

# Unser Beitrag

# ...zuhaus um Hildesheim



**kwg** Kreiswohnbaugesellschaft Hildesheim mbH  
Kaiserstraße 15  
31134 Hildesheim  
Telefon 05121 | 976 - 0  
Telefax 05121 | 976 - 66  
E-Mail [info@kwg-hi.de](mailto:info@kwg-hi.de)  
[www.kwg-hi.de](http://www.kwg-hi.de)

<b>Kundencenter Sarstedt</b> Lönsstraße 4 31157 Sarstedt Telefon 05066   7051 - 0 Telefax 05066   7051 - 29	<b>Kundencenter Alfeld</b> Kalandstraße 3 31061 Alfeld Telefon 05181   9118 - 0 Telefax 05181   9118 - 33
---	---

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung. Rufen Sie uns einfach an oder senden Sie uns eine E-Mail!



Damit Sie Ihr Raumklima stets beobachten können, schenkt Ihnen die kwg Hildesheim ein LCD-Hygro-Thermometer.  
Damit haben Sie Ihr persönliches Wohnungsklima stets im Blick.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.kwg-hi.de](http://www.kwg-hi.de) oder direkt hier:



## Tipps zum gesunden Wohnen

Gesund und gemütlich  
durch den Winter



# Liebe Mieterinnen und Mieter,

hiermit möchten wir Ihnen Tipps zur Hand geben, wie Sie in Ihrer Wohnung Schimmelbildung vermeiden können. Insbesondere im Winter, wenn hohe Luftfeuchtigkeit in Ihren Räumen auf niedrige Raumtemperaturen trifft, dann besteht die Gefahr einer Schimmelbildung und gesundheitlichen Gefährdung. Wir informieren Sie darüber, wie Sie diese Gefahr vermeiden können.

## Ursachen

Luftfeuchtigkeit entsteht vor allem beim

- Kochen
- Baden und Duschen
- Wäschetrocknen
- Schlafen

Auch über die Atemluft und über die Haut gibt der Mensch Feuchtigkeit ab, in der Nacht bis zu einem Liter Wasser. Je kälter ein Raum ist, desto weniger Wasser kann seine Luft aufnehmen. Ist die Luft zu feucht, gibt sie ihren gespeicherten Wasserdampf ab. Dieser setzt sich dann als Wasser an den kälteren Oberflächen ab: zumeist im Fenster-, Wand- und Deckenbereich. So entstehen geeignete Voraussetzungen für die Bildung von Schimmel. Schimmelsporen, die stets in der Luft enthalten sind, brauchen dazu nur wenige Nährstoffe und Feuchtigkeit.

Wer zu wenig heizt, riskiert Schimmel und wer zu viel heizt, hat höhere Kosten: Jedes Grad, das Sie weniger heizen, spart ungefähr 6 % Heizenergie.

## Wäschetrocknen in der Wohnung

„Wenn Sie in Ihrer Wohnung Wäsche trocknen, dann hat das den gleichen Effekt, als wenn Sie einen mittelgroßen Eimer Wasser auf Ihren Fußboden auskippen.“

*(Hartmut Runge, Innenarchitekt und Energieberater)*

## Lüften

Falsches Lüften, z.B. Fenster auf Kippstellung, trägt zur Schimmelbildung bei. Heizkosten werden unnötig erhöht. Nur sehr langsam entweicht so die feuchte Luft. Und die Fensterlaibung kühlt aus, dort kann sich Kondenswasser bilden und Schimmel.

## Heizverhalten von Nebenzimmern und Schlafräumen

Das Auskühlen von Nebenräumen und Schlafzimmern führt zur Schimmelbildung. Die Temperaturunterschiede von Räumen in einer Wohnung schaden der Gesundheit und der Wohnung.

# Was kann ich tun?

### 1. Hohe Luftfeuchtigkeit vermeiden

- Mit geschlossenen Töpfen kochen
- Duschzeiten möglichst gering halten
- Wäsche im Keller oder Trockenboden trocknen oder einen Trockner benutzen

### 2. Feuchte Raumluft gegen trockene Außenluft regelmäßig austauschen

- Stoßlüften: mehrmals 5 bis 10 Minuten am Tag die Fenster weit öffnen
- Unmittelbar nach dem Duschen und Kochen lüften
- Luftfeuchtigkeit möglichst unter 50 % halten und nur selten über 60 % steigen lassen

### 3. Richtig heizen

- Räume tags und nachts auf 18 bis 20 Grad temperieren
- Räume innerhalb der Wohnung nicht wesentlich unterschiedlich heizen
- Kältere Räume geschlossen halten
- Heizungen nicht mit Möbeln verstellen