

Fünf Tipps für ein kühles Zuhause

So lassen sich Wohnungen und Häuser schützen

Die Zahl der Hitzetage mit Temperaturen über 30 Grad nimmt seit Jahren zu. Besonders in Städten, aber auch dicht bebauten Gebieten und Dachgeschosswohnungen steigen die Temperaturen in den Innenräumen oft stark an.

Schon mit einfachen Maßnahmen lässt sich die Sommerhitze in Wohnungen und Häusern deutlich reduzieren. Das Energie- und Umweltzentrum Allgäu und die Verbraucherzentrale Bayern zeigen, worauf es dabei ankommt.

Fünf Tipps gegen Sommerhitze:

Richtig lüften – Hitze aussperren statt hereinlassen

Fenster und Türen sollten tagsüber möglichst geschlossen bleiben. Gelüftet wird am besten abends, nachts oder früh morgens, also dann, wenn es draußen kühler ist als in der Wohnung. Besonders wirksam ist es, nachts mehrere Stunden quer zulüften.

Sonnenschutz konsequent nutzen – idealerweise von außen

Der größte Teil der Hitze gelangt über die Fenster in die Wohnung. Rollläden oder Raffstores an der Außenseite der Fenster schützen am besten. Sie halten die Sonnenstrahlen ab, bevor sie die Fensterscheiben aufheizen. In Mietwohnungen können helle, reflektierende Innenrollos eine Alternative sein. Sie sind günstig und schnell angebracht.

Dachgeschoss besonders schützen

Dachgeschosswohnungen heizen sich bei Hitzewellen besonders stark auf. Eine gute Dämmung schützt nicht nur im Winter vor Kälte, sondern auch im Sommer vor Hitze. Wer ein Haus saniert, sollte den Schutz vor Sommerhitze deshalb von Anfang an einplanen.

Zusätzliche Wärmequellen reduzieren

Fernseher, Computer oder Drucker erzeugen zusätzlich Wärme. Wer elektrische Geräte komplett ausschaltet, statt sie im Stand-by laufen zu lassen, senkt die Raumtemperatur und spart gleichzeitig Strom.

Technische Lösungen gezielt einsetzen

Ventilatoren verbrauchen wenig Strom und bewegen die Luft im Raum. Dadurch fühlt sich die Raumtemperatur angenehmer an. Klimageräte dagegen sind teuer in der Anschaffung und im Betrieb. Auch Luft-Luft-Wärmepumpen können Räume kühlen. Wer eine technische Lösung plant, sollte sich unabhängig beraten lassen.

Über die Energieberatung von eza! und Verbraucherzentrale

Die gemeinsame Energieberatung von eza! und der Verbraucherzentrale informiert anbieterunabhängig zu vielen Themen des privaten Energieverbrauchs. Kostenfreie Beratungen sind online, telefonisch oder per Video möglich. Eine persönliche Vor-Ort-Beratung kostet 40 Euro. Weitere Infos unter www.eza-energieberatung.de und www.verbraucherzentrale-energieberatung.de. Die Energieberatung wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie.