

Praktische Tipps – Wohnkomfort leicht gemacht

Mehr Wohnkomfort im Sommer: Was Sie selbst gegen Hitze tun können

Oft sind es die kleinen Dinge, die den grossen Unterschied machen. Wer Fenster, Sonnenschutz und Lüftung gezielt nutzt, kann die Aufheizung von Innenräumen selber beeinflussen und spürbar begrenzen. Entdecken Sie einfache und alltagstaugliche Tipps für mehr Wohnkomfort im Sommer.



Gut zu wissen: Fenster öffnen erlaubt!

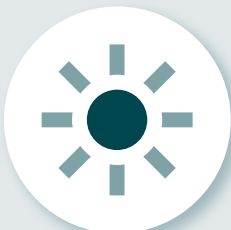
Auch mit einer Komfortlüftung dürfen die Fenster geöffnet werden – zum Beispiel für die Querlüftung. Tagsüber empfiehlt sich eine niedrigere Lüftungsstufe, nachts kann sie erhöht werden, um die kühlere Aussenluft optimal zu nutzen. **So unterstützen Sie die natürliche Auskühlung des Gebäudes.**



Clever vorbeugen

Ein angenehm kühles Zuhause entsteht durch das Zusammenspiel verschiedener Massnahmen. Wer die Sonne draussen hält, Wärmequellen reduziert und kühlere Tageszeiten gezielt nutzt, kann viel dazu beitragen, Überhitzung in den Innenräumen zu vermeiden. Je früher vorgebeugt wird, desto weniger Kühlung ist später notwendig.

Warum sich Wohnräume aufheizen



Sonne

Wärme kommt vor allem über die Fenster ins Haus



Speicherung

Gute Dämmung erschwert das Abkühlen



Interne Wärmequellen

Wärme entsteht auch im Gebäude



Warme Nächte

Das Gebäude kann nicht ausreichend auskühlen



Was Sie aktiv gegen Hitze tun können

10 Tipps für den Alltag

1

Fenster tagsüber geschlossen halten

Ist es draussen wärmer als drinnen, bringen offene Fenster zusätzliche Wärme ins Haus. Lüften Sie deshalb zu kühleren Tageszeiten.

2

Nachts und früh morgens lüften

Nutzen Sie die kühle Nacht- und Morgenluft, um gespeicherte Wärme aus dem Gebäude zu bringen. Besonders effektiv ist Querlüften.

3

Sonnenschutz sinnvoll einsetzen

Sonnenstoren und -schirme spenden wertvollen Schatten und sollten frühzeitig geöffnet werden. Roll- und Fensterläden schliessen, bevor die Sonne direkt auf die Fenster trifft. So gelangt weniger Wärme ins Haus.

4

Süd- und Westfenster schützen

Diese Fenster sind der Sonne besonders stark ausgesetzt. Eine gute Verschattung kann hier einen grossen Unterschied machen.

5

Wärmequellen reduzieren

Tätigkeiten wie Kochen und Duschen sowie der Gebrauch von Fernsehern, Computern und anderen Elektrogeräten sind zusätzliche Wärmequellen. Schalten Sie die Geräte aus, wenn sie nicht gebraucht werden.

6

Energieeffiziente Beleuchtung nutzen

Auch Beleuchtung erzeugt Wärme. Energieeffiziente Leuchtmittel reduzieren den Energieverbrauch und die zusätzliche Wärmelast im Raum.

7

Luft in Bewegung bringen

Luftbewegung beeinflusst unser Wärmeempfinden. Ein Ventilator senkt zwar nicht die Raumtemperatur, die bewegte Luft kann sich auf der Haut aber angenehmer anfühlen.

8

Türen öffnen, Luftwege schaffen

Beim Lüften können offene Innentüren die Luftzirkulation zwischen den Räumen unterstützen. So kann sich kühlere Luft besser verteilen.

9

Begrünung nutzen

Bäume, Sträucher und begrünte Flächen spenden Schatten und tragen zu einem kühlen Umfeld bei.

10

Lüftungsanlage richtig nutzen

Komfortlüftungen mit Sommer-Bypass können kühlere Aussenluft nutzen und so die Abkühlung unterstützen – ohne aktiv Kälte zu erzeugen.

Fazit

Bereits einfache Massnahmen sorgen für mehr Wohnkomfort im Alltag!