

Cool through the summer

Leave the heat outside – keep windows closed during the day and air your home at night.

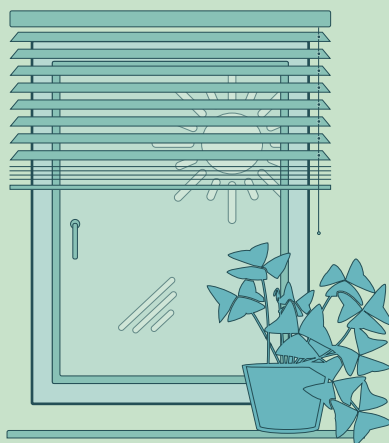


PROTECTION FROM SUMMER

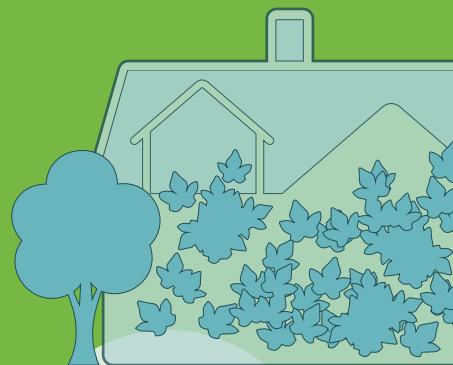
>> LEAVE THE HEAT OUTSIDE



Houseplants cool down rooms and humidify the air



Why use plants as heat protection?



Plants help stop buildings heating up ...

