

# Heizen und Lüften von Mietwohnungen in Deutschland

erstellt von SV Büro Charles Knepper Lutherstadt Eisleben Kirchweg 4 – schimmelhilfe24.de –  
in Anlehnung „Schimmelleitfaden“ Umweltbundesamt Dessau 2024

Katalanische Sprache

## Guia detallada per a la correcta calefacció i ventilació dels espais habitacionals

L'ús correcte i el manteniment adequat del teu habitatge de lloguer són essencials per prevenir la formació de floridura i els danys causats per la humitat. Les pràctiques incorrectes de calefacció i ventilació poden portar a problemes greus que no només danyen l'estructura de l'edifici, sinó que també representen riscos per a la salut. Aquesta guia t'ajudarà a optimitzar l'ús dels teus espais habitacionals mitjançant una calefacció adequada i una ventilació eficient, evitant així problemes de floridura i humitat. Les següents recomanacions es basen en els últims descobriments de la Guia de Floridura de l'Agència Federal Alemanya de Medi Ambient, actualitzada l'any 2024.

### 1. Calefacció adequada dels espais habitacionals

#### Per què és tan important la calefacció adequada?

Un factor clau per prevenir la humitat i la formació de floridura és la correcta calefacció dels espais habitacionals. Quan les habitacions no es calefaccionen prou o de manera uniforme, es pot formar condensació a les parets i finestres fredes. Aquesta humitat crea condicions ideals per al creixement de la floridura, que pot danyar l'estructura de l'edifici i causar al·lèrgies i problemes respiratoris.

#### Temperatures recomanades per a les habitacions:

- **Sala d'estar:** Una temperatura d'aproximadament 20-22°C crea un ambient confortable i evita que les parets es refredin.
- **Dormitori:** 16-18°C és la temperatura ideal. Una temperatura més baixa afavoreix un millor son sense risc de formació de floridura.
- **Cuina:** 18-20°C és una temperatura còmoda i energèticament eficient, ja que la calor generada durant la cocció afegeix calor addicional a l'habitació.
- **Bany:** Mantenir una temperatura de 22-24°C assegura una calor suficient, ajuda a evaporar ràpidament la humitat i evita la formació de floridura.

#### Consells per a la calefacció:

- **Distribució uniforme de la calor:** Mantingues una temperatura constant a les habitacions per evitar que les parets es refredin. Una disminució brusca de la temperatura provoca condensació a les superfícies fredes.
- **Reducció nocturna de la temperatura:** Pots reduir lleugerament la calefacció durant la nit per estalviar energia, però assegura't que la temperatura no baixi de 16°C per evitar problemes d'humitat.
- **No obstruir els radiadors:** Evita bloquejar els radiadors amb mobles o cortines, ja que això dificulta la distribució de la calor a l'habitació i condueix a una calefacció ineficient.

### 2. Guia per a una ventilació correcta

## Heizen und Lüften von Mietwohnungen in Deutschland

erstellt von SV Büro Charles Knepper Lutherstadt Eisleben Kirchweg 4 – schimmelhilfe24.de –  
in Anlehnung „Schimmelleitfaden“ Umweltbundesamt Dessau 2024

### Per què és essencial la ventilació regular?

La ventilació regular i adequada és essencial per eliminar l'excés d'humitat dels espais habitacionals. Activitats com cuinar, dutxar-se, assecar la roba o fins i tot respirar produeixen humitat que s'acumula a l'aire. Sense un intercanvi d'aire adequat, aquesta humitat roman a les habitacions i pot condensar-se a les superfícies fredes, afavorint la formació de floridura.

### Horaris recomanats per a la ventilació:

- **Matí:** Ventila bé totes les habitacions immediatament després de llevar-te. Ventilar durant 10-15 minuts utilitzant el mètode de ventilació per xoc és la forma més eficaç d'eliminar la humitat acumulada durant la nit.
- **Durant el dia:** Repetir la ventilació per xoc diverses vegades, especialment després de cuinar, dutxar-se o assecar la roba. Això prevé que la humitat s'acumuli a les parets o als mobles.
- **Nit:** Ventila les habitacions novament abans d'anar a dormir per millorar la qualitat de l'aire i eliminar la humitat restant.

