Experten-Tipp für kühle Räume an heißen Tagen

Category: Ratgeber
geschrieben von Gastautor | 11. Juni 2025

Sommerhitze muss kein Problem sein! Mit steigenden Temperaturen in Deutschland sind kosteneffiziente und nachhaltige Lösungen gefragt. Erfahren Sie, wie außenliegende Sonnenschutzprodukte Ihr Zuhause kühl halten und gleichzeitig Energie sparen.

Inhalt

- Wie sorgt Sonnenschutz bei warmen Außentemperaturen für angenehm temperierte Innenräume?
- Wieso Automation der entscheidende Erfolgsfaktor ist?
- Und wie kommt ausreichend Tageslicht in die Wohnräume – auch wenn ich keine Steuerung habe?
- Welche Farben und Stoffe sind besonders geeignet, um Sonneneinstrahlung abzuhalten?

In Deutschland werden die **Sommer immer heißer** und die Anzahl der Tage, an denen das Thermometer über die 30-Grad-Marke klettert, wird in den kommenden Jahren deutlich zunehmen. Auf diese Entwicklung sind viele Häuser und Wohnungen nicht vorbereitet, weshalb vielen **Haushalten** eine **Überhitzung** droht. Die Folgen: Ein zu warmer Wohnraum ist nicht nur unbehaglich, sondern trägt auch dazu bei, dass sich Bewohner:innen schlapp und träge fühlen – besonders im höheren Alter. Auch die Schlafqualität leidet, was sich wiederum negativ auf die allgemeine Leistungsfähigkeit sowie das Wohlbefinden auswirkt.

Der erste Gedanke für eine Lösung gilt häufig der **Klimaanlage** – doch nicht nur die **Anschaffung ist teuer,** auch der fortlaufende **Energieverbrauch steigt massiv** an. Was viele noch nicht wissen: Eine kostengünstigere und nachhaltigere **Alternative ist außenliegender Sonnenschutz,** wie etwa Außenjalousien, Rollläden oder Fenstermarkisen, die in den warmen Monaten bei richtiger Anwendung selbst an heißen Tagen für kühle Räume sorgen. Auch eine Terrassenmarkise kann ergänzend dazu beitragen, dass der Innenraum nicht zu heiß wird. Sie wirft Schatten auf dahinterliegende Fenster sowie Türen, bietet dadurch auch für Laufwege Schutz vor Sonnenstrahlen und lässt dennoch Tageslicht hinein.


Markus Schwab, Bauphysiker bei Warema

Wie das funktioniert und welches Sonnenschutzprodukt das Richtige ist, erklärt **Experte Markus Schwab, Bauphysiker bei WAREMA.**

Wie sorgt Sonnenschutz bei warmen Außentemperaturen für angenehm temperierte Innenräume?

