



داشرت سا ةقرو

لاملا ريفوت

ةح يحص لا ةئفدت لا

ةيحص ةايح

ةيحص ةايح



GRAFF

IMMOBILIENGRUPPE

كيفية التهوية؟

بصفة خاصة في موسم تشغيل أجهزة التدفئة - من أكتوبر إلى أبريل - تُعد التهوية الصحيحة هي الطريقة الحاسمة لتوفير التكاليف والعيش بشكل صحي.

١. بصفة دورية وفقًا للنشاط

- في الصباح بعد الاستيقاظ من النوم
- وقت الظهيرة - في أثناء النهار في الشقة
- في المساء قبل الخلود إلى النوم
- بعد الاغتسال/الاستحمام في حوض الاستحمام
- بعد طهي الطعام
- بعد وأثناء تجفيف الملابس

٢. لفترة قصيرة

أمر يجب مراعاتها:
حتى لو كان الهواء البارد، الذي تبلغ رطوبته النسبية %٩٠-١٠٠ أثناء هطول المطر أو وجود الضباب، يجب أن تكون نسبة الرطوبة في الشقة ٣٠٪ فقط عند التدفئة. هذا الهواء النقي يمتص بعد ذلك الرطوبة الجديدة من الشقة!

- الحرارة الخارجية = مدة التهوية
- أقل من ٥ درجات مئوية = ٥ دقائق
- حتى د ١٠ درجات مئوية = ١٠ دقائق
- أكثر من ١٥ درجة مئوية = ١٥ دقيقة
- ← كذلك في أثناء هطول المطر!

٣. بشكل مكثّف

التهوية بالصدمة فقط! خاصة في موسم تشغيل أجهزة التدفئة

الميزة: التهوية بالصدمة والتهوية العرضية

- تبديل هواء الغرفة الرطب والقديم بسرعة كبيرة بهواء نقي وجاف
- عدم تبريد الجدران، بحيث يمكن تدفئة الهواء في الغرفة
- (بسرعة مرة أخرى) توفير المال

العيوب: التهوية السريعة/التهوية باستخدام الفتحات

- تبديل الهواء الرطب والقديم في المكان فقط ببطء شديد
- تبريد الجدران في المنطقة الموجود فيها النافذة والمساعدة على نمو العفن

التهوية السليمة و التدفئة الصحيحة تعنيان توفير المال

٣ نصائح إضافية لحياة صحية واقتصادية

يحتاج الهواء الجاف إلى طاقة تدفئة أقل من الهواء الرطب ليتم تدفئته. لذلك: اجعل الهواء الجاف يدخل لفترة وجيزة وبسرعة واتركه يسخن من الجدران والدفايات.

١. عدم تغطية المدفأة

لا تقم بتغطية المدفأة ، سواء بالأشياء أو الأثاث أو الستائر. حيث يمكن للهواء أن يدور داخل المكان ويسخن فقط إذا كانت المدفأة بدون غطاء تمامًا.

٢. إغلاق الأبواب

المحافظة عادة على أن تكون الأبواب مغلقة: تؤدي تدفئة الغرف الفردية (مثل غرف النوم) من خلال الأبواب المفتوحة إلى زيادة الرطوبة في هذه الغرف وتكون غير موفرة!

٢٢ درجة مئوية - ٣. الوضع المثالي هو ٢٠

حافظ أيضًا على أن تكون درجة الحرارة بالغرف الصغيرة أو غير المستخدمة تتراوح ما بين ٢٠ و ٢٢ درجة مئوية، حتى عندما تكون خارج المنزل!

التوصية عند الاستخدام:

- غرفة المعيشة ٢٠-٢٢ درجة مئوية
- المطبخ ٢٠ درجة مئوية
- ٢٣ درجة مئوية - - الحمام ٢٢
- ٢ درجة مئوية - - غرفة الأطفال ٢٠
- غرفة النوم ٢٠ درجة مئوية



٣ نصائح إضافية لحياة صحية واقتصادية

١. الأثاث والصور

لا تضع الأثاث وخاصة خزائن الملابس على الجدران الخارجية. إذا لم يكن ذلك ممكنًا، فاحتفظ بمسافة لا تقل عن ١٠ سم، وفي حالة خزائن الملابس الكبيرة، فاحتفظ بمسافة تصل إلى ٢٠ سم. احتفظ بمسافة عرض يد على أقل تقدير بعيدًا عن الجدران الداخلية لضمان تدفق الهواء. في الفترة من شهر سبتمبر إلى شهر مايو، الق نظرة بشكلٍ منتظم خلف الأثاث والصور.

٢. الغياب عن المسكن

يجب ألا تنخفض درجة حرارة الشقة عن ٢٠ درجة مئوية، حتى لو كنت خارج المنزل طيلة النهار. التهوية ليست مطلوبة طالما لا توجد مستويات رطوبة عالية. في حال الغياب عن المسكن لمدة أكثر من يومين، اطلب من أحد الجيران/صديق تهوية المسكن كل يومين على أقل تقدير (تهوية الصدمة وليست تهوية سريعة).

٣. الاستحمام في حوض الاستحمام والاعتسال والطهي وتجفيف الملابس

عند الشروع في ذلك، ابق الأبواب الداخلية مغلقة؛ حتى لا تتسرب الرطوبة إلى الغرف الأخرى واستخدم تهوية الصدمة بعد ذلك مباشرة مع استمرار إغلاق الأبواب الداخلية. عند تجفيف الملابس في الشقة، يجب أن تكون الغرفة المعنية جيدة الحرارة وأكثر تهوية.

معلومات مهمة عن الرطوبة التي ننتجها:

- لعب الأطفال (٥ ساعات): تقريبًا ١/٢ لتر
- النوم (حوالي ٧ ساعات / شخصان): تقريبًا ١/٢ - ٣/٤ لتر
- متوسط إطلاق الرطوبة لعائلة مكونة من ٤ أشخاص في شقة حوالي ١٢ لترًا في اليوم = ٤٣٨٠ لترًا في السنة. ما يعادل ٤٠ - ٥٠ حوض استحمام كامل!
- ١٠ دقائق من الاستحمام باستخدام الدش: لتر ١/٢ . تق
- ٤٠ دقيقة استحمام في حوض الاستحمام: تر ١/٢ . تقر
- طهي الطعام ل ١-٤ أشخاص: لتر - ١/٢ تقر
- تجفيف الملابس على منشر غسيل: تقريبًا ٢ - ٨ لترات
- ٣ إصيص نباتات في اليوم: تقريبًا ١ لتر
- الأعمال المنزلية (٢,٥ ساعة): تقريبًا ١/٢ لتر

لتنظيم الرطوبة في شقتك، استخدم جهاز قياس الرطوبة مع تعليمات التهوية. تبلغ نسبة رطوبة الهواء المثلى والصحية للإنسان حوالي ٥٠٪. يجد العفن والعث وكذلك الكائنات الحية الدقيقة الأخرى بيئة مناسبة للحياة عندما تكون نسبة الرطوبة حوالي ٦٠٪ فيما فوق ذلك