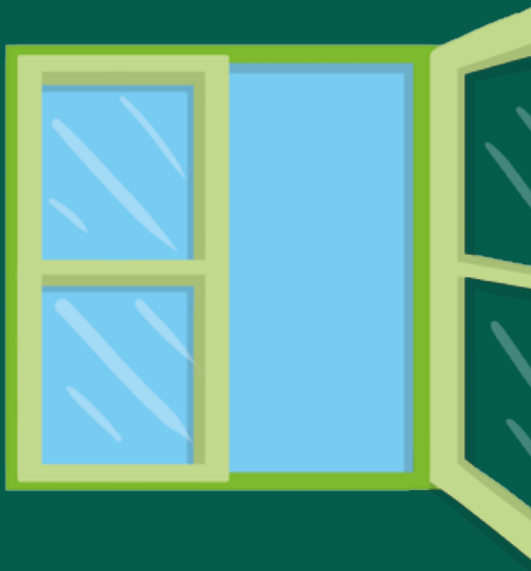
LEITFADEN HEIZEN & LÜFTEN



BUND
FRIENDS OF THE EARTH GERMANY

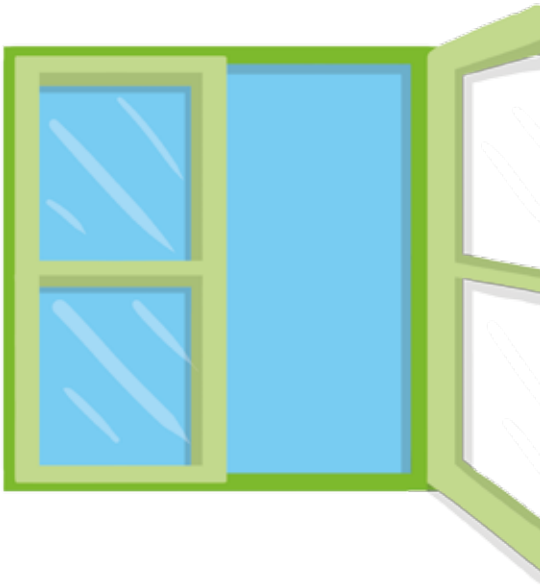
LEITFADEN ZUM WORKSHOP „HEIZEN & LÜFTEN“

Der folgende Leitfaden bietet eine Hilfestellung, wie Sie das „create:HOME“-Material zum Thema Heizen und Lüften mit einem kleinen Workshop in einer Flüchtlingsunterkunft einführen und so die Bewohner*innen für Umweltthemen sensibilisieren und für einfache aber effektive Maßnahmen gewinnen können.

Bitte machen Sie sich bewusst, dass die Menschen, mit denen Sie arbeiten, wenige bis keine Erfahrungen mit Umweltthemen haben werden. Auch bestehen durch die geringen Deutschkenntnisse Verständnisprobleme. Sprechen Sie deshalb in so einfacher Sprache, wie möglich. Verwenden Sie kurze Sätze und vermeiden Sie Fremdwörter.

Herzlichen Dank, dass Sie mithelfen den interkulturellen Austausch und den Umwelt- und Klimaschutz voranzubringen. Wenn Sie sich dazu entschließen auch weiterhin in den Unterkünften aktiv zu sein, bietet der BUND ähnliche Materialien zu den Themen: Müllvermeidung, Mülltrennung, Kochen sowie Energieeffizienz an. Diese finden Sie auf der Seite www.bund.net/createHome/materialinfo

Viele Grüße,
create:Home



WORKSHOP-FRAGEN

WER SOLLTE TEILNEHMEN?

- Bewohner*innen aus der Unterkunft, die mindestens 14 Jahre alt sind
- Mitarbeiter*innen der Unterkunft

WAS BRAUCHT ES FÜR EINEN WORKSHOP?

