

## Juli:

### Hitzeschutz im Sommer

Im Sommer empfinden viele Temperaturen über 25 °C als anstrengend. Zunehmend schwerer fallen die täglichen Arbeiten und der Schlaf ist weniger erholsam.



Mit einfachen und schnell umzusetzenden Tipps kann die Hitze aus der Wohnung ferngehalten werden:

- Lüften in den frühen Morgen- oder späten Abendstunden, tagsüber Fenster und Türen geschlossen halten
- Helle und blickdichte Vorhänge verhindern das Eindringen der Sonnenstrahlen und damit der Wärme kurzfristig
- Effektiver ist die Anwendung von Sonnenschutz, die die Sonneneinstrahlung von außen abhalten, wie Rollläden, Jalousien oder auch Sonnensegel
- Elektrogeräte komplett ausschalten um die Produktion von Wärme zu verhindern und nebenbei noch Geld spart
- An heißen Tage auf „kalte Küche“ setzen, um nicht unnötig Wärme zu erzeugen
- Pflanzen als natürliche Klimaanlage nutzen
- eine Wärmflasche mit kaltem Wasser füllen („Kühlakku“)
- Ventilatoren haben einen kurzzeitigen Kühleffekt, durch die Verdunstungskälte des menschlichen Schweißes, auf Dauer erzeugen sie aber ebenfalls Wärme bei Nutzung
- Klimaanlage kühlen, dafür steigt im Gegenzug die Stromrechnung (weiter Informationen im Link unten)
- Natürlich viel trinken (Wasser, ungesüßte Tees usw.)



Aufwändigere Varianten sind die:

- Wärmedämmung für Hauswände, was im Winter zusätzlich Heizkosten spart
- Sonnenschutzverglasung an Fenstern oder Fensterfolie
- Fassaden- oder Dachbegrünung, die ebenfalls für Wärmeregulation sorgen (Dachbegrünung wird in der Gemeinde Wadersloh seit dem 01.07.2022 gefördert)



Weitere Informationen:

<https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/energie/energetische-sanierung/hitzeschutz-im-sommer-einfache-tipps-fuer-zu-hause-27952>

<https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/energie/energetische-sanierung/klimageraet-lohnt-sich-der-kauf-10525>

<https://www.enbw.com/blog/wohnen/energie-sparen/wohnung-im-sommer-kuehlen/>

<https://www.schoener-wohnen.de/tipps-trends/43532-rtkl-wohnung-kuehlen-mit-diesen-tipps-schuetzen-sie-sich-vor-hitze>

**Ansprechpartnerin:**

Stefanie Göke

02523 950 1110

[stefanie.goeke@wadersloh.de](mailto:stefanie.goeke@wadersloh.de)

Klimasprechstunde: alle zwei Wochen donnerstags zwischen 15 und 17 Uhr