

Hessische Energiespar-Aktion
Annastraße 15
64285 Darmstadt
www.energiesparaktion.de



Pressemitteilung 34/2009

Frankfurt/Main, 24. August 2009

Die „Hessische Energiespar-Aktion“ informiert: Richtig Lüften im Sommer

Überhitzte Zimmer sind in diesen Tagen keine Seltenheit. Bei Temperaturen über 30 °C ist Schwitzen angesagt. Damit es in den Zimmern erträglich bleibt gibt es folgende Möglichkeiten:

Erstens den Sonnenschutz ganz schließen. Wohl dem, der dabei einen außen liegenden Sonnenschutz hat. Er hält 80 % mehr Sonnenwärme ab, als innen liegende Vorhänge oder Jalousien.

Starke Nerven braucht man eher für den zweiten Tipp: Die Fenster sollten tagsüber geschlossen bleiben, damit die warme Luft nicht in die Wohnung dringt. Ein solches Verhalten widerspricht dem Gefühl, ein wenig Zugluft im Zimmer haben zu wollen. Aber mit dieser ohnehin nur leichten Luftbewegung kommt die Wärme ins Haus, die sich zusätzlich in die massiven Bauteile einspeichert. Am besten ausprobieren und die Fenster vielleicht zunächst nur zu der Sonnen zugewandten Seite schließen oder im Schlafzimmer und sonstigen weniger genutzten Zimmern die Fenster geschlossen halten. Schauen sie dann, wie sich die Temperaturen in den Zimmern entwickeln. Nachts wird dann möglichst durch Querlüftung ausgekühlt: Die zweite Nachthälfte nach 4:00 Uhr ist dabei am effektivsten. Mit der kalten Nachtluft wird die Hitze des Tages hinausgelüftet. Und das Sonnenspiel beginnt am nächsten Morgen von vorn.

Einen großen Nutzen hat Wärmedämmung im Sommer. Gut gedämmte Bauteile lassen die Sonne erst gar nicht hinein. Die Dämmung wirkt in jede Richtung. Und was nicht hinein kommt – das muss man auch nicht hinauslüften.

Nicht zu unterschätzen ist die Wärmeabstrahlung von Elektrogeräten und Lampen. Auch um Strom zu sparen, sollten diese Wärmequellen nur dann eingeschaltet sein, wenn man sie auch tatsächlich braucht.

An schwülen Tagen sollten zudem Arbeiten mit viel Wasser und feuchter Wäsche vermieden werden, um die Luftfeuchtigkeit in den Räumen nicht noch zusätzlich zu erhöhen.

Kühlschränke und Gefriergeräte verbrauchen mehr Strom, wenn die Umgebungstemperatur hoch ist. Die Geräte sollten vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt werden.

Eine zentrale Klimaanlage oder ein Strom zehrendes Raumklimagerät ist nicht nötig. In unseren Breiten können wir den Sommer durch „passive“ Maßnahmen erträglich gestalten.

Informationen zur „Hessischen Energiespar-Aktion“, zum „Energiepass Hessen“, den Kooperationspartnern, die 14 Energiesparinformationen mit detaillierten Hinweisen zu den wichtigs-

ten Energiespartechniken, viele weitere Fachbeiträge oder die Energieberaterliste erhalten Sie unter www.energiesparaktion.de

Die „Hessische Energiespar-Aktion“ ist ein Projekt des Hessischen Ministeriums für Umwelt, Energie, Landwirtschaft und Verbraucherschutz.