgröße, Dichtigkeit von Fenstern und vieles mehr. Als grobe Richtwerte können Sie die folgenden Empfehlungen benutzen.

من الصعب جدا معرفة عدد المرات اللازمة لتهوية البيت والوقت الذي تستغرقه. هذا يعتمد على العديد من العوامل: عدد القاطنين في الغرفة ومدة إقامتهم و درجة الحرارة في الهواء الطلق وحجم الغرفة وضيق النوافذ وأكثر من ذلك بكثير ، و كنقاط مرجعية تقريبية يمكن استخدام الإرشادات التالية.

1. Richtwerte Lüftungshäufigkeit 1. معايير تكرار التهوية

Wenn tagsüber niemand zu Hause ist

في حال ما من أحد متواجد خلال النهار

2 – 3 Mal pro Tag

2 - 3 مرات في اليوم

Wenn immer jemand zu Hause ist

في حال أحدهم متواجد دوما في المكان

Mindestens 4 Mal pro Tag

على الأقل 4 مرات في اليوم

Wenn geraucht wird oder bereits Schimmel vorhanden ist

في حال القاطنون مدخنون أو أن مشكلة العفونة ظاهرة مسبقا

Mindestens 5 Mal pro Tag

على الأقل 5 مرات في اليوم

2. Richtwerte Lüftungsdauer (für jedes Öffnen der Fenster)

2. المعايير المرجعية لمدة التهوية اللازمة (لكل مرة تفتح بها النافذة)

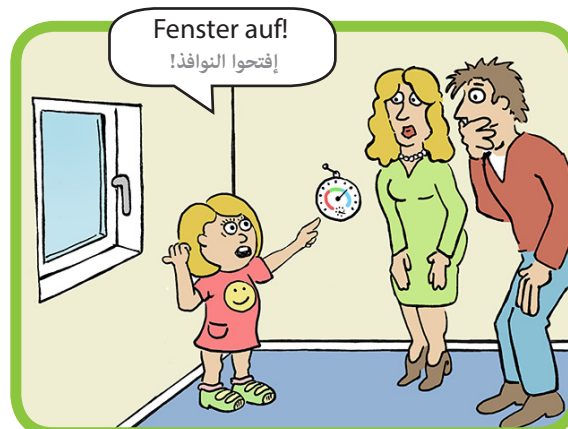
Jänner كانون ثاني	Februar شباط	März آذار	April نيسان	Mai آيار	Juni حزيران
4 – 6 Minuten 4 - 6 دقيقة		8 – 10 Minuten 8 - 10 دقيقة		15 Minuten oder mehr 15 دقيقة فأكثر	
Juli تموز	August آب	September أيلول	Oktober تشرين أول	November تشرين ثاني	Dezember كانون أول
15 Minuten oder mehr 15 دقيقة فأكثر			8 – 10 Minuten 8 - 10 دقيقة		4 – 6 Minuten 4 - 6 دقيقة

Lüften gegen Schimmel

Wenn Sie bereits Schimmel in der Wohnung haben oder hatten, kontrollieren Sie am besten mit einem Hygrometer wann es Zeit zum Lüften ist. Hygrometer zeigen die relative Luftfeuchtigkeit an. Wenn diese über 60% steigt, sollte quer- oder stoß-ge-lüftet werden, denn ab diesem Wert steigt das Risiko der Schimmelbildung stark an!

Bringen Sie das Hygrometer in der Nähe der Schimmelfläche an. Hygrometer gibt es für wenige Euro im Baumarkt oder Elektrofachhandel.

Zur Schimmelbekämpfung siehe auch unser Infoblatt zum Thema!



التهوية ضد العفونة

ن كان في الشقة عفونة أو بدأ تشكيل العفن فيها ، فإن الحل الأمثل يكون باستخدام الهيجرومتر لمعرفة متى تجب التهوية. الهيجرومتر يعطي مؤشرا يظهر الرطوبة النسبية في الجو . إن أعطى قياسا ما يزيد على 60% فهذا دليل خطر على زيادة احتمال تشكل العفن فلا بد من التهوية كما أسلفنا آنفا.

ضع الهيجرومتر قريبا من المنطقة المتعفنة . الهيجرومتر متوفر ببضع يورووات في محلات الإلكترونيات وورشات الحرف.

لمزيد عن كيفية التلافي و التخلص من العفونة، أنظر ورقة المعلومات الخاصة بذلك!