>> CREATING SHADE

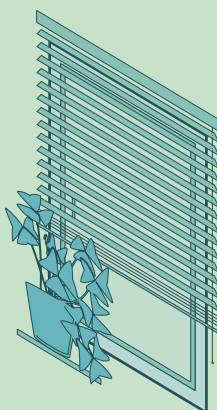
1. Ideal: external sunshade



2. Also suitable: darkening between the panes

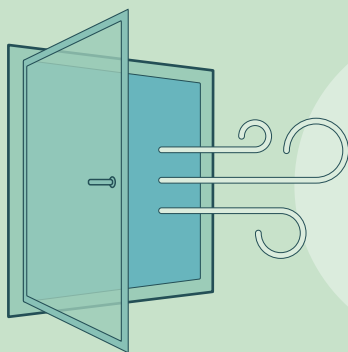


3. Least suitable for cooling rooms: internal sunshade

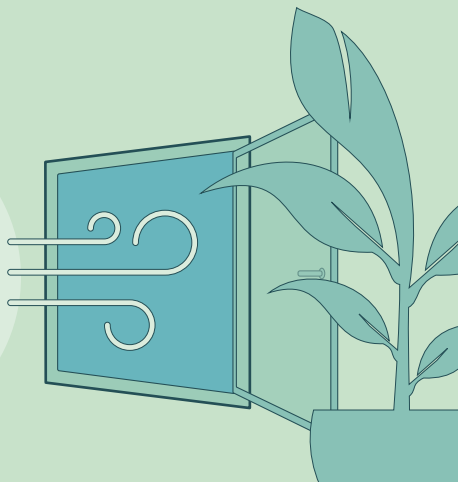


... and cast shadows when positioned in front of the window

>> CORRECT VENTILATION

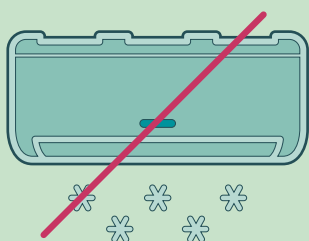


When it's hotter outside than inside – only use cross-ventilation briefly



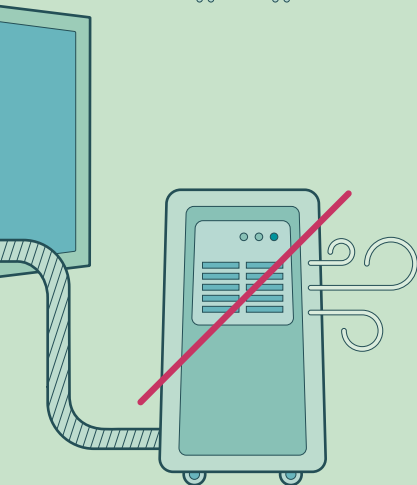
Ideally, cool down at night

>> AVOID USING AIR CONDITIONERS

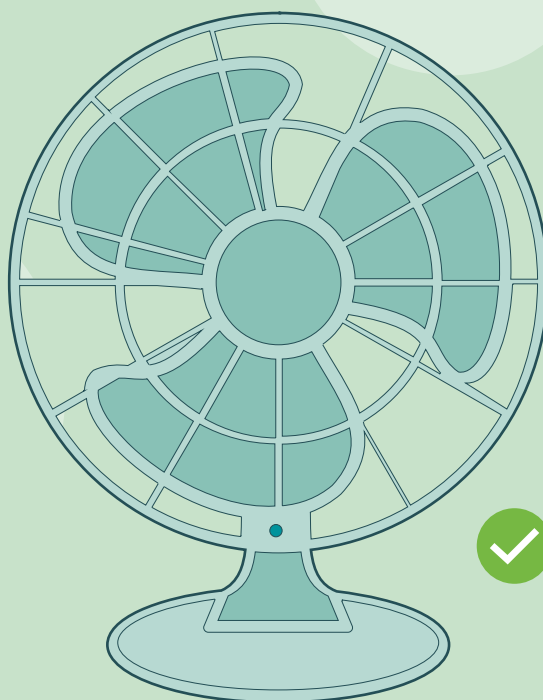


1 split air conditioner consumes as much electricity as 66 fans

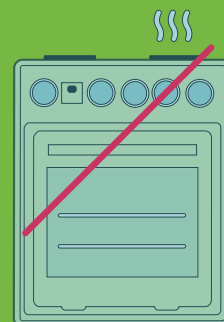
Fans provide cooling and are the cheapest option



Mobile air conditioners increase the electricity consumption of a family by 10 – 15 %



Why keep electrical devices switched off as much as possible?



They create heat

- Information and tips for a more comfortable interior climate can be found at: www.klimaaktiv.at/private/energiesparen/richtig-kuehlen
- The energy information centres will be happy to advise you at: www.klimaaktiv.at/energieberatungsstellen

LEGAL NOTICES

Any liability claims against persons who created this content are excluded. This project has been funded by the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme under Grant Agreement No. 889385. The sole responsibility for the content of these materials lies with the author(s). It does not necessarily reflect the opinion of the European Union. Neither CINEA nor the European Commission is responsible for any use that may be made of the information contained herein. This work of the Austrian Energy Agency is licensed under: [Creative Commons 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) (Attribution/NonCommercial/No Derivative Works).

Text and editing: Altan Sahin, Kerstin Schilcher (Austrian Energy Agency) and Eva-Marieke Lems, Sabine Vogel (DIE UMWELTBERATUNG)
Illustration & Graphics: Barbara Lewall

Vienna 2025



البرودة خلال الصيف

اترك الحرارة في الخارج - أغلق النوافذ أثناء النهار وقم بالتهوية في الصباح والليل

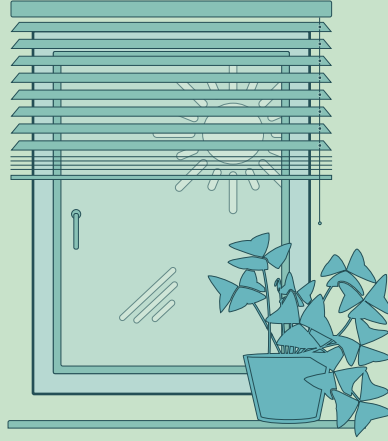


الحماية من حرارة الصيف

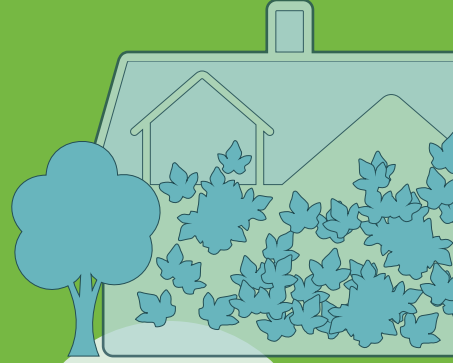
اترك الحرارة في الخارج



تعمل نباتات الحجر على تبريد الغرف وترطيب الهواء



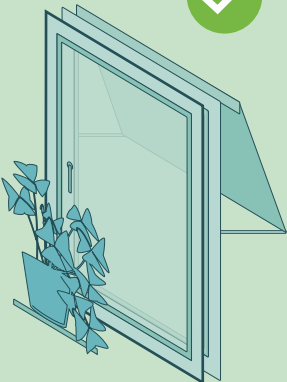
لماذا نباتات الحجر حماية لنا من الحرارة؟