- Raum mit Tisch und Stühlen für mehrere Personen (am besten ein gemeinsamer Aufenthaltsraum)
- Einen Computer mit Internetverbindung (fragen Sie in der Unterkunft nach, ob sie Ihnen einen zur Verfügung stellen können)
- das create:HOME – Material: Thermostatschilder, 3 Aufkleber Lüften (Badezimmer, Küche, andere Zimmer)
- Zugang zu einem Raum mit Thermostat und Fenstern, am besten zu unterschiedlichen Räumen oder zu einer Wohnung.
- Wichtig: Sprechen Sie vorher mit den Bewohner*innen/Nutzer*innen der Räume/Wohnung, ob Sie diese mit der Gruppe betreten dürfen. (Peinliche Situationen vermeiden: Unordnung, Sauberkeit, kulturelle, religiöse oder Genderregeln beachten).

WELCHER ABLAUF?

- Begrüßung und Einleitung,
- kurze Vorstellungsrunde (sollten sich die Anwesenden nicht kennen)
- Einführung Klimaschutz & Heizen und Lüften
- Einführung Heizen & Thermostat
- Schilder für Thermostate: Erklärung und Anbringen
- Einführung Lüften & Gesundheit
- Aufkleber Lüften: Erklärung und Anbringen
- Abschluss & Danke

EINFÜHRUNG: KLIMASCHUTZ, WAS IST DAS?

HIERFÜR KÖNNTEN FOLGENDE FRAGEN / VORGEHENSWEISEN HILFREICH SEIN:

- Zeigen Sie zum Einstieg einen der beiden Filme zu Klimaschutz/Treibhauseffekt
- Fragen Sie, was Klimaschutz bedeutet? Sprechen Sie über einfache Maßnahmen zum Klimaschutz, die bereits „gelebt" werden, z. B. wärmer anziehen statt Heizung hochdrehen, Fahrrad statt Auto, etc..
- Fragen Sie nach, welche einfachen Maßnahmen in den Herkunftsländern der Bewohner*innen gängig sind. Denn auch wir können von den neuen Kulturen noch viel lernen. Ein Beispiel ist das ONEPOTCooking (eine Mahlzeit aus einem Topf). In vielen arabischen und afrikanischen Ländern ganz normal, bei uns aber fast vergessen.

LINKSAMMLUNG FILME ZUM TREIBHAUSEFFEKT (DEUTSCH / ARABISCH):

www.bund.net/createHome/materialinfo

WARUM SIND HEIZEN UND LÜFTEN KLIMASCHUTZTHEMEN?

- In Deutschland ist es in vielen Monaten des Jahres kalt und damit wir nicht frieren, müssen wir heizen.
- Heizen verbraucht die meiste Energie in jedem Haushalt und verursacht damit die größte Menge an CO^2. Zudem ist Heizen sehr teuer.

LINKSAMMLUNG STROMKOSTEN:

https://www.youtube.com/watch?v=e5QGvNwoeyg

EINFÜHRUNG: HEIZEN & LÜFTEN

WIE FUNKTIONIERT EIN THERMOSTAT?

- Gehen Sie zusammen zu einer Heizung und schauen Sie sich einen Thermostat an
- Wie funktioniert ein Thermostat? (zu- und aufdrehen, Wärmezunahme erfühlen lassen).
- Was bedeuten die Zahlen? In der Regel bedeutet Stufe 1 eine Raumtemperatur von etwa zwölf Grad. Jede weitere Stufe bringt drei bis vier Grad mehr.
- Wichtig: Heizungen müssen immer frei sein. Die Wärme wird sonst in den Gegenständen davor gespeichert statt an die Luft abgegeben. Und Thermostate messen die Lufttemperatur falsch.

