

VIER SCHRITTE FÜR GUTE LUFT



Saubere Luft mit einem **CO₂-Anteil unter 1000ppm**
und mit so **wenig Schadstoffen** wie möglich,
verbessert die Laune, steigert die Konzentration und **stärkt Deine Gesundheit**

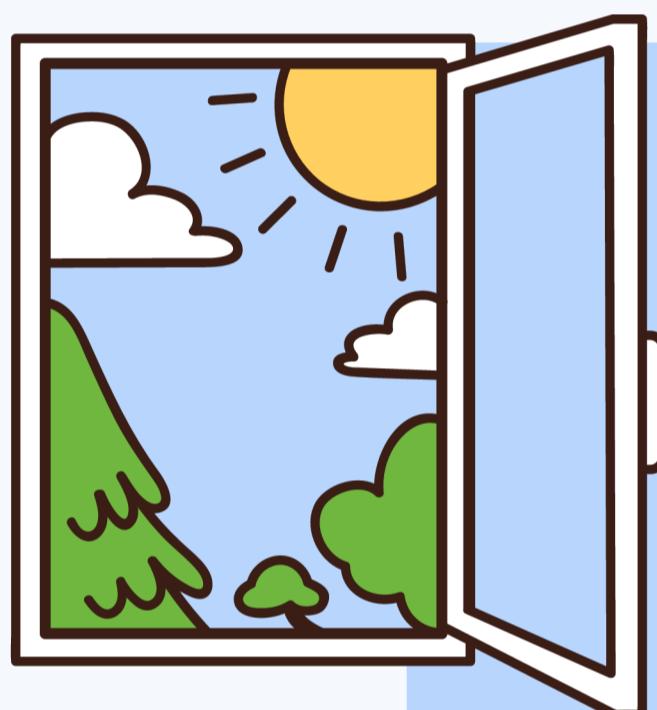
CO₂ MESSEN!

Wir atmen alle Kohlendioxid (CO₂) aus.

Ein Messwert zwischen **400ppm** und **800ppm** ist gut.

Ab **1000ppm** ist die Luft "verbraucht" und macht uns müde:

Dann fällt Zuhören und Denken schwer.



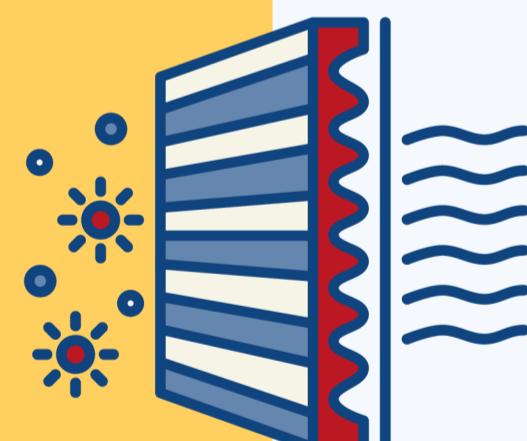
LÜFTEN!

Frische Luft senkt den CO₂-Wert im Raum und ist gesund!
Lüfte bis der CO₂-Wert unter **800ppm** liegt. Ohne Messgerät
lüfstest Du am besten **2-3 Mal pro Stunde** für etwa 5 Minuten.
Mit Durchzug ("Querlüften") geht es noch besser.

Ein Luftzug mit frischer Luft hält Dich gesund!

LUFTFILTER AN!

In der Luft ist leider viel Schmutz: Staub und Abgase von Autos,
Pollen von Pflanzen, Viren und Bakterien von kranken Menschen
oder auch Hausstaub. Dieser Luftschnutz kann krank machen.
HEPA-Luftfilter reinigen die Luft und können Dich daher vor
Krankheiten schützen.



STOPP LUFTSCHMUTZ!

Halte die Luft sauber und vermeide neuen Luftschnutz im Innenraum.
Was du tun kannst:

- zünde nur selten Kerzen an
- meide Parfum und Raumdüfte
- sauge regelmäßig Staub und halte Ordnung
- wenn Du krank bist, bleib zuhause oder trage eine Infektionsschutzmaske - so steckst Du niemanden an!