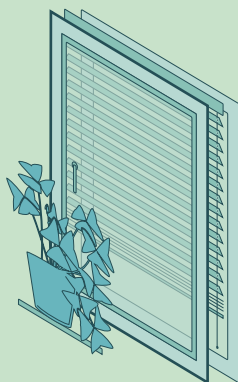
تقلل النباتات من تسخين المبنى ...

تظليل

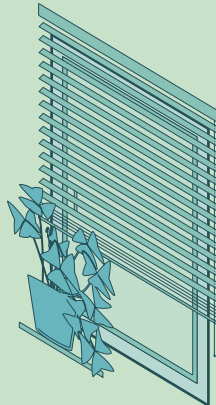
١. الشكل المثالي: التظليل الخارجي



٢. المناسب ايضا: التعطيم بين الشرائح

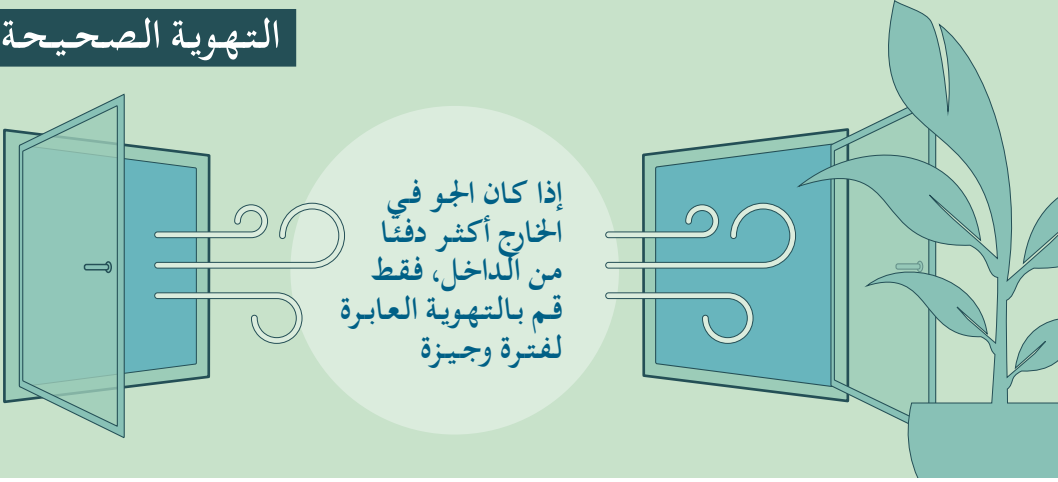


٣. أضعف شيء يقلل من الحرارة: التظليل الداخلي

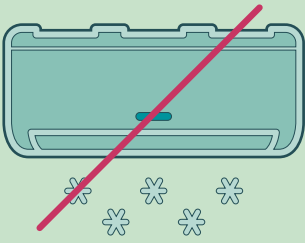


وأمام النافذة يوفر الظل

التهوية الصحيحة



تجنب مكيفات الهواء



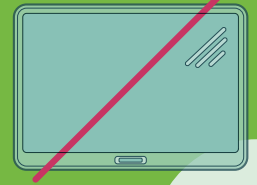
١ مكيف سبيلت يستخدم
قدراً من الكهرباء يصل إلى
٦٦ مروحة

المراوح تجلب التبريد
وهي الأرخص



مكيفات الهواء المتنقلة تزيد من
استهلاك الأسرة للكهرباء بنسبة
١٠-١٥٪

لماذا تشغيل الأجهزة
الكهربائية بأقل
قدر ممكن؟



يولدون
الحرارة

يمكن العثور على معلومات ونصائح حول مناخ معيش

أفضل عبر الرابط التالي: www.klimaaktiv.at/private/energiesparen/richtig-kuehlen

يسعد مراكز استشارات الطاقة تقديم النصح لك شخصياً: www.klimaaktiv.at/energieberatungsstellen

