

SO SORGST DU FÜR EIN OPTIMALES RAUMKLIMA



Temperaturregulierung durch gezieltes Lüften

Stoss- und Querlüften: Fenster sollten in den frühen Morgenstunden vollständig geöffnet werden, um kühle Luft hereinzulassen. Ein Querlüften während der Pausen oder Arbeitspausen erhöht die Luftzirkulation und senkt die Raumtemperatur. Es wird empfohlen, mindestens alle 20 Minuten eine kurze Lüftungspause einzulegen.

Optimale Fenstersteuerung: Räume auf der sonnenzugewandten Seite sollten während der Mittagszeit geschlossen bleiben, um die Aufheizung zu minimieren.

Verbesserung der Luftzirkulation

Die Verwendung von Stand- oder Tischventilatoren kann die Luftbewegung im Raum fördern und so die gefühlte Temperatur senken. Diese Geräte sollten strategisch aufgestellt werden, um eine gleichmässige Luftverteilung zu gewährleisten.

Effiziente Standventilatoren sind auf topten.ch gelistet. Gerne unterstützen wir auch beim Kauf von CO₂ Ampeln. Für Fragen und Auskünfte wende Dich an fm@thun.ch oder an die Hauswartung auf der Anlage.



Überwachung der Raumluftparameter

CO₂-Werte kontrollieren: Um eine gute Luftqualität zu gewährleisten, sollten die CO₂-Werte regelmässig überprüft und unter 1000 ppm gehalten werden. Der Einsatz von CO₂-Ampeln kann visuelle Hinweise für notwendige Lüftungsmassnahmen geben.

Raumtemperatur und Luftfeuchtigkeit: Die ideale Raumtemperatur liegt zwischen 20 °C und 22 °C. Die relative Luftfeuchtigkeit sollte zwischen 40 % und 60 % gehalten werden, wobei eine absolute Feuchtigkeit von maximal 12 g/m³ nicht überschritten werden sollte.



Anpassung des Tagesablaufs

Flexible Stunden- und Arbeitsplanung: Bei hohen Temperaturen sollten anspruchsvolle Aufgaben oder Tätigkeiten, die körperlich anstrengend sind, in die kühleren Morgenstunden verlegt werden. Weniger anspruchsvolle Aufgaben können in den Nachmittag verschoben werden.

Hydration sicherstellen: Alle Personen sollten ermutigt werden, regelmässig Wasser zu trinken. Wenn möglich, sollten Trinkstationen eingerichtet werden, um eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu erleichtern.

