



Klímabarát nyári hűtés – ötletek a háztartási klíma-auditok alapján

Mit csináljunk nyáron, ha nagyon melegünk van otthon?



1. Tusoljunk hideg vízzel.
2. Rakjunk magunkra hidegvizes törölközőt.
3. Vizezzük be magunkat.
4. Spriceljünk/permetezzünk hideg vizet a szobákba és magunkra is.
5. Éjszakára adjunk vizes zsepit, pelenkát a gyerekek kezébe.
6. Gyerekek pancsoljanak a kádban (akár a szobában egy műanyag kádban) napközben is.
7. Tegyük jégkockát az italokba, igyunk hűtött limonádét, együnk fagyalaltot.



8. Függesztünk ki vizes lepedőt a lakásban, ahol a levegő jár.
9. Nedvesítsük be a nyílászáró előtti függönyt.
10. Mossuk fel a padlót.
11. Mossuk fel a köves helyiségeket.
12. Este locsoljuk le a ház előtt a járdákat.
13. Locsoljuk be a füvet, növényeket a ház körül estére, néha akár a ház falát is lehet.
14. A beépített tetőtér helyett tartózkodjunk a földszinten.
15. Töltsük az időt a hűvösebb szobá(k)ban.
16. Sötétítsük be nappal (főleg a napsütötte oldalon).

17. Napközben ne nyissunk ablakot, ajtót fölöslegesen.
18. Éjjel nyissunk ablakot.
19. Hajnalban napfelkelte előtt huzattal szellőztessük át a házat, nappalra a napos ablakokat árnyékoljuk, és húzzuk be a sötétítő függönyt is, amíg nem vagyunk a szobában.
20. Szellőztessünk át a lépcsőház felé (társasházban).
21. Napernyővel árnyékoljuk a szobát.
22. A teraszon engedjük ki a napellenzőt.



23. Az átlátszó terasz feletti tetőre rögzítsünk fehér vásznat alulról, így nem tűz be a nap nyáron, de a világosság marad.
24. Szigeteljük rendszeren a házat, akkor nem lesz annyira melegünk.
25. Főzünk/süssünk kevesebbet.
26. A nagyon meleg éjszakákon aludjunk kint a teraszon.
27. Szaunázzunk – utána garantáltan hűvösebb lesz a kinti idő ☺
28. Ülünk ki a nagy gesztenyefa alá.
29. Használjuk ki az árnyékot a kertben.
30. A kerti tó és a sok fa mérsékelik a nagy felmelegedést.

31. Menjünk le a hozzánk legközelebb eső folyó- vagy tópartra és mártózzunk meg.
32. Menjünk kirándulni árnyat adó erdőkbe.
33. Járjunk pendelyben ☺
34. Tűrjünk.
35. Izzadjunk ☺



(a képek forrásai: www.index.hu, www.alternativenergia.hu, www.dh-online.hu, www.nepszava.com)

Hasznos információk, kapcsolat, támogatók

Szerkeszti: Antal Orsolya és Vadovics Edina
Közreműködött: Gáll Veronika, Magosányi Zsuzsanna, és Vadovics Kristóf
Design: Iconica Bt.

Információk az EnergiaKözösségek programról:
GreenDependent Intézet
2100 Gödöllő, Éva u. 4.
Tel.: 06-28-412-855
E-mail: info@greendependent.org
Honlap: www.energiakozossegek.eu
www.greendependent.org



Az EnergiaKözösségek program fővédnöke **dr. Fülöp Sándor** a jövő nemzedékek védelmét ellátó biztoshelyettes.

Védnök **Dr. Gémesi György**, Gödöllő polgármestere, a Magyar Önkormányzatok Szövetségének elnöke.



Programunkat a **Klimabarát Települések Szövetségének**, valamint az **Energiahatékony Önkormányzatok Szövetségének** ajánlásával valósítjuk meg.



Támogató önkormányzataink: **Budapest XIII. kerülete, Óbuda, Pécs és Siklós.**

Az EnergiaKözösségek program támogatója:



INTELLIGENS ENERGIA
EURÓPA



Ezen információs hírlevél tartalmáért a kizárólagos felelősség a szerzőket terheli, nem feltétlenül tükrözi az Európai Unió véleményét. Sem az EACI, sem az Európai Bizottság nem felelős az abban foglalt információk bármilyen jellegű felhasználásáért.