



Kühlen mit Köpfchen

So bleibt Ihr Zuhause auch im Sommer angenehm kühl

Bereits mit dem richtigen Lüften, konsequentem Sonnenschutz und einem bewussten Umgang mit Geräten lässt sich die Raumtemperatur deutlich senken.

Mit vier einfachen Massnahmen bleibts kühl:

Nachts lüften
anstatt tagsüber

Sonne konsequent
aussperren

Klimaanlagen möglichst
vermeiden

Strom sparen und
Abwärme reduzieren

Die Hitze draussen halten

Die wirksamste Massnahme gegen Sommerhitze ist, die Wärme gar nicht erst ins Gebäude zu lassen. Lüften Sie früh morgens oder nachts und schaffen Sie Durchzug. Tagsüber bleiben Fenster geschlossen und Aussenstoren oder Fensterläden unten.

Innenliegende Storen reichen nicht aus, da sich die Sonnenstrahlen bereits im Raum befinden und diesen aufheizen.

Kühlen ohne mobile Klimaanlage

Oft genügen einfache Massnahmen, um das Raumklima angenehm zu halten:

- ✓ feuchte Tücher oder Bettlaken aufhängen
- ✓ möglichst kalte oder vorgekochte Speisen bevorzugen
- ✓ unnötige Elektrogeräte ausschalten, da sie zusätzliche Wärme erzeugen



Auch ausgeschaltete Geräte können Wärme erzeugen
Fernseher, Kaffeemaschinen oder Computer verbrauchen im Stand-by
Strom und geben unnötige Abwärme ab. Schaltbare Steckdosenleisten
helfen, beides zu vermeiden.

Ventilator oder mobile Klimaanlage?

Ein Ventilator kühlt nicht die Raumluft, sondern sorgt lediglich für einen
kühlenden Luftstrom auf der Haut. Deshalb sollte er ausgeschaltet werden,
sobald sich niemand mehr im Raum befindet.

Eine Klimaanlage verbraucht deutlich mehr Strom und gibt zusätzlich Wärme
an die Umgebung ab. Sie sollte deshalb nur eingesetzt werden, wenn passive
Massnahmen nicht ausreichen.

Checkliste

- | | |
|---|--|
| ☐ Früh morgens oder nachts
querlüften | ☐ kalte Mahlzeiten bevorzugen |
| ☐ Tagsüber Fenster geschlossen
halten | ☐ Ventilator nur bei Bedarf
einsetzen |
| ☐ Aussenstoren oder Fenster-
läden schliessen | ☐ Beim Gerätekauf auf die
Energieetikette achten |
| ☐ Unnötige Elektrogeräte aus-
schalten | ☐ Klimaanlage möglichst
vermeiden |

Wollen Sie mehr erfahren? Wir beraten Sie gerne.