

**Wendung.** Die Zimmerheizung wird vielfach nicht richtig betrieben, und doch ist dies eine Frage von besonderer Wichtigkeit jetzt, wo die kalte Jahreszeit immer näher rückt. Es ist falsch die Fenster geschlossen zu halten, um — wie es heißt — die Wärme nicht hinaus zu lassen. Im Gegenteil, wenn man zu heizen anfängt, öffne man die Fenster. Frische Luft heizt sich besser als stickige, verbrauchte. Man merkt den Unterschied sofort an dem Wohlgefühl das Einem durchströmt, sobald die Zimmerluft erneuert ist und der Ofen seine Wärmestrahlen auszusenden beginnt. In schlechter Stubenluft erzeugt die Ofenwärme ein Gefühl der Beängstigung, des Bedrücktseins. Wichtig ist auch, darauf zu achten, daß die Risse und Sprünge des Ofens gut verkittet sind, sodaß die giftigen Verbrennungsgase nicht heraustreten können. Auch empfiehlt es sich, breite Gefäße, Schüsseln zc., mit frischem Wasser gefüllt, im Zimmer aufzustellen, damit die Zimmerluft infolge der Heizung nicht zu trocken wird. Zu heiße Luft schadet unseren Atmungsorganen und die sogenannten Erkältungen, deren eigentliches Wesen unsere Aerzte noch gar nicht haben feststellen können, rühren vielfach nur vom

Aufenthalt in überheizten, schlecht gelüfteten  
Zimmern her. Man heize nie über 15 Grad  
Raum, friert man dann noch, ziehe man sich  
eben wärmer an.