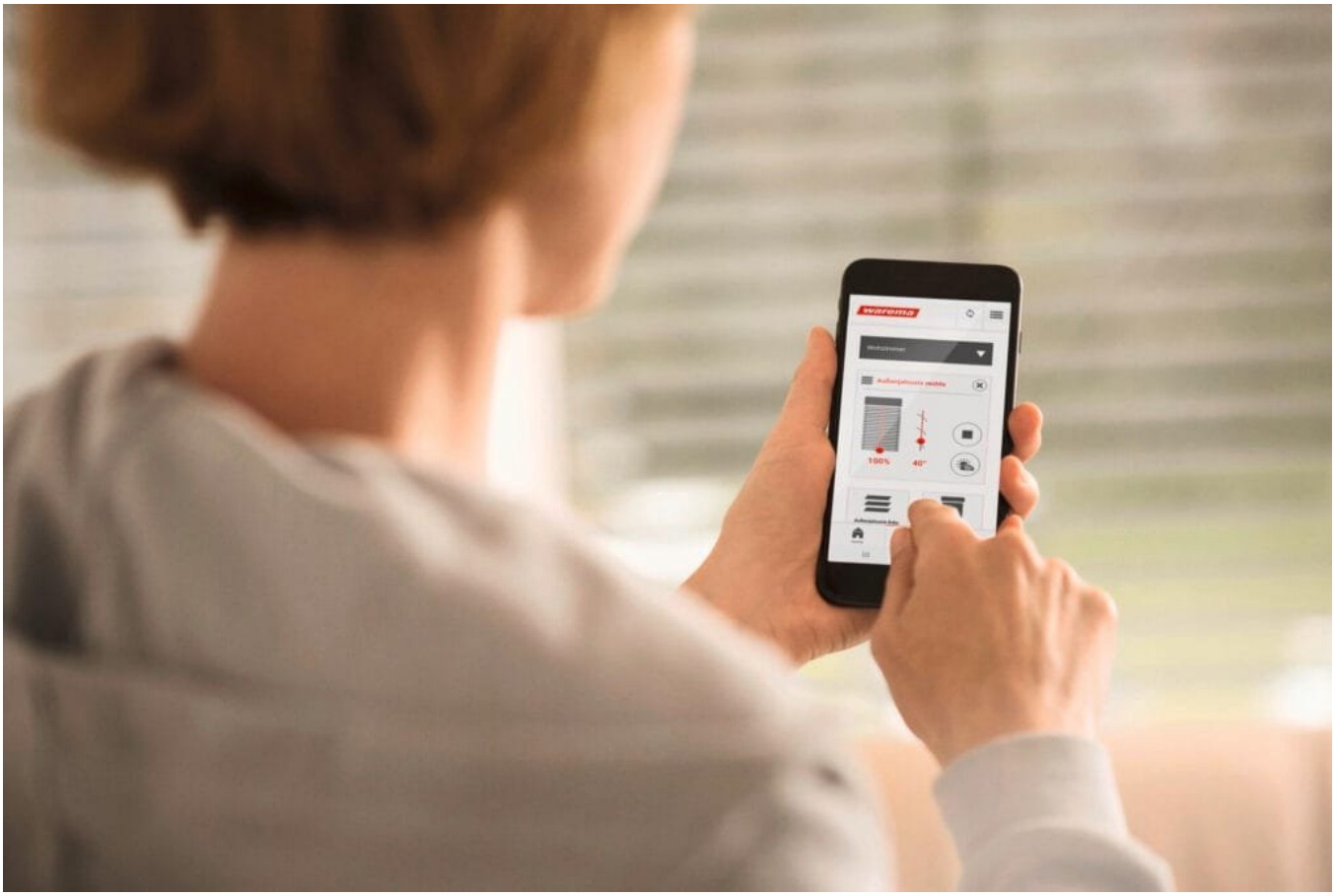
- Wichtig zu wissen ist, dass der Sonnenschutz den Innenraum nicht abkühlt, sondern eine Aufheizung verhindert. Entscheidend dafür ist, dass ein außenliegender Sonnenschutz eingesetzt wird.
- Außenjalousien, Rollläden oder Fenstermarkisen fangen die Sonnenstrahlen schon vor der Scheibe ab, sodass die Hitze draußen bleibt und die Temperatur drinnen gar nicht erst stark ansteigen kann.
- In Wohnräumen und Küche empfiehlt sich eher eine Außenjalousie oder Fenstermarkise, da diese flexibler einsetzbar sind, der Kontakt zur Außenwelt erhalten bleibt und das Tageslicht auch in heruntergelassenem Zustand genutzt werden kann.
- Für private Räume, wie das Schlafzimmer, eignet sich ein Rollladen, da dieser für Blickschutz, Abdunkelung und Schallreduktion sorgt.
- Besonders wirksam ist ein Sonnenschutz, wenn er automatisiert ist und auch reagiert, wenn die Bewohner:innen gerade nicht zu Hause sind und damit selbsttätig für angenehm temperierte Räume sorgt.



Flexibler Sonnenschutz: Außenjalousien sorgen für kühle Räume und lassen dennoch Tageslicht herein.

Wieso Automation der entscheidende Erfolgsfaktor ist?

Mithilfe einer intelligenten Steuerung, wie dem **Funksystem WMS von WAREMA** werden Tageslicht und Temperatur im Innenraum sehr effizient reguliert. Eine Automatik ist feinfühliger und reagiert schneller als die Bewohner:innen es können. Wenn diese feststellen, dass es in einem Raum zu warm geworden ist, ist es bereits zu spät, um durch den Sonnenschutz noch ein Aufheizen zu verhindern. Mit einer Automatik reagiert der Sonnenschutz jedoch frühzeitig und ohne menschliches Zutun auf Temperatur- und Klimaveränderungen, so dass auch an heißen Tagen durchgehend ein Wohlfühlklima geschaffen wird. Per App kann der Sonnenschutz auch unterwegs bequem manuell gesteuert werden, was in der Urlaubszeit ein zusätzliches Plus ist.



Besonders wirksam ist ein Sonnenschutz, wenn er automatisiert ist und auch reagiert, wenn die Bewohner:innen gerade nicht zu Hause sind und damit selbsttätig für angenehm temperierte Räume sorgt.

Und wie kommt ausreichend Tageslicht in die Wohnräume – auch wenn ich keine Steuerung habe?

