



Schöne Stimmung, prima **Klima**

HELMUTH SANTLER

Die eigenen vier Wände mögen wir behaglich, gesund und schön: Ein gutes Raumklima braucht die richtige Raumtemperatur und Luftfeuchte, aber auch die passenden Lichtstimmungen, Farben und Materialien. Und zuallererst einen Plan.

„Planen, planen und vor allem zu Ende planen.“ Karin Heimerl, Einrichtungsplanerin und Farbberaterin, lebt davon zu wissen, wie sich frisch bezogene vier Wände in ein Zuhause mit behaglichem Raumklima verwandeln lassen. Rein technisch hieße das: 45 bis 60 Prozent Luftfeuchtigkeit bei ca. 21 bis 22 Grad Raumtemperatur. Für ein angenehmes Raumklima braucht es jedoch mehr: Die Stimmung im Raum. Diese ergibt sich durch geeignete Lichtsetzung, passende Farb- und Materialabstimmung, einen angenehmen Geruch und aus dem Verhältnis der Bewoh-

nerinnen und Bewohner zueinander. Stichwort: persönliche Bedürfnisse. Sorgfältige Planung über die gesamte Wegstrecke beginnt bei Karin Heimerl deshalb mit einer Frage: „Wie wollen Sie sich in Ihrer Wohnung fühlen?“ Ruhig und entspannt nach einem typischen Tag in der Stadt – laut, hektisch, dicht? Aktiv Hobbys pflegend? Oder haben Sie Natur, Ruhe und Entspannung ständig vor der Haustür und wollen abends Gäste empfangen und etwas erleben?

Wenn alle zukünftigen Nutzer*innen ihren emotionalen Zugang gefunden

und die gewünschten Raumfunktionen abgeklärt haben, geht es an den Reality Check: Welche Bedürfnisse und Funktionen können in welchen Räumen erfüllt werden? Wo sind Kompromisse nötig, worauf muss verzichtet werden? Ist eine Veränderung des Grundrisses, das Versetzen einer Tür oder einer Wand, eine Option? Und stünde dies in einem vernünftigen Verhältnis zur geplanten Nutzungsdauer? Last but not least: Gibt es eine ausgeprägte Abneigung gegen ein bestimmtes Material, eine Farbe, ein Muster oder was auch immer? Auch wenn sich Ihre Aversion

nicht begründen lässt, sollte sie berücksichtigt werden.

BODEN, WAND, DECKE ...

... sind zuerst an der Reihe. Schließlich handelt es sich dabei um nichts weniger als den Rahmen der Umgebung, in der wir uns größtenteils aufhalten werden: Wir verbringen unser halbes Leben zu Hause. Und das ist noch untertrieben.

Die baubiologische Generalempfehlung lautet: Bringen Sie möglichst viel Holz und Lehm in Ihr Leben, holen Sie sich quasi den Wald ins Haus! Holz fühlt sich warm an, es ist feuchteausgleichend, antistatisch, diffusionsoffen. Allerdings nur, wenn der schöne, natürliche Werkstoff nicht hinter einer Versiegelung verschwindet. Öle ziehen ins Holz ein und bilden eine offenporige Imprägnierung, auch Hartöle bleiben trotz Aushärtung diffusionsoffen. Lacke hingegen härten als luftdichte Schicht über dem Holz aus. Worauf Sie dann stehen, sieht zwar wie ein Holzboden aus, trägt aber wenig bis nichts zu einem verbesserten Raumklima bei. Ja, geöltes Vollholz braucht viel Pflege und regelmäßige Auffrischung, ist bei entsprechender Behandlung auf lange Sicht dem versiegelten Parkett aber sogar an Haltbarkeit deutlich überle-

gen. Ist der Lack nämlich einmal beschädigt, kann ihn Feuchtigkeit unterwandern. Das Holz verfärbt sich grau. Und anders als geölter Boden lässt sich versiegelter nicht partiell renovieren – der gesamte Lack muss abgeschliffen und ersetzt werden.

Eine baubiologisch ebenso empfehlenswerte Holzbodenalternative ist Linoleum, bestehend aus Leinöl und Naturharzen sowie Füllstoffen (Holz-, Korkmehl, Kalksteinpulver) auf einer Trägerschicht aus Jutegewebe. Der elastische, widerstandsfähige Bodenbelag ist leicht fungizid und bakteriostatisch, was ihn bei erhöhten Hygieneanforderungen zur ersten Wahl macht. Auch ist er einfach zu verlegen und zu reinigen, preislich günstiger als Parkett und in verschiedensten Farben erhältlich. Schließlich brauchen noch die Küche und Bad und WC einen Bodenbelag. Die Einrichtungsplanerin rät zu „Fliesen, auch Zementfliesen oder Feinsteinzeug“.

