

Presseinformation

Juni 2023

Kühle Räume an heißen Sommertagen

Nach dem nassesten Frühling seit 20 Jahren steht der Sommer endlich in den Startlöchern. Doch heiße Tage führen oft zu aufgeheizten Wohnräumen. Kurzfristige Maßnahmen helfen, Wohnung und Haus abzukühlen. Langfristig hilft hingegen eine Wärmedämmung des Gebäudes – und das sogar doppelt: im Sommer und im Winter. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern gibt Tipps für den kurz- und langfristigen Hitze- und Kälteschutz.

Kurzfristige Maßnahmen zum Hitzeschutz

Eine einmal aufgeheizte Wohnung oder ein heißes Haus wieder abzukühlen, ist mühsam. Die Verbraucherzentrale Bayern rät deshalb: „Das Geheimnis ist, die Hitze gar nicht erst herein zu lassen.“

Mit diesen Tipps kann man die Wohnräume an heißen Tagen angenehm kühl halten:

- Vorrangig in den kühleren Nachtstunden oder früh am Morgen ausgiebig lüften. Tagsüber sollte der Luftwechsel auf das Notwendigste beschränkt werden.
- Jalousien, Roll- oder Klappläden tagsüber schließen. Am wirksamsten sind dabei außen angebrachte Vorrichtungen. 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.

Klimageräte sind hingegen meist ineffizient und daher weniger zu empfehlen. Ein Dauerbetrieb kann mehrere Hundert Euro Stromkosten pro Jahr verursachen. Wer dennoch nicht darauf verzichten möchte, sollte von einer Fachfirma ein sogenanntes Splitgerät einbauen lassen. Mobile Monogeräte sind ineffizienter und verbrauchen für die gleiche Kühlleistung wesentlich mehr Strom. Alternativ können Ventilatoren eine kleine Abkühlung bringen.

Wärmedämmung wirkt langfristig im Sommer und Winter

„Wer sein Haus fachgerecht dämmt, profitiert doppelt“, erklärt die Verbraucherzentrale Bayern. „Im Winter führt eine Dämmung zu geringerem Heizbedarf und niedrigeren Heizkosten; im Sommer dient sie als Hitzeschutz.“

Folgende Punkte gilt es zu beachten:

- Außenwand: Steht ein neuer Anstrich an oder soll der Putz erneuert werden, sollten Hauseigentümer die Gelegenheit für eine Dämmung der Außenwand nutzen. Eine Fassadendämmung kann den winterlichen Wärmeverlust um 80 bis 90 Prozent reduzieren. Verbraucher sparen so bis zu 20 Prozent Heizkosten.
- Fenster: Eine Wärmedämmung der Fassade ist auch beim Fenstertausch der logische erste Schritt. Denn moderne Fenster mit gutem Wärmeschutz sollten nicht in schlecht gedämmte Wände eingebaut werden. Es besteht sonst ein erhöhtes Schimmelrisiko. Für Südfenster sollten Eigentümer möglichst spezielles Sonnenschutzglas wählen.

- Dach und Keller: Bei unbeheizten Dachgeschossen bietet sich statt der Dachdämmung die wesentlich einfachere Dämmung der obersten Geschossdecke an. Um die Kellerdecke, die oberste Geschossdecke oder auch kleine Wärmebrücken wie Rollladenkästen oder Heizkörpernischen zu dämmen, braucht man nicht unbedingt eine Fachfirma. Handwerklich begabte Laien können diese Arbeiten oft selbst ausführen.

Vor dem Start all dieser Maßnahmen sollte zunächst der Zustand des gesamten Gebäudes betrachtet und eine sinnvolle Reihenfolge der Schritte festgelegt werden. Dies kann zum Beispiel mit Hilfe einer Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern erfolgen. Weitere Infos erhalten Verbraucher in einem Online-Vortrag zum Thema Hitzeschutz am 18. Juli 2023. Nähere Infos sind unter <https://www.verbraucherzentrale-bayern.de/veranstaltungen> zu finden.

Unter der kostenfreien Hotline [0800 – 809 802 400](tel:0800-809802400) ist die Anmeldung zur Energieberatung möglich. Die Beratung findet online, telefonisch oder persönlich statt. Nützliche Informationen erhalten Verbraucher auch unter www.verbraucherzentrale-energieberatung.de. Weitere Online-Vorträge zu Energiethemen sind unter www.verbraucherzentrale-energieberatung.de/veranstaltungen zu finden. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz.