

RICHTIG HEIZEN

Die Heizkosten sind hoch. Doch Heizkörperthermostate können beim Sparen helfen. Sie regeln automatisch und ganz bequem die Temperatur für jeden Raum. Einfach die Wunschtemperatur einstellen – den Rest erledigt das schlaue Ventil.

- Wohnräume gleichmäßig auf 19-21 °C heizen (etwa Thermostatstufe 3).
- Türen zu weniger geheizten Räumen (Schlafzimmer) schließen!
- Auch wenig genutzte Räume und das Schlafzimmer (tagsüber) leicht heizen (16-17 °C, etwa Thermostatstufe 2).
- Nachts und bei Abwesenheit nur um 2-3 °C absenken (eine Thermostatstufe) – nicht ganz ausschalten!
- Nicht höher als die Wunschtemperatur einstellen. Mit Stufe 5 am Thermostatventil wird es nicht schneller warm – nur heißer als gewünscht.
- Heizkörper nicht durch Möbel zustellen oder mit Gardinen verdecken.

التدفئة الصحيحة

تكاليف التدفئة عالية. واستعمال الأجهزة المنظمة للحرارة يساعد على تقليص هذه التكاليف. وذلك بضبطكم حرارة كل غرفة بطريقة آتية وسهلة. يكفي ضبط درجة الحرارة المرغوبة فيها فيما يتكفل الصمام الذكي بالباقي.

- تدفئة غرف البيت بالتساوي بما يعادل 19° إلى 21° درجة حرارة مئوية (المستوى 3 في جهاز تنظيم الحرارة)
- اغلاق أبواب الغرف الأقل تدفئة (غرفة النوم)!
- تدفئة ضئيلة للغرف النادر استخدامها وغرفة النوم (خلال النهار) (من 16° إلى 17° درجة حرارة مئوية، تقريبا المستوى 2 في جهاز تنظيم الحرارة)
- تخفيض التدفئة إلى 2° أو 3° درجة حرارة مئوية في فترة الغياب عن البيت وفي الليل (المستوى 1 في جهاز تنظيم الحرارة) لكل لا تغلق جهاز تنظيم الحرارة بشكل تام!
- لا تضبط الجهاز في درجة أعلى من درجة الحرارة المطلوبة، فمثلا باختيارك المستوى 5 سوف لن تسرع التدفئة وإنما سيحمي المكان أكثر من المرغوب.
- عدم مجاورة جهاز التدفئة بالاثاث وعدم تغطيته بالستائر

Projektpartner:



Durchgeführt von: ARGE SOLAR Beratung für Energie und Umwelt



Landeskampagne Energieberatung Saar

Eine gemeinsame Informations- und Beratungskampagne des Ministeriums für Wirtschaft, Innovation, Digitales und Energie, saarländischer Energieversorger und der Verbraucherzentrale des Saarlandes



www.energiende.saarland.de

Richtig Lüften, Heizen, Schimmel vermeiden

التهوية الصحيحة، التدفئة،
تجنب العفن

Ministerium für
Wirtschaft, Innovation,
Digitales und Energie

SAARLAND
Großes entsteht immer im Kleinen.

Ministerium für
Wirtschaft, Innovation,
Digitales und Energie

SAARLAND
Großes entsteht immer im Kleinen.



Mit dem richtigen Lüften sparen Sie Ihre Energie für die wirklich wichtigen Dinge.

Jürgen Barke
Minister für Wirtschaft, Innovation,
Digitales und Energie

"التهوية الصحيحة تساعدكم في تخفيض استهلاك الطاقة وبالتالي في توفير الرشيد للاشياء المفيدة فعلا"
وزيرتكم، أنكه رهلينكر
وزيرة الاقتصاد، الشغل، الطاقة والمواصلات

SCHIMMEL VERMEIDEN

Schimmel braucht Feuchtigkeit. Ein 3-Personen-haushalt gibt pro Tag zwischen 6 und 12 Liter Wasser an die Raumluft ab. Das entspricht einem Eimer Wasser pro Tag! Und diese Feuchtigkeit muss raus, Tag für Tag.