DIE RICHTIGE TEMPERATUR ZUM RICHTIGEN RAUM ZUR RICHTIGEN ZEIT:

- Je nachdem wo wir uns wann aufhalten und was wir in dem Raum tun, kann die angenehme Raumtemperatur unterschiedlich hoch sein.
- Sammeln Sie zusammen Beispiele, welcher Raum sollte wann angenehm warm oder kühl sein. Wann wird er wie genutzt und was hat noch Einfluss auf die Raumtemperatur?
- Morgens und abends soll das Badezimmer warm sein. Wenn wir nicht im Bad sind, am Tag und in der Nacht, muss es nicht warm sein.
- Im Wohnzimmer oder im Gemeinschaftsraum wird sich meist am Tag aufgehalten. Man bewegt sich wenig. Deshalb soll es angenehm warm sein. Schlafen alle in der Nacht, wird es nicht mehr genutzt.
- In der Küche wird gekocht. Durch das Kochen und Backen wird die Küche auch geheizt. Außerdem ist Kochen anstrengend. Die Raumtemperatur kann niedriger sein als im Wohnzimmer und es muss weniger geheizt werden.
- Beim Schlafen haben wir Bettdecken, die uns warmhalten. Für einen erholsamen, gesunden Schlaf ist es gut, wenn die Raumtemperatur angenehm kühl ist. Ein Schlafzimmer wird auch am Tag nicht genutzt. Es muss nicht warm sein

LINKSAMMLUNG ZWEI FILME „RICHTIG HEIZEN UND LÜFTEN“:

https://www.youtube.com/watch?v=iJkcHHwv9Yo
https://www.youtube.com/watch?v=9cwqT3IG8to

SCHILDER FÜR THERMOSTATE: ERKLÄRUNG UND ANBRINGEN

- Nehmen Sie sich die Schilder dazu und schauen sich diese gemeinsam an. Welches Schild gehört zu welchem Raum? Fehlt ein Raum – welches Schild könnte am ehesten passen?
- Der große Smiley sagt, welche Zahl auf dem Thermostaten die Richtige für die Hauptnutzungszeit des Raumes ist.
- Gehen Sie zusammen, wenn möglich in unterschiedliche Räume der Unterkunft und hängen Sie gemeinsam die richtigen Schilder an die Thermostate und stellen Sie die richtige Stufe des Thermostats entsprechen der Zeit/Nutzung ein.
- Betonen Sie gegenüber den Bewohner*innen, dass es wichtig ist, die Heizung den Schildern entsprechend einzustellen und dass sie zur Erinnerung dauerhaft an den Heizungen hängen sollen.

AUFKLEBER LÜFTEN:

- Richtiges Lüften ist genauso wichtig, wie ein korrektes Heizen.
- Duschen, Kochen, Waschen und sogar Atmen geben viel Feuchtigkeit in die Luft ab
- Feuchtigkeit führt zu Schimmelbildung und diese ist sehr gesundheitsschädlich!
- Dauerhaftes Lüften bei angestellter Heizung hilft nicht, da die kühlere, frische Luft von der wärmeren Luft im Raum abgeblockt wird.
- Dennoch wird Wärme nach draußen abgegeben. Die Heizung muss mehr arbeiten, die Heizkosten steigen.
- Nehmen Sie sich die Aufkleber für richtiges Lüften und beschreiben Sie zusammen, was zu sehen ist und welcher Aufkleber für welches Zimmer der richtig ist.
- Gehen Sie zusammen in jeden der Räume (Badezimmern, Küche, Wohn- und Schlafzimmer) und bringen Sie dort gut sichtbar die Aufkleber an den Fenstern an
- Erklären Sie, dass man in jedem Raum drei Mal am Tag 10 Minuten lüften sollte. Im Bad und in der Küche sollte man nach dem Duschen und Kochen 10 Minuten das Fenster weit öffnen, das nennt man Stoßlüften.

LINKSAMMLUNG GESUNDHEITLICHE FOLGEN VON SCHIMMEL:

https://www.umweltbundesamt.de/themen/gesundheit/umwelteinfluesse-auf-den-menschen/schimmel#textpart-1

create:HOME PROGRAMM

create:HOME – UMWELTSCHUTZ IN GEFLÜCHTETENUNTERKÜNFTEN

Konkreter Umweltschutz und Geflüchtete in Deutschland verbindet man nicht direkt miteinander. Wir wollten dies ändern. Mitte 2016 startete das Drittmittelprojekt (gefördert durch die Deutsche Bundesstiftung Umwelt) create:HOME im BUND zusammen mit dem Deutschen Roten Kreuz.

