

Erst mal Luft holen

Vom leichten Kopfschmerz bis zur handfesten Allergie: Luftschadstoffe zu Hause, im Büro oder Klassenzimmer verursachen viele Beschwerden. Dagegen hilft vor allem Vorbeugen – und Lüften.

Geschlossene Fenster im Winter sind gut fürs Klima, verschärfen aber ein ganz anderes CO₂-Problem: den gemeinen Mief. In Innenräumen atmen wir bis zu dreimal mehr Kohlendioxid als draußen. Als unbedenklich gilt gerade mal das Doppelte des Außenwertes. Die Folgen: Konzentrationsmangel, Müdigkeit und Kopfschmerzen. Regelmäßiges Stoßlüften ist also wichtig, gerade in dicht belegten Räumen wie Klassenzimmern oder Büros. Noch besser ist eine Lüftung mit Wärmerückgewinnung. Preiswerte schachtfreie Anlagen können auch nachträglich eingebaut werden.

Im Sommer genügen meist gekippte Fenster für die Dauerzufuhr von Frischluft. Aber Achtung: An kühlen Bauteilen kann sich Luftfeuchte niederschlagen und zu Schimmel führen. Seine Sporen können krank machen und besonders Allergien auslösen. Darum besser bei nächtlicher Kühle lüften. Übrigens ist auch zu trockene Luft oft Ursache für Kopfwegh und gereizte Atemwege.

Schadstoffe vermeiden

Noch unbedenklicher als die eigenen »Abgase« ist der alltägliche Schadstoffcocktail der Dinge, die uns umgeben – von leicht oder schwer flüchtigen organischen Verbindungen über Formaldehyd und Ozon bis zu Feinstaub, Asbest, Pollen und Schimmelsporen. Risiken und Nebenwirkungen liegen je nach Material und Nutzung zwischen bedenklich und bedrohlich. Fleißiges Lüften senkt auch hier die Belastung, ersetzt aber nie die Vorbeugung: Bei allen Neubauten, Umgestaltungen und Renovierungen entscheidet die Materialwahl für Jahre oder gar Jahrzehnte über unser lufthygienisches Wohl oder Wehe.

Besonders genau sollten Sie Großflächiges wie Bodenbeläge, Möbel und Wandanstriche überprüfen. Löchern Sie dazu gerne auch den Händler: Er muss Auskunft darüber geben, ob seine Produkte bedenkliche Stoffe wie bestimmte Flammschutzmittel oder Weichmacher enthalten. Zuverlässiger sind bewährte Prüfsiegel

wie der Blaue Engel oder »natureplus«. Für Baustoffe empfiehlt sich das Siegel »Eco Institut«. Bei Teppichböden und Verlegeware können Sie den Labels »GUT« oder »EC 1« vertrauen.

Klare Verhältnisse schaffen

Leiden Sie unter chronischen Beschwerden, die in bestimmten Räumen verstärkt auftreten? Dann sollten Sie eine Raumluftmessung erwägen. Mit dem Ergebnis lässt sich beim Vermieter oder Arbeitgeber eine Sanierung weit überzeugender einfordern.

Qualifizierte Arbeit leisten die Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft ökologischer Forschungsinstitute e.V. Billig sind die Messungen aber nicht. Je nach Objekt, Zielsubstanzen und Verdachtslage müssen Sie zwischen 500 und 2000 Euro einkalkulieren. Bei einem Immobilienkauf hilft die Investition aber, ungesunde und teure Überraschungen zu vermeiden.

Zehn Tipps für gesunde Luft

- Schaffen Sie sich Lüfrituale – wie die Pause am offenen Fenster.
- Machen Sie das Rauchen in Innenräumen zum Tabu.
- Mit Teppichböden vermindern Sie die Belastung durch Feinstaub.
- Zimmerpflanzen, vor allem die kleinblättrigen, binden Staub und verbessern das Raumklima.
- Wechseln Sie regelmäßig den Feinstaubfilter im Sauger.
- Meiden Sie Böden, Möbel, Tapeten oder Vorhänge aus PVC (»Vinyk«), die Weichmacher abgeben.
- Setzen Sie Luftbefeuchter und Klimaanlage nur ein, wenn deren regelmäßige Reinigung möglich ist.
- Verwenden Sie lösemittelfreie Farben auf Naturbasis. Aber Vorsicht bei Allergien!
- Verzicht auf Duftspender wie Toilettensteine oder Sprays mit Lösungsmitteln.
- Wechseln Sie Tonerkartuschen behutsam aus und entfernen Sie verschütteten Tonerstaub mit einem feuchten Tuch.

Rat holen, nachlesen

- www.bund.net/gift-stoppen
- BUND-Jahrbuch »Ökologisch Bauen und Renovieren«: Tel. 07 11/96695-0, info@ziel-marketing.de (siehe S. 7)
- Adressen von Büros zur Luftraummessung plus eine Übersicht über Schadstoffe: www.agoef.de
- Kinderumwelt gemeinnützige GmbH: www.allum.de, Suchwort: »Innenraumluft«

Tino Schlagintweit



Reinhard Blumenschein

Politik und Pannenhilfe

Sind Sie Mitglied im ADAC? Dann interessiert es Sie vielleicht, dass der ADAC nicht nur Service leistet, wenn Ihr Auto eine Panne hat. Er macht im Namen seiner Mitglieder auch Politik. Und die steht den Vorstellungen des BUND von einer umweltfreundlichen Verkehrspolitik diametral entgegen.

