

---

## Die Verbraucherzentrale gibt Tipps und Infos für kühles Wohnen in der heißen Jahreszeit

Mi, 09.06.2021 - 11:53

**Der Sommer steht (hoffentlich) vor der Tür, und bald werden wir auch wieder verstärkt ein Bedürfnis nach Abkühlung verspüren. Die Energieberatungsstelle der Verbraucherzentrale Südtirol (VZS) zeigt auf, wie man sich mit einfachen Tricks Linderung vor der Hitze verschaffen kann.**

Der Sommer bringt nicht nur Urlaubsfeeling und eine bunte Vielfalt an blühenden Wiesen mit sich, sondern oft auch unangenehm hohe Temperaturen. Vielen Menschen, vor allem der älteren Generation, macht die Hitze arg zu schaffen.

Die Energieberaterin der Verbraucherzentrale verrät einige Hitzetipps, dank derer die Raumtemperaturen erträglich bleiben.

### Hitze-Tipp 1:

Tagsüber Fenster geschlossen halten und durch Rollos, Jalousien und dergleichen verschatten. Wer die Fenster nicht verschatten möchte, um Licht in die Räume zu lassen, dennoch aber die Hitze draußen lassen will, kann auch auf Sonnenschutzfolien zurückgreifen. Diese halten die Hitze draußen und ersparen bestenfalls den Kauf eines Klimagerätes. Stiftung Warentest hat kürzlich die verschiedensten Sonnenschutzfolien unter die Lupe genommen. Ein Blick auf die Testergebnisse kann bei der Kaufentscheidung von Vorteil sein.

### Hitze-Tipp 2:

Nur in den Nachtstunden und am besten in der zweiten Nachthälfte lüften, weil es da am Kühlsten ist.

### Hitze-Tipp 3:

Wärmeproduktionen im Gebäudeinneren vermeiden. Entweder werden an ganz besonders heißen Tagen nur kalte Gerichte zubereitet, oder es wird am Vorabend vorgekocht und danach reichlich gelüftet.

#### Hitze-Tipp 4:

Auch der Einsatz eines Ventilators kann bei Hitze etwas Linderung verschaffen. Durch den künstlich erzeugten Wind werden die Raumtemperaturen als etwas angenehmer empfunden.

#### Hitze-Tipp 5:

Ab unter die (lauwarme) Dusche.

#### Hitze-Tipp 6:

Bringt dies alles nichts, so hilft nur Eines und zwar ab in den kühlen Keller (wer einen hat!).

### **Nützliche Informationen**

Weitere Infos rund ums Thema Wohnen, Bauen und Sanieren sind in den kostenlosen Infoblättern der Verbraucherzentrale Südtirol enthalten. Diese sind über das Internet ([www.verbraucherzentrale.it](http://www.verbraucherzentrale.it)), dem Verbrauchermobil, dem Hauptsitz und den Außenstellen erhältlich.

Alternativ zu den Infoblättern bietet die Verbraucherzentrale eine technische Bauberatung, welche jeweils montags von 9-12 und 14-17 Uhr telefonisch unter 0471-301430 zur Verfügung steht. Bei Bedarf können auch persönliche Fachberatungen vereinbart werden (Anmeldung erforderlich!).