



# Sommerlicher Hitzeschutz

So sehr wir uns über Sommersonnenschein und Wärme freuen – die zunehmenden und oft lang anhaltenden Hitzeperioden mit Rekordtemperaturen und intensiven UV-Strahlen beeinträchtigen Wohlbefinden und Gesundheit von Mensch und Tier. Statt energiefressender Klimaanlage können auch angepasstes Verhalten und weniger kostspielige Maßnahmen helfen, die Hitze aus Wohn- und Büroräumen zu verbannen.



Foto: Energieagentur

- **Damit Wohn- und Büroräume nicht zum Backofen werden:** Schließen Sie am Vormittag konsequent die Außenjalousien, Roll- oder Klapppläden und setzen – soweit möglich – Markisen zur Beschattung ein. Auch Rollos und dicht gewebte Vorhänge halten zumindest einen Teil der Wärme ab.
- **Gründliches Quer- oder Stoßlüften,** am besten früh morgens und in den Abend- oder Nachtstunden, bringt aufgeheizte Luft wieder nach draußen.
- **Wärmequellen reduzieren:** Lampen, Herde oder PC verursachen Wärme. Achten Sie darauf, nicht gebrauchte Elektrogeräte ganz auszuschalten und auch Standby zu vermeiden, immer mit Deckel zu kochen, Kochplatten und Backofen rechtzeitig auszuschalten und Restwärme zu nutzen. Auch Glühlampen sind unnötige Wärmequellen, die man besser durch sparsame LED-Lampen ersetzt.
- **Pflanzen als Hitzeschutz:** Gleich mehrere Vorteile haben begrünte Fassaden und bepflanzte Flächen im Wohnumfeld. Sie binden Feinstaub und CO<sub>2</sub> und verbessern so die Luftqualität. Das Verdunsten von Wasser über die Blätter senkt die Umgebungstemperatur: Bis zu 5 Grad Kühlung sind drin.
- **Energiefresser Klimageräte:** Sie verstärken die Klimakrise zusätzlich. Nur fest eingebaute Splitgeräte erfüllen die Effizienzklasse A+++ . Unkomplizierter, günstiger und stromsparender sind elektrische Ventilatoren, als mobiles Standgerät oder als fest installierter Deckenventilator.
- **Problemlösung für Hausbesitzer:** Gut gedämmte Dächer und Fassaden halten nicht nur im Winter die Wärme im Haus, sie schützen auch im Sommer gegen Überhitzung und steigern so doppelt den Wohnkomfort. Spezielle Sonnenschutzverglasung an Fenstern und Türen zur Südseite ergänzen den baulichen Hitzeschutz.
- **Hitzeschutztipps speziell für Mieter** finden Sie auf [www.co2online.de](http://www.co2online.de) im [Interview mit Ulrich Ropertz](#) vom Deutschen Mieterbund.

Bei allen Fragen zum Thema Energie steht Ihnen unser unabhängiges Expertenteam mit vielen, zum Großteil kostenlosen Beratungsangeboten gerne ratgebend zur Seite (Telefon 08092 / 33 090 30 oder [info@ea-ebe-m.de](mailto:info@ea-ebe-m.de), [www.energieagentur-ebe-m.de/Privatpersonen/Energieberatung](http://www.energieagentur-ebe-m.de/Privatpersonen/Energieberatung)).