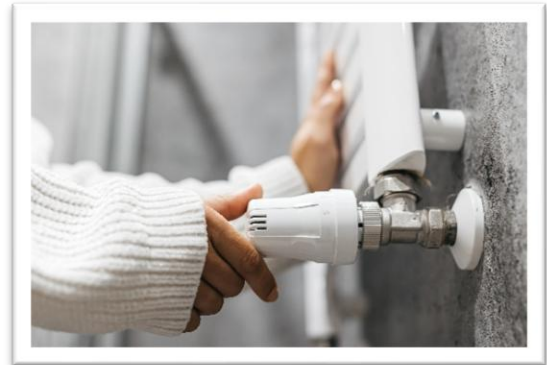


Raumtemperaturempfehlungen

ÖNORM H 7500-1 und
ÖNORM EN 12831-1 zur Heizlastberechnung)



(Bildmaterial Shutterstock)

Schulempfehlungen Raumluft

https://bildung-tirol.gv.at/sites/default/files/2026-06/schulempfehlungen_raumluft_2025.pdf

Privathaushalte

Verschiedene ÖNORMEN empfehlen in Wohnhäusern folgende Raumtemperaturen:

- Im Wohnraum: 20 bis 22 °C
- In der Küche: 18 bis 20 °C
- Im Schlafzimmer: 16 bis 18 °C (Babys und Kleinkinder schlafen meist bei rund 18 °C am besten.)
- Im Badezimmer: 21 bis 23 °C
- Im WC: 18 °C

(Quelle: <https://www.ikb.at/energie/energieberatung/energiespartipps/ideale-raumtemperatur>)

Die Raumtemperatur soll während der kalten Jahreszeit in folgendem Bereich liegen – dabei muss die maximale Luftgeschwindigkeit und die Schwere der Arbeit berücksichtigt werden:

- Raumtemperatur 19 bis 25 °C, max. Luftgeschwindigkeit 0,10 m/s, geringe körperliche Belastung
- Raumtemperatur 18 bis 24 °C, max. Luftgeschwindigkeit 0,20 m/s, normale körperliche Belastung
- Raumtemperatur mind. 12 °C, max. Luftgeschwindigkeit 0,35 m/s, hohe körperliche Belastung

(Quelle: https://www.arbeitsinspektion.gv.at/Arbeitsstaetten-Arbeitsplaetze/Arbeitsraeume/Raumklima_in_Arbeitsraeumen.html#heading_Lufttemperatur)

Die Arbeitsproduktivität ist nach wissenschaftlichen Erkenntnissen **bei ca. 23°C** am höchsten. Mit abweichender Raumtemperatur sinkt die Leistungsfähigkeit ebenso wie in Abhängigkeit zur Luftqualität.

Studien belegen auch, dass die Arbeitsproduktivität **ab 30°C** nachweislich sinkt und die Arbeitsunfallhäufigkeit steigt.

Hitzeschutz – Informationen und Tipps

https://bildung-tirol.gv.at/sites/default/files/2026-06/bmb_aussendung_schulleitungen_massnahmenbuendel_bei_hitze_an_schulen_230626.pdf

<https://www.tirol.gv.at/gesundheit-vorsorge/oeffentliche-gesundheit/hitze-und-gesundheit/downloadbereich-hitzetipps-und-informationen/>

<https://www.gesundheit.gv.at/leben/umwelt/gesund-bei-hitze/umgang-mit-hitze.html>

<https://auva.at/blog/1x1-sommerhitze>

<https://auva.at/blog/keep-cool>

<https://www.klima-mensch-gesundheit.de/hitzeschutz/>

Ergänzung Lüften an Bildungseinrichtungen

https://auva.at/media/tkqlyxjr/infoblatt_lueften_bildungseinrichtungen_factsheet_2023_bf.pdf

Ergänzung Lärm an Schulen/Gemeinschaftsräumen

<https://auva.at/blog/laermpraevention-schule>