



Fachbetrieb für
Gesundes Wohnen

Rund um das Thema Wohngesundheit:

Fragen beantwortet Ihnen gerne Ihr
Tischler-Fachbetrieb für Gesundes
Wohnen. Sie finden ihn unter
www.wohnen-sie-gesund.de

Fachverband des Tischlerhandwerks Niedersachsen/Bremen

Baumschulenallee 12
30625 Hannover
Telefon: (05 11) 62 70 75 - 0
Telefax: (05 11) 62 70 75 - 13
E-Mail: info@tischlernord.de
www.tischlernord.de

IKK Niedersachsen

Günther-Wagner-Allee 23
30177 Hannover
Telefon: (05 11) 1 23 89-11 61
Telefax: (05 11) 1 23 89-11 69
E-Mail: service@ikk-niedersachsen.de
www.ikk-niedersachsen.de

Signal Iduna Bauspar AG

Kapstadtring 5
22297 Hamburg
Telefon: (0 40) 41 24-0
Telefax: (0 40) 41 24-66 22
E-Mail: uwe.koenecke@t-online.de
www.si-bauspar.de



Gesundes Wohnen

tischlernord

IKK Niedersachsen

SIGNAL IDUNA
Versicherungen und Finanzen

**Gesundheit ist nicht alles,
aber ohne Gesundheit ist alles nichts.**

Arthur Schopenhauer

**Gesundheit und Wohlbefinden – wer wünscht sich das nicht?
Überall sprießen Fitnesscenter und Wellness-Hotels aus dem
Boden, Wohlfühlwochenenden erfreuen sich zunehmender
Beliebtheit und neue Wellness-Nahrungsmittel erobern den
Markt. Das Thema Gesundheit erfährt wachsendes Interesse in
der Gesellschaft.**



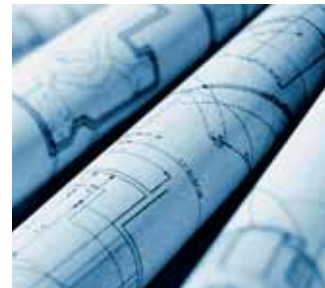
Wie fit ist meine Wohnung?
Machen Sie den
Wohngesundheits-Check

Ein Trend, der natürlich auch vor der Wohnung nicht Halt macht. Zu Recht, denn 90% unserer Zeit verbringen wir in geschlossenen Räumen. Wie eine dritte Haut können sie Quelle des Wohlfühlens, aber auch Ursache von Belastungen sein.

Nicht zuletzt, weil Gesundheitsbelastungen durch Umwelteinflüsse zunehmen, steigt der Wunsch nach natürlichen Materialien, angenehmem Klima und sauberer Luft in den eigenen vier Wänden. Was aber ist die beste Wahl für die Gesundheit und das persönliche Wohlbefinden? Hier ist ein Einrichtungsprofi wie der Tischler gefragt. Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen ersten Einblick in das weite Feld der Wohngesundheit geben und Ihnen helfen, den richtigen Partner auf dem Weg in ein gesundes, behagliches Zuhause zu finden.

Eine gute Entscheidung: Der Tischler als Partner

Als Einrichtungsprofi trägt Ihr Tischler dazu bei, dass Sie sich in Ihren vier Wänden rundum wohlfühlen. So vermeidet er Raumluftbelastungen durch die richtige Auswahl von Materialien, fachgerechten Konstruktionen und professionellen Fertigungsverfahren. Mit seinen kreativen Ideen gestaltet er Einrichtungen, die im Einklang mit Ihren persönlichen Bedürfnissen stehen.



Gehen Sie sicher,
dass Ihre Luft
unbelastet ist

Es liegt was in der Luft ...?!

Sollte bei Ihnen zuhause der Verdacht auf eine Innenraumbelastung bestehen, führt Ihr Tischler gerne Orientierungsmessungen durch und berät Sie. Erhärtet sich der Verdacht, muss ein Fachinstitut mit weiteren Untersuchungen beauftragt werden. Nach gewissenhafter Analyse und Feststellung der Ursachen erarbeitet der Tischler mit Ihnen individuelle Lösungsvorschläge.



Fachbetrieb für
Gesundes Wohnen

An diesem Zeichen erkennen Sie die qualifizierten Tischlerbetriebe zum Thema „Gesundes Wohnen“.