- Richtig lüften.
- Richtig heizen.
- Kein Raum darf dauerhaft kälter als 16-17 °C sein.
- In der Heizperiode kein Fenster auf Kipp stellen!
- Als ideal gelten zwischen 40 und 60 % relative Luftfeuchtigkeit und eine Raumtemperatur von etwa 20 °C (mit Thermohygrometer messen).
- Kritisch wird es ab etwa 70 Prozent relativer Luftfeuchte während der Heizperiode – Lüften! und heizen.
- Abstand: Möbel etwa 5-10 cm von der kalten Außenwand abrücken.
- Achtung Keller und Souterrain: Im Sommer tagsüber die Fenster geschlossen halten. Nur während der kühleren Abend- oder Nachtstunden lüften.

Wenn der Schimmel schon da ist: Den Vermieter oder Hauswart informieren! Erste Hilfe bei noch kleinen Schimmelflecken ist 70%iger Alkohol (Spiritus).

تجنب العفونة

تنشأ الفطريات بالرطوبة. تتراوح كمية الماء المنبعثة من منزل أسرة لثلاثة أفراد ما بين 3 و6 لتر يوميا. تعادل هذه الكمية سعة دلو من الماء في اليوم! ويجب التخلص من هذه الرطوبة بصفة يومية.

- التهوية الصحيحة
- التدفئة الصحيحة
- لا ينبغي لدرجة حرارة البيت أن تقل عن 16-17° درجة مئوية
- خلال فترة التدفئة لا ينبغي للنافذة أن تترك مفتوحة من الأعلى
- الوضع المثالي يكون عندما تتراوح نسبة رطوبة الهواء النسبية داخل البيت ما بين 40% و60% وحرارته في حدود 20° درجة مئوية (استنادا الى جهاز قياس الرطوبة والحرارة)
- خلال فترة التدفئة يصبح الوضع الحرج عند بلوغ رطوبة الهواء النسبية نسبة 70%، التهوية والتدفئة
- المسافة: يجب ترك مسافة من 5 الى 10 سنتمتر بين الاثاث وجدران البيت الباردة
- الانتباه للقبو وللرداب: في فصل الصيف يجب إغلاق النوافذ طيلة اليوم ولا تكون التهوية سوى في ساعات المساء والليل الباردة
- إذا كانت العفونة موجودة فعلا: يجب ابلاغ المؤجر أو المسؤول عن البيت! الإجراءات الأولية التي يمكن اتخاذها ضد بقع العفن الفطرية الصغيرة تتمثل في استخدام مادة الكحول بتركيز 70% (الكحول الإيثيلي) أو الإيثانول

RICHTIG LÜFTEN

Fenster, Türen – alles ist dicht. Für frische, angenehme Luft müssen wir selbst sorgen. Berufstätige schaffen das dreimal am Tag (morgens, nachmittags, abends). Wer zu Hause ist, sollte mindestens noch einmal mittags lüften.

- Regelmäßig und mindestens dreimal am Tag.
- Kleine Wohnungen oder viele Menschen brauchen besonders häufig frische Luft.
- Direkt nach dem Kochen, Baden oder Duschen lüften.
- Fenster oder Tür ganz öffnen (Kipp reicht nicht!).
- Besonders schnell und gründlich: Querlüften («Durchzug»).
- Bei sehr kaltem Wetter reichen weniger als fünf Minuten, sonst 10-15 Minuten. Danach wird es sehr schnell wieder warm.

التهوية الصحيحة

النوافذ والابواب محكمة الغلق. وللحصول على هواء نقي منعش علينا بالتالي فتحها. فعلى سبيل المثال يقوم الموظفون بذلك ثلاث مرات في اليوم (صباحا وبعد الظهر ومساء). أما إذا تعلق الأمر بشخص في منزله وجبت عليه تهوية اضافية على الأقل في فترة الظهيرة.

- بانتظام ثلاث مرات في اليوم على الأقل
- الشقق الصغيرة او الأماكن المكتظة بالناس تحتاج الى الهواء النقي عدت مرات في اليوم
- ضرورية مباشرة بعد الطبخ والاستحمام أو الاغتسال
- بفتح النوافذ أو الباب بشكل تام (فتحها من الأعلى فقط لا يكفي!) بسرعة وبشكل تام: التهوية الأفقية والعرضية ("التيار الهوائي")
- عندما يكون الطقس باردا تكفي 5 الى 10 دقائق، بعدها سيعود الجو داخل الغرفة دافئا من جديد.

