

«Keep cool»

Auch im Hochsommer angenehme Temperaturen im Gebäude halten.



Der Sommer und die Hitzeperioden werden tendenziell wärmer und länger; dadurch wird der Wärmeschutz ein immer wichtigeres Thema. Bei Neubauten liegt ein optimaler Schutz bereits während der Konzeption in der Verantwortung der Planenden. Gibt es keine Alternative zu einer aktiven Klimatisierung, sollte die Machbarkeit von «free-cooling» mittels Grundwasser oder Erdsonden geprüft werden. Ist der Einbau eines Klimageräts unumgänglich, ist auf eine hohe Effizienz sowie auf die Einhaltung von gesetzlichen Vorschriften zu achten.

Ein Sonnenschutz – optimalerweise auf der Gebäudeaussen­seite – hat grossen Einfluss auf die Innentemperatur.

Bild: Wie die Raumtemperatur bei hochsommerlichem Wetter im Griff haben?

Er sollte wetterfest und einfach bedienbar, eventuell sogar automatisiert sein sowie einen geringen Energiedurchlassgrad aufweisen. Ist's von aussen nicht möglich, ist die Beschattung auf der Fensterinnenseite besser als keine. Zusätzlich werden idealerweise Verglasungen mit einem tiefen Gesamtenergiedurchlassgrad (g-Wert) verwendet. Der Sonnenschutz ist vor den ersten direkten Sonnenstrahlen in Stellung zu bringen, denn zur Mittagszeit ist es meist zu spät. Dank Lamellen kann der Tageslichtanteil geregelt werden.

Durch nächtlichen Durchzug wird die tagsüber angestaute Wärme «herausgeweht». Einseitige Lüftung über Kippfenster reicht in der Regel nicht aus. Das gleichzeitige Öffnen von gegenüberliegenden Fenstern, im besten Fall von allen Fenstern, bewirkt den erwünschten Durchzug. Ist ein nächtliches Lüften aufgrund der Einbruch­­sicherheit oder eines aufkommenden Unwetters nicht möglich, sollten die kühlen Morgenstunden für die Auskühlung der Räumlichkeiten genutzt werden.

Beleuchtungen und Elektrogeräte geben Wärme ab. Also sind in Büros und im Homeoffice Bildschirme, Drucker, externe Speicher sowie die Beleuchtung wann immer möglich auszuschalten. Am besten wird bereits beim Kauf der Geräte auf eine hohe Energieeffizienz geachtet, denn je effizienter, desto weniger Wärmeabgabe an den Raum.

Herrscht dennoch etwas «dicke Luft», leistet ein Tischventilator einen angenehmen Kühleffekt auf der Haut. Ganz nach eigenem Belieben – um auch in einem hitzereichen Sommer einen kühlen Kopf zu bewahren. Und nicht vergessen: immer genügend Wasser trinken.

Text: Regionale Energieberatung
Bild: unsplash.com (Kaffeebart)

Tipps für kühle Köpfe

www.energieschweiz.ch/stories/kuehlen-ohne-klimaanlage
oder in Suchmaschinen «Tipps gegen Hitze» eingeben

Die Regionale Energieberatung steht auch telefonisch für Auskünfte zur Verfügung.



Kanton Bern
Canton de Berne



Energiestadt Thun
European energy award



Regionale Energieberatung
Industriestrasse 6, 3607 Thun
Tel. 033 225 22 90

info@regionale-energieberatung.ch
www.regionale-energieberatung.ch

Folgen Sie uns auf LinkedIn