- Bei Anwesenheit sollte der Sonnenschutz gerade so weit geöffnet sein, dass ausreichend Tageslicht im Inneren zur Verfügung steht. So lassen sich beispielsweise Außenjalousien auch ohne Automation mit ihren dreh- und verfahrbaren Lamellen dem Sonnenstand entsprechend anpassen – dabei ist es wichtig, einen direkten Sonnenlichteinfall stets zu unterbinden, um Überhitzung vorzubeugen.
- Auch wenn die Sonne nicht direkt auf der Fassade steht, ist es sinnvoll den Sonnenschutz möglichst weit zu schließen, sodass gerade noch genügend Tageslicht vorhanden ist, da auch diffuse Einstrahlung den Raum aufheizt.
- Bei Abwesenheit oder ungenutzten Räumen empfiehlt es sich, den Sonnenschutz immer maximal zu schließen.
- Nachts bzw. wenn es draußen kälter ist als im Inneren, sollte der Sonnenschutz hochgefahren und die Fenster zum Lüften geöffnet werden. Es ist jedoch darauf zu achten, dass der Sonnenschutz in den Morgenstunden noch vor Sonnenaufgang wieder tiefgefahren wird.



Auch eine Terrassenmarkise kann dabei unterstützen, dass der Innenraum nicht zu warm wird. Sie wirft Schatten auf dahinterliegende Fenster sowie Türen, bietet dadurch auch für Laufwege Schutz vor Sonnenstrahlen und lässt dennoch Tageslicht hinein.

Welche Farben und Stoffe sind besonders geeignet, um Sonneneinstrahlung abzuhalten?

- Je dunkler die Stofffarbe desto geringer die Transmission, also die Lichtdurchlässigkeit, und damit der Energieeintrag. Deswegen sollte bei Markisen – egal ob auf der Terrasse oder vor den Fenstern – auf eine dunklere Farbgebung geachtet werden.
- Die Tageslichtversorgung ist auch bei Außenjalousien nicht zu vernachlässigen, da ansonsten zusätzliches Kunstlicht benötigt wird. Hier lässt sich die Lichttransmission über den Lamellenwinkel bzw. den Öffnungsgrad des Stoffbehangs steuern, die Farbgebung ist zweitrangig.
- Wenngleich bei teilweise geschlossenen Rollläden Helligkeit in den Raum gelangen kann, sind dennoch generell helle Farben von Vorteil, da sich diese nicht so stark aufheizen.



Für Fenstermarkisen empfiehlt sich ein dunkler Stoff, da er Lichtdurchlässigkeit und Energieeintrag effektiv reduziert.

Staatliche Unterstützung lohnt sich: Nach dem Pariser Abkommen und dem Klimaschutzplan 2050 hat sich die Bundesregierung zu einer weitgehenden Treibhausgasneutralität bis 2050 verpflichtet. Um die geplanten Zwischenziele zu erreichen, fördert die Bundesregierung Einzelmaßnahmen wie die Sanierung des Sonnenschutzes oder das Nachrüsten von Steuerungen. Mehr Infos zur aktuellen Förderung unter www.warema.de/foerderung.

Schon gewusst? Ein effektiver Sonnenschutz kostet bei einem modernen Haus mit ca. 100 m^2 Wohnfläche vergleichbar viel wie der fachmännische Einbau einer Klimaanlage. Aber: Eine automatisierte Sonnenschutzanlage benötigt danach pro Jahr nur etwa ein bis zwei kWh Strom, was bei einem durchschnittlichen Haushaltsverbrauch von 4.000 kWh keinen großen Unterschied macht. Eine Klimaanlage hingegen könnte ohne zusätzliche Beschattung im Haus bei etwa 500 Betriebsstunden den Energieverbrauch des gesamten Haushaltes verdoppeln*.

*Bundesverband Sonnenschutztechnik.

Mehr Informationen unter www.warema.com/hitzeschutz

WAREMA Renkhoff SE Hans-Wilhelm-Renkhoff-Str. 2 97828 Marktheidenfeld
presse@warema.de www.warema.de

www.warema-newsroom.de

Texte und Bilder: WAREMA

Entdecke weitere Inspirationen und folge uns auf Pinterest:

Sie sehen gerade einen Platzhalterinhalt von **Pinterest**. Um auf den eigentlichen Inhalt zuzugreifen, klicken Sie auf die Schaltfläche unten. Bitte beachten Sie, dass dabei Daten an Drittanbieter weitergegeben werden.

Mehr Informationen

Inhalt entsperren Erforderlichen Service akzeptieren und Inhalte entsperren