Umweltmedizinische Beratung der IKK Niedersachsen

Chronische Infekte, Allergien und Erschöpfungszustände müssen zunehmend häufig und intensiv behandelt werden. Auch wenn nur ein Teil davon auf den Zusammenhang „Raumklima und Wohnraumgestaltung“ zurückzuführen ist, so muss in diesen Fällen fachkundige Hilfe zur Identifikation und Reduktion der Belastungen zur Verfügung stehen. Hier hilft die umweltmedizinische Beratung der IKK Niedersachsen. Gemeinsam mit dem Arzt und mit Unterstützung von Umweltlabors helfen wir Ihnen, die Ursachen Ihrer Erkrankung zu erkennen und ihnen entgegenzuwirken. Mehr Informationen dazu erhalten Sie auch von unseren IKKmed-Experten.

IKKmed – die Gesundheitshotline

Sie haben Fragen rund um Ihre Gesundheit, beispielsweise zu bestimmten Krankheitsbildern, Vorsorgemöglichkeiten, Fachkliniken oder Notdiensten? Das Expertenteam der IKKmed – Ärzte, Apotheker und Fachpersonal – gibt Ihnen gerne persönlich Auskunft zu allen gesundheitlichen Themen. An 365 Tagen im Jahr, von 7-22 Uhr: IKKmed (0 18 02) 455 633 (0,06 € pro Anruf).

ikkmed
0 18 02/455 633*
(*0,06€ pro Anruf)



Signal Iduna



Der Bau eines Eigenheimes, die Renovierung einer Wohnung – die Signal Iduna Bauspar AG steht Ihnen zur Seite. Seit 75 Jahren begleitet sie die Menschen bei der Planung und Realisierung ihrer Wohn- und Eigentumswünsche und bietet ihnen maßgeschneiderte Lösungen an, wenn es um das eigene Heim geht. Mehr Informationen rund um das Bausparen und viele Tipps zum Eigenheim finden Sie unter www.si-bauspar.de oder rufen Sie uns an: (05 11) 33 44 -172.

Übrigens: Die IKK Niedersachsen bietet Ihnen in Kooperation mit der Signal Iduna Krankenversicherung attraktive Zusatzversicherungen zu günstigen Prämien an. Mehr Informationen dazu erhalten Sie rund um die Uhr unter (0 18 01) 455 737.

Nützliche Adressen

www.tischlernord.de · info@tischlernord.de
Telefon: (05 11) 62 70 75-0

www.ikk-niedersachsen.de · service@ikk-niedersachsen.de
Telefon: (0 18 01) 455 737 (24 Stunden zum Ortstarif)

www.si-bauspar.de · E-Mail: uwe.koenecke@t-online.de
Telefon: (05 11) 33 44 -172

www.wohnen-sie-gesund.de

www.stiftung-warentest.de

www.uba.de (Umweltbundesamt)

www.bfs.de (Bundesamt für Strahlenschutz)

www.daab.de (Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V.)

www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de
(Verbraucherzentrale Niedersachsen)

Optimales Raumklima:
Raumlufthtemperatur 18°–22°
Oberflächentemperatur 20°–23°
relative Luftfeuchte 40%–60%



Ein Klima, das zum Ausspannen einlädt

Was macht das Wohlfühl-Wohnen aus?

Die Harmonie der Sinneseindrücke aus Licht und Farben, Materialien und Formen, aber auch Gerüchen und Tönen, bewirkt, dass wir uns im Raum wohlfühlen.

Doch es gibt weitere Faktoren, die berücksichtigt werden müssen. Dazu gehören die Behaglichkeit des Raumklimas, die Reinheit der Raumlufth und die Akustik des Raumes.

Eine Grundvoraussetzung: das Raumklima

Wenn wir uns in einem Raum wohlfühlen, liegt es auch daran, dass Raumlufthtemperatur, Oberflächen-temperatur und relative Luftfeuchte stimmen.

Tipp: Lassen Sie das Raumklima von Ihrem Tischler checken. Er erkennt eventuelle Schwachstellen und hilft, sie zu beseitigen!

Atmen Sie durch: die Luftqualität

Die Qualität der Raumlufth wird beeinträchtigt durch Bakterien und Viren, Hausstaub und Schimmel, Fasern sowie Emissionen aus Baustoffen, Ausstattungsmaterialien und Möbeln.

Der Grad dieser Belastungen ist abhängig von den raumklimatischen Bedingungen, der Auswahl der Materialien, der Nutzung des Raumes und dem Lüftungsverhalten der Bewohner.

Neben dem Raumklima haben Sie vor allem durch die Auswahl natürlicher, unbelasteter Materialien Einfluss darauf, dass Sie richtig durchatmen können.