

Klima-Spartipp des Monats Juli: Coole Tipps für heiße Tage

Die Verkaufszahlen von Heizdecken auf Kaffeefahrten liegen in den vergangenen Monaten vermutlich nicht auf Rekordniveau, oder in anderen Worten: Es ist draußen oftmals sehr heiß. Mit einem Umsetzen der folgenden Tipps wird der Beat bei 36 Grad Celsius und mehr zwar nicht leiser, zumindest wird Hitze damit etwas erträglicher. Die goldene Regel für erfolgreichen Hitzeschutz ist es dabei, den „Hizetürsteher“ zu aktivieren, also die **Hitze möglichst lange draußen zu halten**, und wenn sie doch erst mal drinnen ist, diese rasch wieder hinauszuschmeißen. Um die Hitze so lange wie möglich draußen zu halten, sind tagsüber alle außenliegenden Schutzmechanismen wie Außenrollläden oder Außenvorhänge vollständig herunterzulassen und dies, sofern möglich, von morgens bis abends.

Bei langanhaltenden Hitzewellen wird es sich in vielen Häusern mit der Zeit jedoch trotzdem irgendwann aufheizen. Daher ist es wichtig, gerade in den **frühen Morgenstunden und am späteren Abend ausreichend zu lüften** und damit die kühlere Luft von draußen hereinzulassen. Auch nachts die Fenster zu kippen hilft, dass es über Nacht zumindest etwas abkühlt, und dies sogar in Tropennächten mit Tiefsttemperaturen von über 20 Grad Celsius.

Beim Lüften sollte der Kippunkt, also der Zeitpunkt, wenn es morgens draußen wieder wärmer wird als drinnen und daher alle Fenster zu schließen sind, nicht verpasst werden. Sonst ist der ganze Kühleffekt umsonst, also war dann sprichwörtlich alles für das Kamel, denn einem Kamel macht Hitze schließlich weniger aus als einer Katze. Wenn der Raum aufgeheizt ist, helfen auch **Ventilatoren**. Diese kühlen die Luft zwar nicht wirklich ab, sondern wälzen die vorhandene Luft lediglich um, das reicht allerdings aus, um einen kühlenden Effekt auf der Haut zu erzeugen.

Alle, die an Hitzetagen im Freien unterwegs sind, können übrigens mit einer **Kopfbedeckung** wie einem Hut oder einer Cap ganz einfach einen wörtlich gemeinten kühlen Kopf bewahren. **Ausreichend zu trinken** oder vielleicht auch mal ein **Eis** hilft zusätzlich, innerlich kühl zu bleiben. Ein längerer freiwilliger Aufenthalt in der prallen Sonne ist aber trotzdem nicht zu empfehlen, daher sind kühle **Schattenplätzchen** wie unter Bäumen, gerade an solchen Tagen besonders beliebt.

Florian S. Roth

Gemeinden Baienfurt, Baintdt und Berg

Koordinator für klimaneutrale Kommunalverwaltung -

gefördert durch das Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft BW