Gemeinsam haben wir 12 Modellunterkünfte deutschlandweit akquiriert, in denen prioritäre und alltagspraktische Umweltthemen für Unterkünfte und Bewohner*innen identifiziert und im Anschluss detailliert bearbeitet wurden. An diesem Prozess waren im gleichen Verhältnis Unterkunftsmitarbeiter*innen und Bewohner*innen beteiligt. Es konnten vielfältige Erkenntnisse gewonnen werden, wo Umweltschutz in Unterkünften oder von Bewohner*innen umgesetzt werden kann: beim Trennen und Vermeiden von Müll, beim Kochen, beim Energieverbrauch von Geräten und beim Heizen und Lüften. Für die ausgewählten Themen wurden Materialien erarbeitet. Sie sollen für Umweltschutz in den Unterkünften sensibilisieren und dauerhaft in den Unterkünften und durch die Mithilfe von Ehrenamtlichen zum Einsatz kommen.

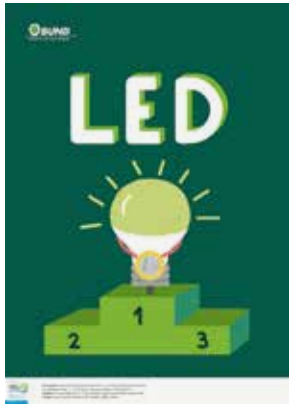
PARTNER

BUND
FRIENDS OF THE EARTH GERMANY

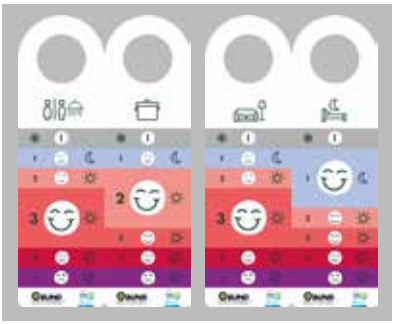
gefördert durch
DBU
Deutsche Bundesstiftung Umwelt
www.dbu.de

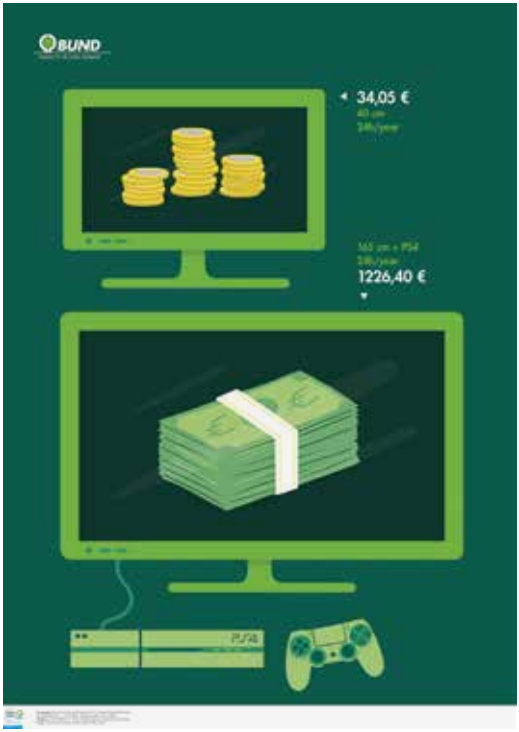
Deutsches Rotes Kreuz

create:HOME MATERIALIEN



create:HOME MATERIALIEN





IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Bund für Umwelt und Naturschutz e. V., friends of the Earth Germany,
Am Köllnischen Park 1, 10179 Berlin, Germany, Telefon: 030 27586-0,

REDAKTION

Yvonne Weber (V.i.S.d.P.), Sandra Zimmermann (Projekt create:Home)

DESIGN

Linda Kantchev Design und Konzeption, Ellery Studio