



HOLZ KÖNNEKER
 10 Jahre Garantie auf alle Zaun- und Sichtschutzsysteme.

SCHAEERER 10 JAHRE GARANTIE

Schön, stabil, selbstgemacht!

Der Sichtschutzzaun zum Selberbauen: aus unbehandeltem oder imprägniertem Douglasienholz, flexibel in Höhe und Verlauf.

SICHTSCHUTZ
 Steckzaun Jütland von SCHAEERER exklusiv bei Ihrem Fachhändler:

KONFIGURATOR >>
 Jetzt auf scheerer.de

HOLZ-KÖNNEKER
 Wennigser Str. 112
 30890 Barsinghausen/Egestorf
 Telefon 0 51 05 / 89 20
 E-Mail holz-koenneker@gmx.de

SCHAEERER
 ZAUNSYSTEME • CARPORTS ... mit Holz und Verstand.
 Zaunsysteme • Carports • Türen und Tore • Sichtschutz • Pergolen • Gartenelemente

HOLZ KÖNNEKER

BURGBERGBLICK...
 ... IN RUHE ONLINE LESEN!

Sie finden die aktuelle Ausgabe des **burgbergblick** als ePaper unter:
epaper.burgbergblick.de

Zu heiß in der Wohnung?

Wann Hitze zum Mietmangel wird

Steigen die Temperaturen auf dem Thermometer, bleibt es nicht aus, dass sich auch die Wohnung aufheizt. Grundsätzlich sind Vermieterinnen und Vermieter zwar dazu verpflichtet, für einen entsprechenden Wärmeschutz zu sorgen, der den Regeln der Technik entspricht. Ganz aussperren lässt sich die Hitze aber trotzdem nicht immer. Doch wann ist zu viel wirklich zu viel – und damit eine Mietminderung gerechtfertigt?

„Grundsätzlich gilt: Hitze allein ist nicht immer ein Mietmangel, der zur Mietminderung berechtigt“, sagt Monika Schmid-Balzert, stellvertretende Geschäftsführerin des Mietervereins München. „Es ist entscheidend, wie hoch die Temperatur tatsächlich ist und wie die sonstigen Umstände sind.“ Mieterinnen und Mieter können sich an einem groben Richtwert von 26 bis 28 Grad Cel-

sus Raumtemperatur orientieren. Viel wärmer sollte es am Tag nicht in den Räumlichkeiten werden – sonst kann tatsächlich ein Mietmangel vorliegen, der zur Mietminderung berechtigen kann.

Neubauten müssen besser vor Hitze schützen als Altbauten

Gerichte beurteilen aber immer anhand von Einzelfällen: In Dachgeschosswohnungen oder Altbauten müssen Mieterinnen und Mieter prinzipiell mit höheren Temperaturen im Sommer rechnen als in Neubauten. Kommen auch noch große Fensterflächen hinzu, ist ohnehin eine größere Hitzeentwicklung zu erwarten. Eine Mietminderung kann dann selbst bei Überschreiten der Grenzwerte hinfällig sein. Besteht tatsächlich ein Mangel, kann die Miete dem Mieterverein München



Hohe Temperaturen in der Wohnung können die Wohnqualität erheblich beeinträchtigen. FOTO: DPA/DPA-MAG

zufolge um bis zu 20 Prozent für die betroffenen Tage gemindert werden. Entscheidend ist hierbei, wie gravierend die Hitzeentwicklung ist und an wie vielen Tagen im Monat die Wohnung derart aufgeheizt ist. Die Mietminderung können Betroffene zudem nur für die Tage durchsetzen, an denen die Grenzwerte im Inneren der Wohnung tatsächlich überschritten wurden.

So gehen Mieter bei berechtigten Mängeln vor

Zur Nachweisführung ist es notwendig, die Temperaturen täglich zu messen und genau zu dokumentieren, an welchen Tagen die Höchstwerte von 26 bis 28 Grad Celsius überschritten wurden. Anschließend ist der Mangel dem Vermieter schriftlich samt der Info mitzuteilen, dass

die Miete nur noch unter Vorbehalt gezahlt wird.

Den möglicherweise zu viel gezahlten Anteil der Miete aufgrund des Mangels sollten Mieterinnen und Mieter dann rückwirkend zurückfordern, rät der Mieterverein München. So könne man dem Risiko einer Kündigung wegen Zahlungsverzugs vonseiten des Vermieters vorbeugen.

Das Dach vom Fach
 Leonardo Del Vico

VELUX GESCHULTER BETRIEB
 Dachdecker- & Klempnermeister
 30952 Ronnenberg • 05109/515651
NOTDIENST: 0172-5156511

Gesundheit

ANZEIGE

NEU Die Zukunft des (Ein-)Schlafens

Neuer Megatrend? Schlafexperte bringt Magnesium PLUS nach Deutschland

Magnesium ist der Trend aus den USA! Was viele hierzulande nicht wissen: Probleme im Schlaf können mit Magnesiummangel in Verbindung stehen. Logisch, dass nun auch zahllose Präparate auf den deutschen Markt schwemmen. Aber Vorsicht: Der Teufel steckt im Detail. Welches Präparat mit Magnesium dank einer speziellen Formel beim Einschlafen unterstützen kann, erfahren Sie hier.



Nr. 1* Schlafexperten für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Mit Baldriparan Magnesium PLUS hat der Schlafexperte den Megatrend aus den USA nach Deutschland geholt. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.**² So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

Magnesium ist an über 300 verschiedenen Vorgängen im menschlichen Körper beteiligt. Vielen ist bereits bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.¹ Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört werden, sind auf eine ausreichende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium trägt auch zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei¹, indem es die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.¹ Wenn der Körper unter Stress viele Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies zu schlechterem Schlaf.

Magnesium ist nicht gleich Magnesium
 Wer glaubt, ein einfaches Präparat aus dem Supermarkt könne die nächtliche Erholung nachhaltig fördern, greift meist zur falschen Formel. Denn der Körper kann nicht jede Magnesiumverbindung gleich gut verwerten. Deshalb empfehlen Experten Magnesium-Komplexe – mehrere Magnesiumverbindungen, idealerweise ergänzt um Melatonin. Ein besonders wertvoller Baustein ist z. B. Magnesiumbisglycinat.

Es enthält die Aminosäure Glycin, die als „beruhigende Aminosäure“ gilt. Zudem ist diese Verbindung besonders hochwertig.

Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Magnesiumformen ist eine wichti-

ge Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan Magnesium PLUS
 (PZN 19927389)
www.baldriparan.de

Baldriparan® Magnesium PLUS ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • ¹Magnesium unterstützt die normale Muskelfunktion und trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche bei. • ²Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 25713101_002625

Baldriparan®
Magnesium +

NEU