

## It's summertime – Wie bleibt nur die Hitze draußen?!

Aufgepasst – drei schnelle, einfache Tipps, die dafür sorgen, dass die Wärme draußen bleibt:



**Morgens lüften**, wenn es noch kühl ist!

Sobald es draußen wärmer ist als drinnen gilt: Alle Fenster zu! Und dann – wie im Winter - nur bei Bedarf lüften. Gebt der warmen Luft tagsüber keine Chance, in die Räume zu kommen.



**Beleuchtung und Elektrogeräte aus:**

Beleuchtung und Elektrogeräte sind zusätzliche Wärmequellen – schaltet alle aus, die ihr nicht zwingend benötigt.



**Sonnenschutz in Position:** Am besten sind Jalousien (Lamellen), die man mit einer Neigung von ca. 40° einstellen kann. Dann bleibt die direkte Sonnenstrahlung draußen, aber Licht kommt noch herein und keine zusätzliche Beleuchtung ist notwendig. Probiert es aus.

Und noch eine Weisheit zum Schluss:



**Dicke Socken an und heißen Tee trinken:**

Tatsächlich kühlt im Sommer nichts so gut ab, wie warme Dinge, die uns zum Schwitzen bringen.

Alternativ bleiben immer noch das Freibad und ein leckeres Eis.

