

Presseinformation

Drei Tipps für kühle Räume trotz Sommerhitze

Nach einem wechselhaften Frühling startet der Sommer jetzt endlich durch. Die Kehrseite der langen Sonnentage: heiße Innenräume. Sigrid Goldbrunner von der Verbraucherzentrale Bayern hat drei Tipps für eine kurzfristige Kühlung.



© Johanna Schneller, Energieagentur Südostbayern

02.08.2024

Ihr Ansprechpartner:
Bettina Mühlbauer

Telefon 0861 58-70 38
Fax 0861 58-9-70 38

bettina.muehlbauer@
energieagentur-suedost.bayern

Verbraucherzentrale Bayern,
Nikolaus Hoening,
Mozartstraße 9, 80336 München
Tel. 089 552 794 176,
E-Mail: energie@vzbayern.de

Diese Kontaktdaten bitte nicht
veröffentlichen. Die Veröffentlichung
des Energie-Tipps ist honorarfrei.

Bitte senden Sie uns ein
Belegexemplar

Der Sommer ist endlich da – und viele Innenräume knacken bereits die 30-Grad-Marke. Schlafen oder Arbeiten ist bei solchen Temperaturen jedoch schwer. Zahlreiche Tipps versprechen Kühlung, doch nicht alle sind hilfreich. „Das Wichtigste ist, die Hitze gar nicht erst in die eigenen vier Wände hereinzulassen“, sagt Sigrid Goldbrunner, Regionalmanagerin der Energieberatung bei der Verbraucherzentrale Bayern. „Denn sind Innenräume einmal heiß, ist es schwer, diese wieder abzukühlen.“

Die Expertin hat drei Tipps, um Wohnräume an heißen Tagen kühl zu halten:

- Bewohner sollten vor allem in den kühleren Nachtstunden oder früh am Morgen ausgiebig lüften – und nicht tagsüber. Am effektivsten ist ein Durchzug. Dabei kann man auch Schranktüren öffnen, denn auch hier speichert sich Wärme.
- Sind Jalousien oder Rollläden tagsüber geschlossen, dienen sie als Hitzeschutz. Am wirksamsten sind dabei Vorrichtungen, die außen am Haus angebracht sind. Bei innenliegenden Jalousien oder Vorhängen sollten Verbraucher auf eine helle oder mit Metall beschichtete Außenfläche achten.
- Den natürlichen Hitzeschutz von Schatten nutzen. Zum Beispiel durch Bäume, Sträucher oder begrünte Fassaden. Auch Dachvorsprünge sowie überstehende Vor- oder Terrassendächer können den Hitzeeintrag mindern. Einen vergleichsweise preisgünstigen Schutz bieten reflektierende Sonnenschutzfolien. Sie können direkt auf die Fensterscheiben geklebt werden. Die Folien sorgen dafür, dass sich die Wohnräume weniger erwärmen, allerdings verdunkeln sie auch. Mieter sollten vorab mit ihrem Vermieter besprechen, ob sie Folien anbringen dürfen.

Die effektivste Möglichkeit ein Haus zu kühlen, ist eine gute Wärmedämmung. Hierzu sollte zunächst der Zustand des gesamten Gebäudes betrachtet und eine sinnvolle Reihenfolge der Maßnahmen festgelegt werden. Dies kann zum Beispiel mit Hilfe einer Energieberatung der Energieagentur Südostbayern mit der Verbraucherzentrale Bayern erfolgen.

Bei Fragen rund um die Themen Wärmedämmung, Hitzeschutz und energetische Sanierung hilft die Energieberatung der Energieagentur Südostbayern und der Verbraucherzentrale Bayern gerne weiter. Die Beratung findet online, telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch statt. Die Energie-Experten der Energieagentur beraten anbieterunabhängig und individuell.

Weitere Infos und die Anmeldung (erforderlich) unter Telefon 0861 58-7039, per Email an info@energieagentur-suedost.bayern oder unter www.energieagentur-suedost.bayern. Die Energieberatung der Energieagentur Südostbayern und der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.

Die nächsten Termine für die kostenlose und neutrale Energieberatung finden Sie untenstehend. Anmeldung (erforderlich) unter Telefon 0861 58-70 39 oder per Email unter info@energieagentur-suedost.bayern.

Die nächsten Termine im Landkreis Traunstein (nur nach Terminvereinbarung):

Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 26-28	Mo	05. Aug 2024
Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 26-28	Mo	12. Aug 2024
Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 26-28	Mo	19. Aug 2024
Grassau	Tourist-Information, Kirchplatz 3	Di	20. Aug 2024
Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 26-28	Mo	26. Aug 2024
Obing	Rathaus, Kienberger Straße 5	Di	27. Aug 2024
Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 26-28	Mo	02. Sept 2024
Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 26-28	Mo	09. Sept 2024
Traunstein	Energieagentur Südostbayern, Maximilianstr. 26-28	Mo	16. Sept 2024

Die nächsten Termine im Landkreis Berchtesgadener Land (nur nach Terminvereinbarung):

Bad Reichenhall	Landratsamt BGL, Salzburger Str. 64, Zi. 236	Do	08. Aug 2024
Freilassing	Rathaus, Münchener Straße 15, Zimmer 118	Mi	14. Aug 2024
Berchtesgaden	Rathaus, Rathausplatz 1, Zimmer 19	Mi	21. Aug 2024
Bad Reichenhall	Landratsamt BGL, Salzburger Str. 64, Zi. 236	Do	22. Aug 2024
Laufen	Rathaus, Rathausplatz 1, Zimmer 307	Do	22. Aug 2024
Bad Reichenhall	Landratsamt BGL, Salzburger Str. 64, Zi. 236	Do	29. Aug 2024
Bad Reichenhall	Landratsamt BGL, Salzburger Str. 64, Zi. 236	Do	05. Sept 2024
Freilassing	Rathaus, Münchener Straße 15, Zimmer 118	Mi	11. Sept 2024
Bad Reichenhall	Landratsamt BGL, Salzburger Str. 64, Zi. 236	Do	12. Sept 2024

Regelmäßig werden zusätzliche telefonische Beratungstermine angeboten.