DER LEHM UND DIE EHEHARMONIE

Die Nummer eins für ein behagliches Raumklima ist Lehm, mit dem sich Holz bestens verträgt. Besonders im Schlafzimmer: Ein Vollholzbett, geöltes Parkett und eine Lehmwand verbünden sich de facto zu einer kosten-

und wartungsfreien Klimaanlage, die Temperatur und Luftfeuchte im Raum stets im behaglichen Bereich hält – im Winter warm und nicht zu trocken, im Sommer kühl und nicht zu feucht. Massivholz und Lehm neutralisieren darüber hinaus Gerüche, filtern Schadstoffe aus der Luft und sorgen so für eine Atmosphäre von Frische und Reinheit. Karin Heimerl fügt hinzu: „Lehm sieht auch schön aus, lädt zum kreativen Gestalten ein und wirkt harmonisierend, und das schadet wohl in keiner Ehe. Ich spreche aus Erfahrung.“

Eine weitere ausgesprochen sympathische Eigenschaft des Lehms: Jedes Bisschen hilft. Soll heißen, wenn das Budget für das Verputzen aller Wände mit Lehm nicht reicht, macht man eben nur eine Wand bzw. lässt sie machen – die grundlegenden Lehmputztechniken lassen sich aber durchaus in einem guten Wochenend-Workshop erlernen. Oder man wählt mit Lehmbauplatten die Instantvariante, die kaum mehr handwerkliches Geschick erfordert als das Aufhängen eines Bildes.

KALK WIDER DEN SCHIMMEL

Kalkputz ist ebenso diffusionsoffen und feuchteausgleichend und trägt

SPÜREN, WAS WIRKLICH GUT TUT.

Gesund schlafen. Natürlich zuhause.



Für erholsame Nächte
**Schadstoffgeprüfte
Massivholzbetten & Naturmatratzen**

www.allnatura.at



zu einem guten Raumklima bei. Er nimmt dabei Wasser besonders schnell auf, sodass oberflächliche Feuchtigkeit nie lange stehen bleibt. Kalkputz ist beim baubiologischen Bauen erste Wahl für die Außenfassade – ist aber Feuchtigkeit innen ein Thema, könnte allein Kalkputz schon die Lösung sein. So kann sich Schimmel in feuchten und/oder schlecht belüfteten Räumen schon durch Kondensation bilden, es braucht dafür keine vom Boden ausgehende Mauerfeuchte. In solchen Fällen ist der stark alkalische und oberflächentrockene Kalkputz ein wirksames Mittel, ganz ohne Chemie oder unerwünschte Nebenwirkungen. Ist allerdings die Mauer vom Boden her durchfeuchtet, muss grundlegend und professionell saniert werden, um Bauschäden vorzubeugen.

Egal, ob Holz, Lehm oder Kalk dominieren: Schafwolle ist eine passende Ergänzung. Auch sie bindet Schadstoffe aus der Luft und kann viel Feuchtigkeit aufnehmen, schützt so Bauteile vor Feuchteschäden und reguliert das Raumklima. Nebenbei dämmt sie hervorragend und absorbiert Tritt- ebenso wie Luftschall. Je nach Situation und Bedarf unter das

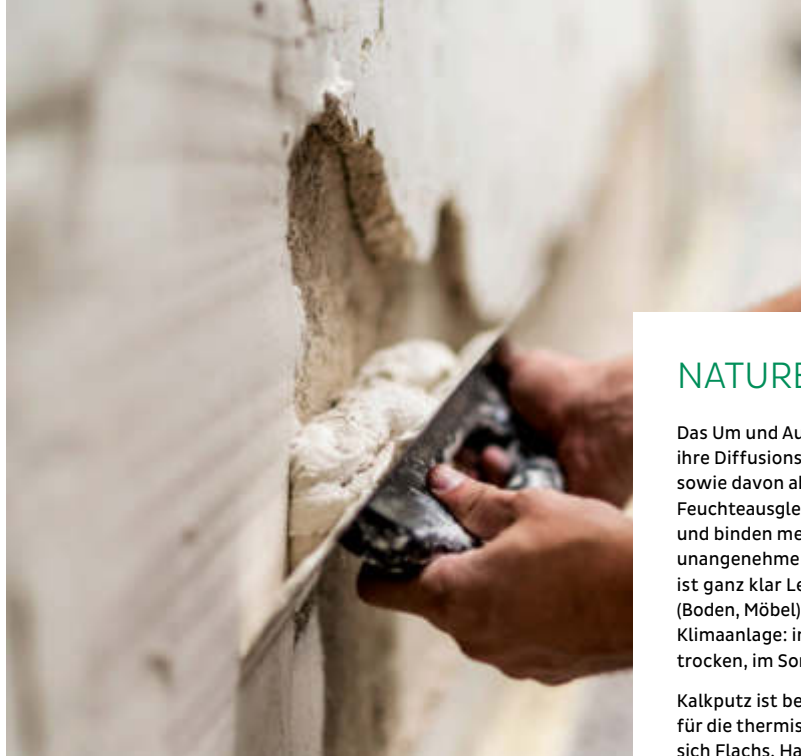
Parkett gestopft, als Dämmmatte hinter den Lehmbauplatten angebracht, als Akustikpaneel mit dem Fokus auf die Lärminderung montiert, als Wandbehang oder Teppich erfüllt Wolle in ihren diversen Erscheinungsformen immer eine oder mehrere bauphysikalische Funktionen und ist darüber hinaus ein vielseitiges Gestaltungsmittel. Geht es nur um bessere Wärmedämmung, kommen auch Hanf, Flachs oder Zellulose infrage.

WEISS IST EINE FARBE

Womit – bevor es ans Einrichten geht– nur mehr das Ausmalen bleibt, wenn es doch keine Lehmwand geworden ist, die „en nature“ eine Schönheit und raumklimatisch am effektivsten ist. „Ein baubiologisch wertvoller Anstrich gibt keine Schadstoffe ab, lädt sich nicht elektrostatisch auf und ist wasserdampfdurchlässig“, fasst die Umweltberatung zusammen. Die optimale Materialwahl hängt vom Untergrund sowie, mit Blick vor allem auf die Überstreichbarkeit, von der Nutzungsdauer ab und verlangt nach fachkundiger Einschätzung. Zur Auswahl stehen Kalk-, Silikat-, Kreide- und Ölfarben. Letz-

tere sind überwiegend auf Leinölbasis, es gibt aber zum Beispiel Produkte auf Sojaölbasis, die mit Wasser mischbar sind. Sie sind einfacher zu verarbeiten, die Werkzeugreinigung ist problemlos und es besteht keine Gefahr der Selbstentzündung von getränkten Lappen. Auch Naturharzdispersionen kommen infrage, lediglich von dicht abschließenden Kunstharzdispersionen (Silikon) ist abzuraten: Es ist gleichsam Plastik auf unserer dritten Haut.

Haben wir zu guter Letzt das passende Material gefunden, wird alles neutral in Weiß gestrichen. Neutral? Karin Heimerl widerspricht: „Auch Weiß ist eine Farbe und hat als solche eine psychologische Wirkung zwischen Reinheit und Sterilität.“ Farben können ungünstige Raumproportionen optisch ausgleichen, sie wirken sich auf die Stimmung aus, selbst wenn wir sie gar nicht bewusst wahrnehmen. Und: Sie funktionieren immer im Zusammenspiel, dem Farbklang. Die Basis der Farbpsychologie ist unsere evolutionäre Prägung auf die Steppe als Lebensraum: weiter, heller Himmel über einer Gras- und Buschlandschaft, darunter dunkle, feste Erde. Um Ihre Vorlieben herauszufinden, empfiehlt die



NATURBAUSTOFFE

Das Um und Auf aller Naturbaustoffe ist ihre Diffusionsoffenheit (sie „atmen“) sowie davon abgeleitet die Fähigkeit zum Feuchteausgleich. Sie sind antistatisch und binden meist auch Schadstoffe bzw. unangenehme Gerüche. Nummer eins ist ganz klar Lehm, zusammen mit Holz (Boden, Möbel) haben Sie eine veritable Klimaanlage: im Winter warm und nicht zu trocken, im Sommer kühl.

Kalkputz ist bei Schimmelgefahr angesagt, für die thermische Verbesserung bieten sich Flachs, Hanf, Zellulose und Schafwolle an. Letztere ist besonders vielseitig und auch gestaltend einsetzbar.

Wichtig ist, die Naturbaustoffe ihre Wirkung tun zu lassen: Parkette ölen, nicht versiegeln, bei Wandfarben auf Diffusions-offenheit achten (keine Kunstharzdispersionen).



Buchtip: GAWO-Group (Hg.), „Raumfühlend. Wege zu lebenswertem Wohnen und Arbeiten“. Wien 2021

Expertin, ein Bild Ihrer ganz persönlichen Wohlfühl-Landschaft zur Hand zu nehmen. Mittels einer Farbkarte lassen sich damit Ihre zwei bis drei Hauptfarben bestimmen. Ein guter Rat für die Umsetzung: „Weniger ist mehr. Ich spreche von dezenten Tönen und feinen Farbnuancen.“

LICHT AN!

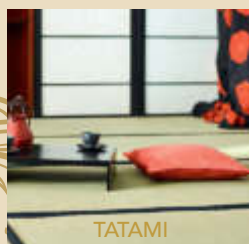
Licht und Stimmung sind untrennbar, wobei zwischen kalter Verhörbeleuchtung und Candle-Light-Dinner ein

überaus breites emotionales Spektrum abgedeckt werden kann. Wirkung und mögliche unerwünschte Nebenwirkungen sind enorm. Allgemein rät Karin Heimerl: „Setzen Sie viele verschiedene Leuchtkörper ein, um für verschiedene Situationen passende Lichtstimmungen erzeugen zu können.“ Damit können Sie nun endlich auf Ihr Sofa sinken und den Blick schweifen lassen. Wobei Ihnen natürlich das Fehlen von Pflanzen, Bildern, Vorhängen und sonstigen Wohnaccessoires auffällt... Nun, alles zu seiner Zeit! ←

Anzeige

SCHLAFEN UND WOHNEN MIT KULTUR.

TATAMI MATTEN | SHOJI SCHIEBEWÄNDE | NATURBETTEN | NATURMATRATZEN & LATTENROSTE



TATAMI



SHOJI



NATURBETTEN



NATURMATRATZEN & LATTENROSTE

