

Wir. Heißen. Sanierung.

Ausgabe
Sommer
2021



DAS TEAM

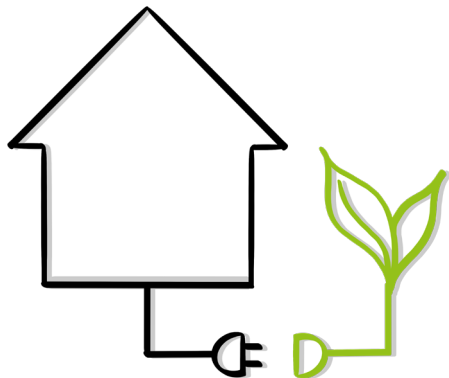
In Heißen-Süd arbeitet ein interdisziplinäres Projektteam des Instituts für lebenswerte und umweltgerechte Stadtentwicklung (In-LUST) der Hochschule Düsseldorf an der Umsetzung des integrierten Quartierskonzeptes, im Auftrag der Stadt Mülheim an der Ruhr und in Kooperation mit der medl GmbH.

Das In-LUST hat schon mehrere Veranstaltungen im Quartier durchgeführt.



ENERGIEFIBEL

Die Sommerausgabe des Magazins steht im Fokus der Sensibilisierung der im Heft angesprochenen Themen. Es soll nicht belehrend, sondern informativ sein. Wenn man etwas für die Umwelt machen möchte, aber nicht genau weiß, wo man anfangen soll, gibt die Energiefibel einen kleinen Anstoß an alltäglichen Dingen, die anders gemacht werden können.



UMWELTSPAZIERGANG

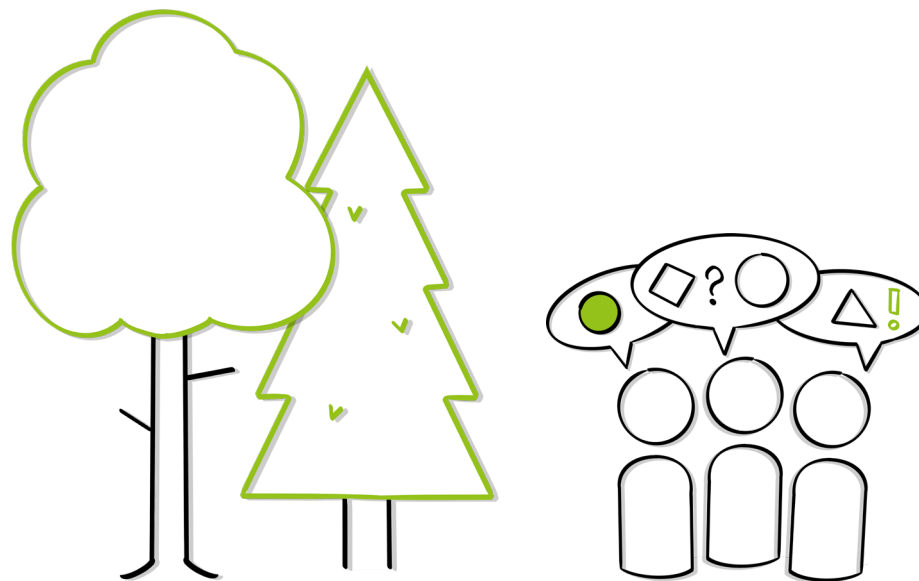
eine geführte Tour durch die lebenswerte (?) Stadt begleitet von Luftschadstoffmessungen

Am 13. September lädt das In-LUST zum Umweltspaziergang in Heißen-Süd ein, begleitet von Frau V. Toscano und Herrn Pohl (In-LUST/HSD) sowie Frau Schwerda (Quartierspunkt Heißen-Süd). In einem kleinen Grüppchen werden zu Fuß Orte im Quartier besichtigt, welche aus unterschiedlichen Blickwinkeln (unter städtebaulichen, sozialen oder umwelttechnischen Aspekten) gut oder eben auch nicht gut gelöst oder umgesetzt wurden. Begleitend dazu werden verschiedene Luftschadstoffe gemessen, um so ein direktes Feedback zu erhalten, wie eine durchdachte Stadtentwicklung lebenswerte und umweltgerechte Räume in einer Stadt schaffen kann. Der Spaziergang findet draußen und unter Beachtung der Corona-Regeln statt. Anmeldung und das Mitbringen eines Mund-Nasen-Schutzes sind erforderlich.



