

Aushang

## LÜFTUNGSEMPFEHLUNG für Gemeinschaftsräume

Gruppen-, Unterrichts- und Gemeinschaftsräume, in denen sich viele Personen einen relativ kleinen Luftraum teilen, sollten zur Sicherstellung einer unbedenklichen Raumluftqualität in der Regel wie folgt gelüftet werden:

### WANN LÜFTEN?

- vor Nutzungsaufnahme
- mehrmals während der Nutzungszeit: in Kita nach circa 60 Minuten und in Schule nach etwa 20-25 Minuten
- in den Nutzungspausen
- nach Nutzungsende

### WIE LÜFTEN?

- möglichst intensiv (Querlüftung)

#### In der Heizperiode

- mindestens 2 Fenster oder Türen, die weit auseinander liegen, voll öffnen; sofern vorhanden zusätzlich gegenüberliegende Fenster oder Oberlichter öffnen
- Dauer: 5 bis 10 Minuten
- Kipplüftung ist nicht ausreichend

#### Außerhalb der Heizperiode

- Fenster dauerhaft kippen oder möglichst voll öffnen
- Fenster nur dauerhaft gekippt?  
Kita: stoßlüften nach 90 Minuten  
Schule: stoßlüften nach 45 Minuten
- Dauer: 15 Minuten

**Ziel:** die Raumluft in einer Lüftungsphase einmal komplett auszutauschen

### WAS HILFT?

- halten Sie Fensterbänke frei
- ein Lüftungsdienst
- die Verwendung eines Timers/Weckers, der an das regelmäßige Lüften erinnert
- leihen Sie unsere Luftgüteampel, Telefon 361-15190

### WAS SONST?

Werden Räume mit entsprechender Belegungsdichte nicht ausreichend gelüftet, können unter anderem Kopf- und Halsschmerzen, Schwindel, Konzentrationsschwäche, Infektionskrankungen und hierdurch die Zahl der Fehltage zunehmen.

---

Für **Rückfragen** stehen wir gerne zur Verfügung:

Geschäftszimmer, Marina Kruse, Telefon 0421 361-15190, [umwelthygiene@gesundheitsamt.bremen.de](mailto:umwelthygiene@gesundheitsamt.bremen.de)