### Mètodes de ventilació:

- **Ventilació per xoc:** Obre les finestres de bat a bat durant uns minuts per assegurar un ràpid intercanvi d'aire. Aquest mètode és molt més efectiu i estalvia energia en comparació amb deixar les finestres lleugerament obertes durant tot el dia.
- **Ventilació creuada:** Si és possible, obre finestres o portes a costats oposats de l'habitació per crear una corrent d'aire. Això maximitza la circulació de l'aire i minimitza el risc d'acumulació d'humitat.

### Consideracions especials:

- **Dormitoris:** Ventila a fons els dormitoris al matí per eliminar la humitat generada durant la nit per la respiració.
- **Cuines i banys:** Ventila aquestes habitacions immediatament després del seu ús per eliminar el vapor generat durant la cocció o la dutxa.

## 3. Guia per a l'ús dels termòstats dels radiadors

### Per què és important l'ús adequat dels termòstats dels radiadors?

Els termòstats dels radiadors són crucials per regular la temperatura de les habitacions. Un ús incorrecte pot portar a un consum innecessari d'energia o a una calefacció insuficient, la qual cosa, al seu torn, fomenta la formació de floridura.

### Ajustos del termòstat:

- **Nivell 1:** Correspon a aproximadament 12°C, i serveix com a protecció contra el glaç quan les habitacions no s'utilitzen.
- **Nivell 2:** Correspon a aproximadament 16°C, ideal per a habitacions més fresques com els dormitoris.

## Heizen und Lüften von Mietwohnungen in Deutschland

erstellt von SV Büro Charles Knepper Lutherstadt Eisleben Kirchweg 4 – schimmelhilfe24.de –  
in Anlehnung „Schimmelleitfaden“ Umweltbundesamt Dessau 2024

- **Nivell 3:** Correspon a aproximadament 20°C, recomanat per a sales d'estar.
- **Nivell 4:** Correspon a aproximadament 24°C, recomanat per a banys.
- **Nivell 5:** Correspon a aproximadament 28°C, dissenyat per escalfar ràpidament habitacions molt fredes.

### Consells per a l'ús:

- **Temperatura constant:** Ajusta els termòstats a la temperatura desitjada i mantén-la constant en lloc de canviar els ajustos amb freqüència. Això estalvia energia i garanteix una calefacció uniforme de les habitacions.
- **Maximitzar l'eficiència:** No ajustis el termòstat al màxim per escalfar l'habitació més ràpidament. Això no accelera el procés d'escalfament, sinó que només porta a un malbaratament d'energia.

### 4. Mesures addicionals per prevenir danys per humitat i floridura

#### Distribució de mobles i organització d'habitacions:

- **Distància dels mobles a les parets:** No col·loquis mobles, especialment armaris grans o prestatgeries, directament contra parets exteriors. Mantingues una distància de 5-10 cm per permetre la circulació de l'aire i evitar que les parets es refredin i humitegin.
- **Cortines i persianes:** Assegura't que les cortines o persianes no cobreixin els radiadors, ja que això dificulta la circulació de la calor i afecta negativament la temperatura de l'habitació.

#### Minimització de fonts d'humitat:

- **Assecat de roba:** Evita assecar la roba a l'interior tant com sigui possible. Si és inevitable, assegura't que l'habitació estigui ben ventilada durant i després de l'assecat.
- **Plantes d'interior:** Limita el nombre de plantes d'interior, ja que alliberen humitat addicional a l'aire, que es pot acumular a l'habitació.

#### Ús del bany:

- **Després de la dutxa:** Asseca les superfícies humides, com parets, terres i miralls, per evitar l'acumulació d'humitat. Ventila bé el bany immediatament després d'utilitzar-lo.
- **Prevenició de la floridura:** Revisa regularment les juntes, segells i zones de difícil accés per detectar la formació de floridura, i neteja-les immediatament si és necessari per evitar la seva propagació.

### Conclusió

La correcta calefacció i ventilació del teu apartament són factors crucials per prevenir la formació de floridura i els danys causats per la humitat. Seguint aquesta guia, no només assegures un entorn de vida saludable, sinó que també contribueixes a la conservació a llarg termini i a l'augment del

## **Heizen und Lüften von Mietwohnungen in Deutschland**

erstellt von SV Büro Charles Knepper Lutherstadt Eisleben Kirchweg 4 – schimmelhilfe24.de –  
in Anlehnung „Schimmelleitfaden“ Umweltbundesamt Dessau 2024

valor del teu apartament. Les revisions regulars i petits ajustos en l'ús diari poden tenir un gran impacte i garantir que el teu apartament romangui lliure de floridura i danys per humitat.