



## Gesundes Wohnen



### Liebe Mitglieder und Mieter,

als zukunftsorientierte Genossenschaft ist nachhaltiges Wohnen ein Kernschwerpunkt unserer täglichen Arbeit. Durch ein bewusstes Heizen Ihrer Neuwoba-Wohnung tragen Sie als Mitglied und Mieter aktiv dazu bei, dass langfristig Kosten und Energie eingespart sowie ein gutes Wohnklima erreicht werden.

Da unter Umständen ein verändertes Heizverhalten erforderlich ist, möchten wir Ihnen unsere Infobroschüre „Gesundes Wohnen“ an die Hand reichen.

Auf einen Blick finden Sie dort alle wichtigen Informationen und praktische Tipps zum bewussten Heizen und Lüften Ihrer Wohnung. Vielen Dank für Ihre Mitwirkung.



## Bewusstes Heizen

**M**äßig aber gleichmäßig heizen. Die Temperatur in Wohnräumen bei möglichst 20°C einregulieren. Dies entspricht oftmals der Einstellung „3“ an Thermostatventilen. Haben Sie einmal Ihre Wohlfühltemperatur erreicht, behalten Sie die Einstellung bei.



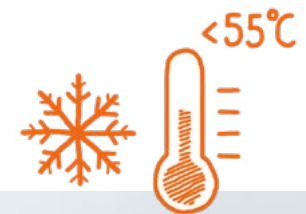
**TIPP:** Um ein Festsitzen der Thermostatventile zu verhindern, drehen Sie alle Thermostate im Sommer auf Stellung 3.



## Heizungsumstellung

**„N**iedertemperatur-ready“ oder auch „niedertemperaturfähig“ ist ein Gebäude dann, wenn die Heizung mit einer möglichst niedrigen Heizwassertemperatur (auch: „Vorlauftemperatur“) auskommt. Am kältesten Tag des Jahres darf sie nicht höher als 55°C sein, an allen anderen Tagen muss sie sogar sehr deutlich darunter liegen. Dadurch sind unsere Häuser für die Versorgung mit erneuerbaren Energien vorgerüstet.

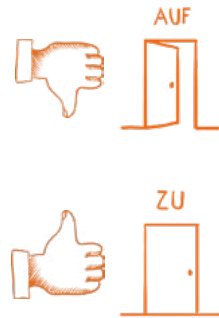
Zur Umsetzung werden größere Heizkörper montiert, welche die gleiche Wärmeleistung bei niedrigeren Vorlauftemperaturen besitzen wie kleine Heizkörper mit hohen Vorlauftemperaturen. Ein lauwarmer Heizkörper ist keine defekte Heizung, sondern mehr Wärme wird nicht benötigt.





## Räume nicht „mitheizen“

**H**alten Sie die Türen, insbesondere zum Schlafzimmer, möglichst geschlossen, damit nicht warme, feuchte Luft vom Bad oder aus der Küche ins kältere Schlafzimmer gelangt und dort an den Außenwänden kondensiert. Gerade hinter großen Kleiderschränken kann sich Schimmel unbemerkt bilden.



## Rechtzeitig Lüften

**B**eim Kochen, Baden und Wäsche trocknen entsteht eine hohe Feuchtigkeit. Darum sollten Sie diese Räume direkt lüften. Gleichzeitig erhöht sich die Feuchtigkeitskonzentration kontinuierlich durch Atmung, Pflanzen oder Aquarien. Lüften Sie deshalb mehrmals täglich.

Stoßlüften



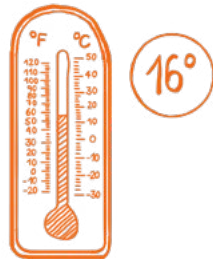
**TIPP:** Ein Durchzug von 5 bis 10 Minuten mehrmals am Tag ist optimal. Auf diese Weise vollzieht sich der Luftaustausch zwischen innen und außen sehr schnell und die Luftfeuchtigkeit sinkt.





## Temperatur im Schlafzimmer

Schlafzimmer können kühl bleiben. Für einen gesunden Schlaf reichen auch 16 Grad. Bei geschlossener Tür sollte das Thermostatventil am Heizkörper entsprechend eingestellt sein, um ein Auskühlen zu vermeiden. Wenn tagsüber nicht gelüftet werden kann, kann im kühlen Schlafzimmer ausnahmsweise nachts das Fenster gekippt bleiben (dann nachts auch den Heizkörper abdrehen).



## Luftfeuchte kontrollieren

In Wohnräumen sollte die Luftfeuchtigkeit optimaler Weise zwischen 40% bis 60% liegen, sonst droht in Ecken und hinter Schränken Schimmel. Ursachen zu hoher Luftfeuchte können sein: Pflanzen, Aquarien, Kochdünste, Duscdämpfe oder Wäschetrocknung. Wäsche darum möglichst nicht in Schlaf- und Wohnräumen trocknen. Nutzen Sie geeignete Trockenräume im Haus.



**TIPP:** Wir empfehlen, dass Aufstellen eines Gerätes zur Messung der Luftfeuchtigkeit.

## **NEUWOBA Neubrandenburger Wohnungsbaugenossenschaft eG**

Demminer Straße 69  
17034 Neubrandenburg

Telefon: 0395 4553-0  
[www.neuwoba.de](http://www.neuwoba.de)

### **E-MAIL-ADRESSEN**

Allgemein: [neuwoba@neuwoba.de](mailto:neuwoba@neuwoba.de)

Wohnungsverwaltung: [wohnungsverwaltung@neuwoba.de](mailto:wohnungsverwaltung@neuwoba.de)

**WEA-Service-Hotline: 0800 455 3000**