Smart und Cool

Von: Katharina Macke, 30.07.2025

Moment mal!? Dabei macht doch der April was er will oder? 🤔 Von ganz viel Regen bis ganz viel Sonne ist diesen Sommer alles dabei. 🌞 Aber wir sind auf jeden Fall für die bestimmt noch kommende Hitze vorbereitet ☝ Damit wir alle ganz entspannt durch die warme Jahreszeit kommen, haben wir für euch noch ein paar besonders nachhaltige 🌎Energiespartipps gesammelt. Wirklich jeder kann mitmachen und die Tipps lassen sich easy peasy - egal bei welchem Wetter 😊 - in jedem Zuhause umsetzen. Also, los geht´s Hildesheim! Energiesparmodus on 😎

Energiespartipps à la EVI

Richtig Lüften

Schön die Fenster geschlossen halten, sonst kommt zu viel Hitze in die Wohnung! Besser ist es, morgens und abends alle Fenster ein paar Minuten lang weit zu öffnen und „auf Durchzug zu schalten“.

Fenster abdichten

Bleiben Rollläden und Jalousien tagsüber unten, hat die Wärme keine Chance. Vorhänge und Plissees helfen ebenfalls. Alternativ kann ein Fensterschutz aus Pappe und Alufolie gebastelt werden. Damit werden Sonnenstrahlen reflektiert, also zurückgeworfen, und die Raumtemperatur bleibt angenehm.

Geräte ausschalten

Stand-by-Betrieb verursacht nicht nur viel Wärme, sondern verbraucht auch unnötig Strom. Deshalb: abschalten! Praktisch für mehrere Geräte sind Steckerleisten mit einem Schalter.

Viel trinken – Unser Favo!

Unser Favo: Natürlich gaaaanz viel leckeres Trinkwasser von der EVI. Pur und direkt aus dem Wasserhahn 🚰

Schwitzen dient der Abkühlung. Deshalb sollte man an heißen Tagen besonders viel und am besten zimmerwarme Flüssigkeit zu sich nehmen. Hilfreich sind auch feuchte Wickel oder eine Dusche.

Kühl schlafen

Besonders angenehm sind luftigleichte Sommerdecken und Bettwäsche etwa aus Satin oder Leinen. Eine Wärmflasche mit kaltem Wasser wirkt angenehm. Das Gleiche gilt für Nachtwäsche, die aus dem Gefrierfach kommt.

Wärme entziehen

Dafür werden feuchte Tücher an Fenster, Türen oder auf Wäscheleinen im Zimmer gehängt. Beim Trocknen wird der Luft Wärme entzogen und es entsteht Verdunstungskühle.

Zimmer entrümpeln

Parkett und Fliesen kühlen den Raum – Teppiche sollten deshalb an heißen Tagen verbannt werden. Eine aufgeräumte Wohnung verbessert die Luftzirkulation.

Gehirn austricksen

Hitzeempfinden hat auch mit der Psyche zu tun. So wirken freie Flächen und kühle Farben an heißen Tagen angenehm.