

# SONNE

## *im ganzen Haus*

**Tageslicht anstatt Beleuchtung** | Die Sonne ist für den Menschen fast ebenso wichtig wie Wasser und Nahrung. Ihre Strahlung reguliert unseren Organismus. Eine Erkenntnis setzt sich durch: Wir brauchen mehr Licht durch größere Fenster



### **LICHT UND SICHTSCHUTZ**

Dieses Musterhaus im Deutschen Fertighaus-Center in Mannheim ist zugleich ein Musterbeispiel für optimale Lichtausbeute: vorbildlich etwa die Glasfassade zur Terrasse oder die Eckverglasung zum Garten. Und das liegende Fensterband bringt Morgensonne in die Küche, schützt aber auch vor neugierigen Blicken von der Straße.  
[www.bw-holzhaus.de/Musterhaeuser](http://www.bw-holzhaus.de/Musterhaeuser)

Text: Peter Michels, Fotos: Bittermann & Weiss

# W

ir verbringen heutzutage statistisch nur 2,5 Stunden am Tag im Freien, obwohl unser Organismus eigentlich für ein Outdoor-Leben konzipiert ist. Der Lichtmangel dämpft unsere Stimmung, unsere Wachheit, unsere Leistungsfähigkeit – und bringt die innere Uhr aus dem Takt.

Eine Studie der Initiative Tageslicht hat an den Tag gebracht, dass viele, wenn nicht die meisten Wohngebäude in Deutschland nur unzureichend mit Tageslicht versorgt werden. Das mag auch an den Regelungen durch die Landesbauordnungen liegen, die lediglich die Größe der Fenster im Verhältnis zur Raumgrundfläche dahinter regeln. Was natürlich noch lange nichts über die

Menge einfallenden Tageslichts und schon gar nichts über dessen Qualität aussagt, da entscheidende Faktoren wie Verschattung, Himmelsrichtung und bauliche Umgebung nicht berücksichtigt werden. Die Initiative empfiehlt in diesem Zusammenhang übrigens eine Verdoppelung dieser relativen Fenstergröße von einem Achtel auf ein Viertel der zu belichtenden Raumgrundfläche.