13. September | 17 – 19 Uhr | Treffpunkt: Bekanntgabe bei Anmeldung

Informationen zur Anmeldung finden Sie auf der letzten Seite.



HEIZEN

Wie kann ich Wärmeenergie sparen?

- o elektronisches Heizkörperventil; kann programmiert werden und so zu bestimmten Zeiten automatisch verschiedene Wunschtemperaturen einstellen. Wenn tagsüber niemand im Haus ist, kann die Heizung so Energie sparen und die Räume passend zum Feierabend heizen.
- o Grundwärme von 16°C in der winterlichen Heizperiode beibehalten und Räume nicht vollständig auskühlen lassen; sonst muss mehr Energie aufgewendet werden, um den Raum wieder zu erwärmen
- o Türen von wärmer beheizten Räumen schließen!

Was kann ich tun?

- o Heizkörper regelmäßig entlüften
- o Heizung nicht mit Möbeln zustellen oder mit Wäsche behängen
- o Thermostat nicht mit Vorhängen bedecken, sonst kann der Fühler die Raumtemperatur nicht richtig messen
- o Raumtemperaturen reduzieren = Energiesparen

Wie stelle ich die Heizung richtig ein?

o **BAD**

am Tag : 20 - 24°C
in der Nacht: 16°C

o **KÜCHE**

am Tag : 20°C
in der Nacht: 16°C

o **WOHNZIMMER**

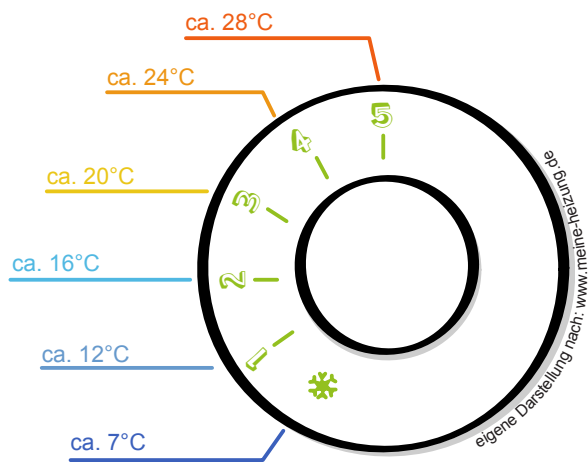
am Tag : 20°C
in der Nacht: 16°C

o **SCHLAFZIMMER**

am Tag : 16°C
in der Nacht: 20°C

o **FLUR**

durchgehend 12 - 16°C



HEIZEN

THERMOSTATEINSTELLUNG

Wichtig zu wissen ist, dass die Heizung **NICHT** schneller warm wird, wenn man sie auf Stufe 5 stellt. Sie benötigt die gleiche Zeit zum Warmwerden, wie wenn man sie auf Stufe 3 stellt. Der große Unterschied ist allerdings, dass die Heizung auf Stufe 5 Energie verschwendet, da sie auf 28°C aufheizt und somit den Wunschwert übersteigt. Eine Reduzierung der Wunschtemperatur um 1°C verringert den Energieverbrauch um etwa 6%.

LÜFTEN

Verhalten von Luftfeuchtigkeit:

- warme Luft speichert viel Feuchtigkeit, im Gegenzug gibt die Luft die Feuchtigkeit beim Erkalten wieder an die Umgebung ab
- Feuchtigkeit setzt sich an Fenster, Möbel und Wände ab (beschlagene Fenster im Winter, beschlagener Spiegel im Bad)
- beim Lüften zieht Feuchtigkeit hinaus, beim Heizen bleibt sie in der Luft; sie „verdampft“ also nicht!

