

Verbraucherzentrale Hessen, Donnerstag, 22. Mai 2025

## Hitzeschutz in Wohnräumen

Energiespartipp der Verbraucherzentrale Hessen

Bei Hitzerekorden schätzen sich diejenigen glücklich, deren vier Wände tagsüber kühl bleiben. Denn sind die Wohnräume einmal aufgeheizt, werden sie so schnell nicht mehr kühl.

Was kann man für den Hitzeschutz tun? Das Wichtigste in Kürze:

- **Hitzeschutzmaßnahmen:** Außenliegender Sonnenschutz wie Rollläden und Markisen verhindert Wärme und bietet Einbruchschutz; geeignet für Neubauten und Nachrüstungen.
- **Dämmung von Dach und Fassade:** Effiziente Dämmung reduziert Sommerhitze und spart Heizkosten; ideal bei Renovierungen.
- **Natürliche Kühlung:** Fassaden- und Dachbegrünung schützt vor Überhitzung und verbessert das Mikroklima; Statik beachten.
- **Wärmedämmungsstrategie:** Schwachstellen im Haus identifizieren und effizient dämmen, besonders Wände, Dächer und Kellerdecken.
- **Alternative Kühlungsmethoden:** Sonnenschutzfolien und Ventilatoren sind stromsparend; bei Klimageräten auf hohe Energieeffizienz achten.
- **Lüftungstipps:** Lüften in kühlen Nachtstunden minimiert Wärmebelastung am Tag.

**Bei individuellen Fragen zum Hitzeschutz und allen weiteren Themen des privaten Energieverbrauchs berät die Energieberatung der Verbraucherzentrale Hessen – kompetent und anbieterunabhängig.**

Dipl. Ing. / Arch. Muster Mustermann bietet die persönliche Energieberatung der Verbraucherzentrale Hessen jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat von 14 bis 18 Uhr in Ort, Örtlichkeit, Straße und Hausnummer an. Die Energieberatung dauert ca. 45 Minuten und ist kostenfrei. Termine können unter 0123 – 45 67 89 (*Telefonnummer des Stützpunktes*) vereinbart werden. Falls erforderlich kommt ein Energieexperte auch zu Ihnen nach Hause (Eigenbeteiligung 40€).

**Weitere Informationen zur Energieberatung und Terminvereinbarung unter [www.verbraucherzentrale-energieberatung.de](http://www.verbraucherzentrale-energieberatung.de) oder 0800 – 809 802 400.**

*Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie.*