

**Zeitschrift:** Wohnen

**Herausgeber:** Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

**Band:** 64 (1989)

**Heft:** 9

**Artikel:** Richtig heizen ist gesünder und billiger

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-105682>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 04.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Für das Wohlbefinden des Menschen ist ein behagliches Raumklima notwendige Voraussetzung, hat es doch unmittelbare Auswirkungen auf die Gesundheit und Leistungsfähigkeit jedes einzelnen. Die Behaglichkeit hängt aber nicht allein von der Raumtemperatur ab, sondern ebenso vom Feuchtigkeitsgehalt der Luft. Temperatur und Luftfeuchtigkeit sollten daher regelmässig mittels Thermometer und Hygrometer überprüft und entsprechend reguliert werden.

Natürlich bestehen bezüglich der Wärme unterschiedliche Ansprüche. Den persönlichen Wünschen aller Bewohner kann jedoch, vor allem in Mehrfamilienhäusern, kaum gleichzeitig entsprochen werden. Die Fachleute sind sich aber einig, dass die Temperaturen von bewohnten Räumen innerhalb der sogenannten Behaglichkeitsgrenzen liegen müssen. Für das Wohnzimmer zum Beispiel wird eine Temperatur von 20 bis 21 Grad als angemessen betrachtet; im Schlafzimmer dagegen genügen Werte um 18 Grad. Die als angenehm empfundenen Temperaturen sind um so niedriger, je grösser die Aktivität und je wärmer die Bekleidung ist.

### Bewegung und Kleidung

Die körperlichen Aktivitäten sind in Wohnräumen bekanntlich eher gering. Deshalb ist es wichtig, sich so zu kleiden, dass man weder friert noch schwitzt. Genauso wie sich im Freien jeder nach seinem Gutdünken kleidet, muss er auch in beheizten Räumen selber die ideale Kleidung fin-

den. Grundsätzlich falsch ist es jedoch, die Heizung voll aufzudrehen und die Raumtemperatur übermäßig anzuheben, um auch im tiefsten Winter im Poloshirt und ohne Strümpfe und Socken im Wohnzimmer herumsitzen zu können. Ein solches Verhalten entbehrt jeder Vernunft und unterläuft alle Bestrebungen für eine massive Energienutzung und Verminderung der Umweltbelastung.

### Wohldosierte Luftfeuchtigkeit

Massgebend für das Wohlbefinden im Winter ist aber ebenso die Luftfeuchtigkeit in der Wohnung. Eine zu trockene Raumluft erhöht die Anfälligkeit für Erkältungen. In geheizten Räumen sollte die relative Luftfeuchtigkeit 40 bis 45 Prozent betragen. Werte unter 30 bis 35 Prozent werden als unangenehm empfunden und können zu Reizungen der Schleimhäute in den Atemwegen führen. Eine zu geringe Luftfeuchtigkeit bewirkt auch übermässige Staubbildung und unangenehme elektrostatische Aufladungen. Ist hingegen die Raumluft zu feucht, besteht die Gefahr von Kondenswasserschäden. Um Bauschäden und die Ausbreitung von Schimmel, Pilzen und Ungeziefer zu vermeiden, sollte die relative Luftfeuchtigkeit nicht über 50 bis 55 Prozent liegen.

Feuchtigkeit entsteht im Innern eines Hauses vor allem beim Waschen, Baden, Duschen oder Reinigen mit Wasser. Luftbefeuchter, Pflanzen, Tiere und die Bewohner selber setzen ebenfalls Wasserdampf frei. Die Raumluft kann allerdings nicht beliebig viel Wasser aufnehmen. Überschüssige Feuchtigkeit dringt in die Wände ein oder bildet Kondenswasser an Fensterscheiben, Wasserleitungen und Metallteilen.

WWi

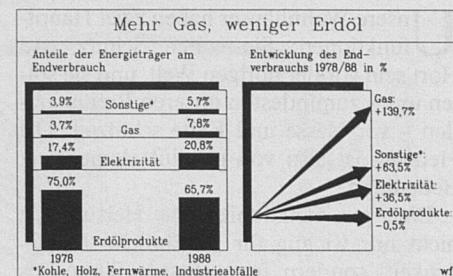
### Spartips:

Richtiges Heizverhalten ist heute wichtiger denn je. Hier sind die wichtigsten Grundregeln zum Sparen von Heizenergie:

1. Raumgerecht heizen: Für jeden Raum wählt man die Temperatur, die seiner Nutzungsart entspricht. (1 °C Raumtemperatur weniger spart 6% Heizkosten!)
2. Nur kurz, dafür intensiv lüften.
3. Sich vernünftig und zweckmäßig kleiden.
4. In der Nacht Rolläden oder Fensterläden schliessen.
5. Fremdwärme nutzen.
6. Wärmeabgabe der Heizkörper fördern: Vorhänge und Gegenstände vor Heizkörpern vermeiden.

### Andauernde Abhängigkeit vom Erdöl

Der *Schweizerischen Gesamtenergiestatistik 1988* ist zu entnehmen, was die Grafik der *Wirtschaftsförderung* (Zürich) darstellt; grosse Veränderungen zwischen 1978 und 1988 zeigt sie nicht. Die Zunahme des Gasverbrauchs war zwar prozentual steil, doch ist der Anteil des Gases am gesamten Energieverbrauch 1988 mit 7,8 Prozent immer noch relativ unbedeutend.



Bedenklich ist nach wie vor der Gesamtverbrauch von Erdölprodukten: Der Abnahme des Brennstoffes stand eine massive Zunahme des Treibstoffes gegenüber.



Weiterbildungskurse  
des Schweizerischen Verbandes  
für Wohnungswesen

### Heiz- und Nebenkostenabrechnung

Samstag, 4. November 1989, 9.30 bis etwa 16 Uhr

Ort: Zürich. Durchführung nur bei ausreichender Teilnehmerzahl. Kurslokal wird später bekanntgegeben.

Leitung: F.M. Horta, lic. iur.

### Das Kursziel:

Rechtliche und praktische Einführung in die Erstellung einer Heiz- und Nebenkostenabrechnung:

- Pauschale und Akontozahlung,
- Mieterreinsicht in die Belege,
- Kostenaufteilung,
- rechtliches Vorgehen bei einer allfälligen Anfechtung der Heizkostenabrechnung,
- Heiz- und Nebenkostenabrechnung während der Heizperiode.

Die Themen werden anhand von Präsentationen, Gruppenarbeiten (in kleinen Gruppen diskutiert), Übungen und Plenumsdiskussionen behandelt, so dass auch breiter Raum für einen gegenseitigen Erfahrungsaustausch vorhanden ist.

Aus organisatorischen Gründen ist die Teilnehmerzahl beschränkt. Kurskosten: Fr. 140.– inkl. Mittagessen

Anmeldung: Bis 16. Oktober 1989 an SVW-Geschäftsstelle, Bucheggstrasse 109, 8057 Zürich, Tel. 01/362 42 40