Warum sollte ich Lüften?

- Luftaustausch zur Vorbeugung von Schimmel
- Schaffung eines gesunden Wohnklimas
- feuchte Luft nach Duschen, Baden und Kochen sofort austauschen bevor sich die Feuchtigkeit in die Wände setzt und dort über Zeit Schimmel verursacht
- Abfuhr von CO₂ gewährleisten (Kohlenstoffdioxid)

40-55% LUFTFEUCHTIGKEIT SIND OPTIMAL

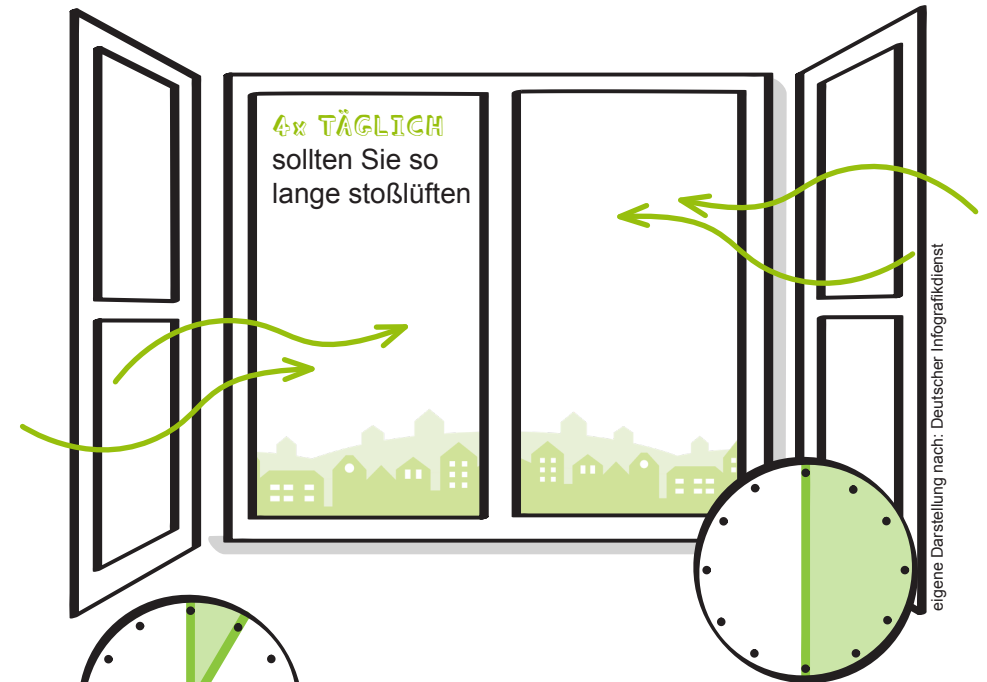
Wie wird (vor allem im Winter) richtig gelüftet?

- mehrmals am Tag Stoß- und Querlüften (mind. morgens und abends)
- abhängig von Außenluftzustand und Aktivität innerhalb der Wohnung
- direkt nach dem Kochen, Duschen oder Baden
- **WICHTIG:** „Dauerkipp“ hat **keinen** Lüftungseffekt!

Vorgehensweise:

- Stoßlüften (wann und wie lange? → siehe rechte Seite)
- richtiger Luftaustausch nur durch komplett geöffnetes Fenster bzw. Durchzug möglich
- Heizung aus während des Lüftens, da sonst eine Wärmebarriere entsteht und die Luft nicht entweichen kann
- Möbel mit mind. 10 cm Abstand zur Wand aufstellen um so Luftzirkulation ermöglichen, sonst Schimmelgefahr!
- (Hygrometer als technische Unterstützung nutzen)

LÜFTEN



5 MINUTEN
Januar, Februar & Dezember

10 MINUTEN
März & November

15 MINUTEN
April & September

30 MINUTEN
Juni, Juli & August

20 MINUTEN
Mai & Oktober

STROMSPAREN

Wie kann ich Strom eingesparen?