Über 16 Millionen Mitglieder hat der Allgemeine Deutsche Automobilclub, kurz ADAC. Warum? Vor allem, weil er mit seinen »gelben Engeln« umfassenden Schutz in Notfällen verspricht. Er stellt Pannenhilfe und einen zuverlässigen Abschleppdienst in Aussicht, gegen Aufpreis auch im Ausland. Dazu wirbt er mit Urlaubsberatung, Karten oder Tipps für den Kauf eines Neuwagens um neue Mitglieder.

Auf seiner Homepage stellt sich der ADAC als reiner Serviceverband dar. Zu seiner verkehrspolitischen Arbeit muss man sich erst etwas durchklicken. Doch dann stößt man auf ein breites Aktionsspektrum: So fordert der ADAC mehr Geld für neue Straßen und einen maximalen Ausbau des deutschen Fernstraßennetzes. Er will niedrigere Mineralölsteuern, eine höhere Pendlerpauschale und die Förderung von Agrokraftstoffen (auch aus dem Anbau von Energiepflanzen in großen Monokulturen). Zudem kämpft er gegen strikte CO₂-Grenzwerte für Neuwagen, gegen die Pkw-Maut und Umweltzonen, die in dicht bevölkerten Innenstädten den Ausstoß von Ruß und Stickoxiden senken sollen, um vorzeitige Todesfälle und Lungenkrebs zu vermeiden. Fazit: Der ADAC ist einer der mächtigsten Gegenspieler all derer, die sich für eine an Umwelt und Gesundheit orientierte Verkehrspolitik einsetzen.

Machen wir uns nichts vor: Die Politik hört auf den ADAC als weitaus stärkste Vertretung der Autofahrer. Wer nicht möchte, dass seine Mitgliedsbeiträge in eine umweltfeindliche Lobbyarbeit fließen, sollte sich anders entscheiden.

Es gibt Alternativen

Glücklicherweise ist der Service des ADAC nicht konkurrenzlos. So bieten auch andere Automobil- und Verkehrsclubs Pannenhilfe und einen Abschleppdienst – Clubs, die ihren Mitgliedern mehr Horizont zugestehen als das Sichtfeld der Windschutzscheibe.

Der Automobilclub Europa (ACE) stellt seinen über sechs Millionen Mitgliedern ebenfalls eine Pannenhilfe und Notfallhilfe in Aussicht. Bei Fragen wie der CO₂-Minderung von Neuwagen oder beim Ausbau des Straßennetzes vertritt er moderate Positionen und verzichtet auf eine rein autozentrierte Lobbyarbeit.

Noch näher steht dem BUND der Verkehrsclub Deutschland. Der VCD wurde 1986 von Aktiven aus der Umweltszene als Alternative zu den herkömmlichen Automobilclubs gegründet. Der ökologische Verkehrsclub kümmert sich vor allem um den Fuß-, Rad-, Bus- und Bahnverkehr sowie um eine möglichst umwelt-

verträgliche Automobilität. Statt gelber Engel stehen VCD-Mitgliedern die Pannenhelfer und der Abschleppdienst der »silbernen Flotte« zur Seite. Dazu muss man sich nur für den passenden Schutzbrief entscheiden – der anders als beim ADAC nicht automatisch im Mitgliedsbeitrag enthalten ist. (Verständlich: Rad- oder Bahnfahrer, die Carsharing nutzen, benötigen keinen Abschleppdienst und sollen eine Pannenhilfe nicht mitfinanzieren müssen.) Als Umweltverband bietet der VCD seinen Mitgliedern für den Notfall Schutzbriefe



ADAC GT Masters

Als Mitglied des ADAC finanzieren Sie auch Autorennen und anderen »Motorsport«.

mit Öko-Bonus an. Umweltbewusste Autofahrer erhalten den Schutzbrief günstiger: Je besser die Schadstoffklasse ihres Autos, desto höher der Bonus, der von der Grundprämie abgezogen wird.

Unterm Strich bietet der ökologische VCD eine ähnliche Sicherheit im Pannenfalle wie der ADAC. Doch statt Betonpolitik und Autorennen fördern seine Mitglieder eine umwelt- und klimaverträgliche Verkehrspolitik. Mehr zum Angebot des VCD unter www.vcd.org und www.vcd-service.de.

Schließlich gibt es eine Vielzahl unabhängiger Pannenhilfe- und Abschleppdienste, bestimmt auch in Ihrer Nähe. Wofür auch immer Sie sich entscheiden – ganz auf der Strecke bleiben Sie in keinem (Not-)Fall.

Werner Reh

... ist der Verkehrsexperte des BUND in der Bundesgeschäftsstelle.