

Fünf Tipps gegen Sommerhitze:

1. Richtig lüften – Hitze aussperren statt hereinlassen

Fenster und Türen sollten tagsüber möglichst geschlossen bleiben. Gelüftet wird am besten **abends, nachts oder früh morgens**, also dann, wenn es draußen kühler ist als in der Wohnung. Besonders wirksam ist es, nachts mehrere Stunden querzulüften.

2. Sonnenschutz konsequent nutzen – idealerweise von außen

Der größte Teil der Hitze gelangt über die Fenster in die Wohnung. Rollläden oder Raffstores an der Außenseite der Fenster schützen am besten. Sie halten die Sonnenstrahlen ab, bevor sie die Fensterscheiben aufheizen. In Mietwohnungen können helle, reflektierende Innenrollos eine Alternative sein. Sie sind günstig und schnell angebracht.

3. Dachgeschoss besonders schützen

Dachgeschosswohnungen heizen sich bei Hitzewellen besonders stark auf. Eine gute Dämmung schützt nicht nur im Winter vor Kälte, sondern auch im Sommer vor Hitze. Wer ein Haus saniert, sollte den Schutz vor Sommerhitze deshalb von Anfang an einplanen.

4. Zusätzliche Wärmequellen reduzieren

Fernseher, Computer oder Drucker erzeugen zusätzlich Wärme. Wer elektrische Geräte komplett ausschaltet, statt sie im Stand-by laufen zu lassen, senkt die Raumtemperatur und spart gleichzeitig Strom.

5. Technische Lösungen gezielt einsetzen

Ventilatoren verbrauchen wenig Strom und bewegen die Luft im Raum. Dadurch fühlt sich die Raumtemperatur angenehmer an. Klimageräte dagegen sind teuer in der Anschaffung und im Betrieb. Auch Luft-Luft-Wärmepumpen können Räume kühlen. Wer eine technische Lösung plant, sollte sich unabhängig beraten lassen.

Die Chiemgau GmbH informiert individuell und unabhängig zum effizienten Hitzeschutz. Für einen Eigenanteil von 40 Euro erhalten Hauseigentümer eine umfassende Vor-Ort-Beratung ihrer Immobilie, für Mietwohnungen ist die Beratung kostenfrei. Interessierte Bürgerinnen und Bürger können sich auch bei der kostenlosen, unabhängigen Energieberatung der Chiemgau GmbH informieren. Eine Anmeldung ist erforderlich unter Telefon 0861 988231-89 oder per E-Mail an energieberatung@chiemgau.bayern. Die Beratung findet online, telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch statt. Die Energie-Fachleute beraten anbieterunabhängig und individuell. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie.

Die Beratungstermine im Landkreis Traunstein (nur nach Terminvereinbarung):

- Traunstein: jeden 2. und 4. Montag im Monat von 13:30 bis 18 Uhr
- Grassau: jeden 3. Dienstag im Monat von 14 bis 17 Uhr
- Trostberg: jeden 3. Donnerstag im Monat von 14:30 bis 17:30 Uhr
- Obing: jeden 4. Dienstag im Monat von 14:15 bis 18 Uhr