ZU HAUSE

- Licht ausschalten in nicht genutzten Räumen, unnötige Lichtquellen meiden
- bei Neukauf: Energievergleich von elektrischen Geräten
- Ladegeräte nach Laden aus der Steckdose ziehen
- Wechsel zu LED-Lampen

KÜCHE

- ein leerer Kühlschrank verbraucht mehr Energie als ein voller (im Urlaub nach Möglichkeit ausschalten oder leere Fächer mit leeren Behältern und Dosen füllen = so wird mehr Luft verdrängt, die gekühlt werden muss)
- Kühlschrank/Gefrierschrank regelmäßig abtauen und nicht direkt neben warmen Geräten platzieren
- zum Aufwärmen von kleinen Speisemengen Mikrowelle nutzen
- nur benötigte Menge Wasser verwenden und nach Möglichkeit im Wasserkochen vorerhitzen (nicht bei Induktion)

WASCHEN UND TROCKNEN

- bei niedrigen Temperaturen waschen
- Geräte regelmäßig entkalken bzw. reinigen
- Wäscheständer oder Programm „Schranktrocken“ verwenden

UNTERWEGS ODER BEI DER ARBEIT

- Treppe statt Aufzug nutzen
- Energiesparmodus für mobile Endgeräte (Laptop, PC, Handy)
- Bildschirmhelligkeit reduzieren (auf 50-75%)



ZUM TESTEN: Wie viel Strom wird in meiner Abwesenheit verbraucht?

Wenn Sie in den Urlaub fahren, könnten Sie vor der Abfahrt Ihren Stromzählerstand ablesen und notieren. Vergleichen Sie diesen Wert mit dem Zählerstand bei Ihrer Rückkehr. So können Sie erkennen, wie viel Strom Ihre Geräte bei Ihrer Abwesenheit verbrauchen.



STROMSPAREN



eigene Darstellung nach: Zukunft Altbau

1. BÜRO

- Ladegeräte aus der Steckdose nehmen
- Energiesparmodus verwenden und Bildschirmhelligkeit reduzieren

2. SCHLAFZIMMER

- nicht genutzte Räume nicht beleuchten

3. KÜCHE

- Kühlschrank separat stellen
- Backzeit verlängern, statt vorheizen
- Wasch- und Spülgeräte nur vollständig befüllt nutzen und ECO-Programme nutzen

4. WOHNZIMMER

- Geräte vollständig ausschalten statt Stand-By
- Kippschalter verwenden

5. STROMERZEUGUNG

- Öko-Strom selbst erzeugen oder beim Stromanbieter beziehen

BASTELANLEITUNG

einfache Anleitung für ein Bienen-Dosenhotel

Was wird benötigt:

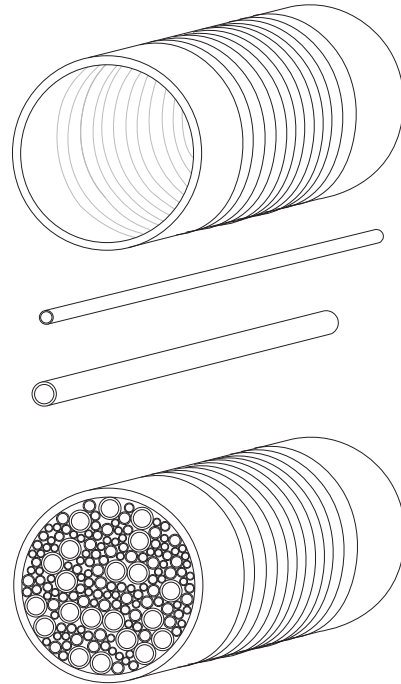
- Strohhalme (am besten aus Papier)
- Pappröhrchen
- Schere
- ausgewaschene Konservendose
- Heißklebepistole
- Gummibänder
- Hilfe von einer erwachsenen Person

1. Röhrchen auf die richtige Länge mit einer Schere kürzen. Diese sollten in etwa die Länge der Konservendose haben. Falls sie mal länger oder kürzer sind, ist das kein Problem!

