

## LÜFTUNGSEMPFEHLUNG für Gemeinschaftsräume

In Gruppen-, Unterrichts- und Gemeinschaftsräumen teilen sich viele Personen einen relativ kleinen Luftraum. Die Räume sollten zur Sicherstellung einer unbedenklichen Luftqualität wie folgt gelüftet werden:

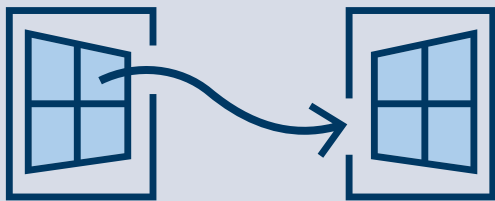
### WANN LÜFTEN?

- 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

### WAS HILFT?

- halten Sie Fensterbänke frei
- ein Lüftungsdienst
- die Verwendung eines Timers/ Weckers, der an das regelmäßige Lüften erinnert
- leihen Sie unsere Luftgüteampele, Telefon 0421 361 151 90

### WIE LÜFTEN?



### Möglichst intensiv lüften (Querlüftung)

**Ziel: die Raumluft in einer Lüftungsphase einmal komplett austauschen!**

#### 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 dauerhaft gekippt? Dann zusätzlich:
  - Kita: stoßlüften nach 90 Minuten
  - Schule: stoßlüften nach 45 Minuten
- Dauer: 15 Minuten



### WAS SONST?

Werden Räume mit vielen Menschen nicht ausreichend gelüftet, können unter anderem verstärkt Kopf- und Halsschmerzen, Schwindel, Konzentrationsschwäche sowie Infektionserkrankungen auftreten. Die Zahl der Fehltag kann zunehmen.

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

Telefon 0421 361 151 90, [umwelthygiene@gesundheitsamt.bremen.de](mailto:umwelthygiene@gesundheitsamt.bremen.de)