2. Dann kannst du anfangen die Röhrchen in der Dose zu platzieren. Das machst du, in dem du mit der Heißklebepistole Tropfen auf die Röhrchen machst und sie zusammenklebst. Pass hier nur bitte auf und hole dir eventuell Hilfe von einer erwachsenen Person.

3. Schon ist das Hotel fertig!

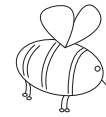
Damit die Konservendose nicht mehr rumrollt, kannst du zwei Röhrchen an der Dose mit einem Gummiband fixieren.



Das Bienenhotel kannst du auf dem Balkon, im Vorgarten oder auch in eurem Garten platzieren. Die Dose sollte wettergeschützt sein. Wichtig ist außerdem, dass die Pappröhrchen/Strohhalme keine ausgefransten Kanten haben, sonst werden die Flügel der Biene beschädigt.

Erwarte nicht sofort, dass das Hotel bevölkert wird. Es muss sich erstmal unter den Bienen rumsprechen, dass es das gibt.

Löcher- und Scherenbienen werden es lieben!



AUSMALBILD



Was für Insekten siehst du und wie viele von ihnen kannst du zählen?

Lösung: 4x Ameise, 4x Biene, 1x Grashüpfer, 1x Schmetterling

Solche Streublumenwiesen sind wichtig für Insekten. Denn nur hier fühlen sie sich pudelwohl und haben genug Versteckmöglichkeiten vor Fressfeinden. Denn nur eine vielfältige Flora lockt viele verschiedene Tiere an. Steingärten und gemähte Wiesen bieten Insekten keinen Lebensraum, da sich hier weder Nahrung noch eine insektenfreundliche Umgebung findet.

Je „wilder“ und naturbelassener ein Garten ist, desto besser ist er für die Umwelt. So wird ein kleiner Zufluchtsort für Insekten und Tiere in der für sie sonst sehr befremdlichen Menschenwelt geschaffen.

Kommende Veranstaltung

Umweltspaziergang - eine geführte Tour durch die lebenswerte (?) Stadt begleitet von Luftschadstoffmessungen

13. September | 17 – 19 Uhr | Treffpunkt: Bekanntgabe bei Anmeldung

Geführte Besichtigung von Orten im Quartier, welche aus unterschiedlichen Blickwinkeln (städtebaulichen, sozialen oder umwelttechnischen Aspekten) gut oder eben auch nicht gut umgesetzt wurden. Begleitend dazu werden verschiedene Luftschadstoffe gemessen, um so ein direktes Feedback zu erhalten, wie eine durchdachte Stadtentwicklung lebenswerte und umweltgerechte Räume in einer Stadt schaffen kann. Der Spaziergang findet draußen und unter Beachtung der Corona-Regeln statt. Anmeldung und das Mitbringen eines Mund-Nasen-Schutzes sind zur Teilnahme erforderlich. Bei Dauerregen wird der Umweltspaziergang um eine Woche nach hinten verschoben.

Bei leichtem Regen können Regenschirme gestellt werden.

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich bis zum **08.09.2021** unter Angabe Ihrer Kontaktdaten (Name, Adresse, Telefonnummer/E-Mail-Adresse) an.

E-Mail: info.lust@hs-duesseldorf.de

Telefon: 0211 / 4351 - 2610

Die Teilnahme ist **kostenfrei**.



Quartierspunkt

Hochschule Düsseldorf
University of Applied Sciences

HSD

Institut für lebenswerte und umweltgerechte Stadtentwicklung
Institute for Sustainable Urban Development

IN-LUST

**Falls Sie Fragen oder Anregungen haben,
melden Sie sich gerne bei uns unter:**

**In-LUST Institut für lebenswerte und
umweltgerechte Stadtentwicklung**

Hochschule Düsseldorf

info.lust@hs-duesseldorf.de

0211 / 4351 - 2610

lust.hs-duesseldorf.de/projekte/muelheim/home