بيانات النشر

التابع للاتحاد الأوروبي بموجب اتفاقية المنحة رقم ٨٨٩٣٨٥. المسؤولية Horizon يتم استبعاد أي مطالبات بالمسؤولية ضد الأشخاص الذين أنشأوا هذا المحتوى. تم تمويل هذا المشروع من قبل برنامج البحث والابتكار ولا المفوضية الأوروبية المسؤولية عن أي استخدام قد يتم للمعلومات الواردة في هذه الوثيقة. CINEA الوحيدة عن محتوى هذه المواد تقع على عاتق المؤلفين. وهذا لا يعكس بالضرورة رأي الاتحاد الأوروبي. لا تتحمل تم ترخيص هذا العمل من وكالة الطاقة النمساوية: الرخصة الدولية للمشاع الإبداعي ٤.٠ (إسناد الاسم/غير تجاري/بدون معالجة). النص والتحرير: ألمان زاهن، كيرستين شيلشر (وكالة الطاقة النمساوية) الرسوم التوضيحية والرسومات: باربرا ليفال فيينا ٢٠٢٥

Cool kroz ljetno

Neka vrućina
ostane vani – tokom
dana zatvorite
prozore i provjetra-
vajte izjutra
i noću.

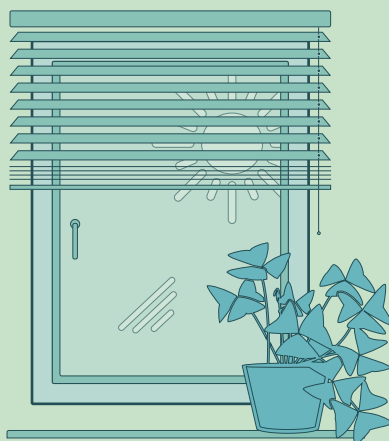


ZAŠTITA OD LJETNE VRUĆINE

>> OSTAVITE VRUĆINU VANI!



Sobne biljke
hlade prostorije
i vlaže zrak



Zašto biljke kao zaštita
od vrućine?



Biljke smanjuju
zagrijavanje
zgrade ...

>> SJENILA

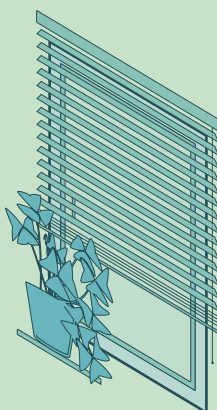
1. idealno:
vanjska sjenila



2. moguća su i:
sjenila između
stakala

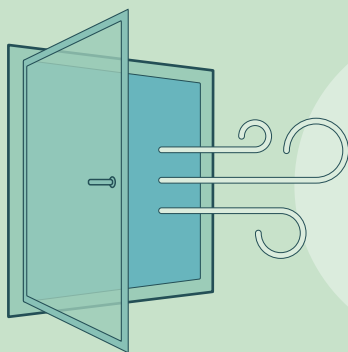


3. najmanje smanjuju
zagrijavanje:
unutrašnja sjenila

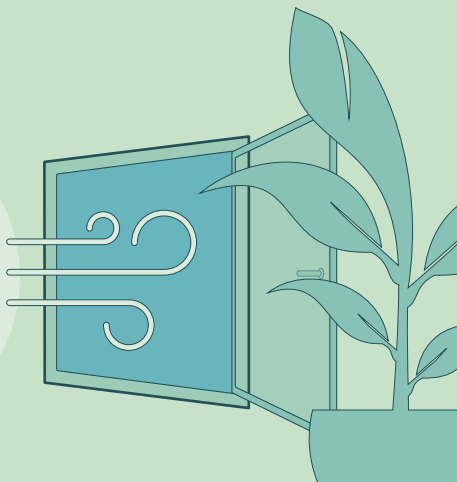


... a ispred
prozora prave
hlad

>> PRAVILNO PROVJETRAVANJE

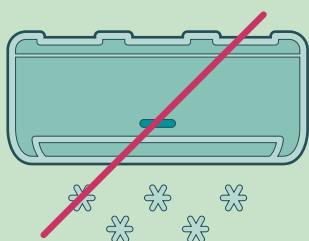


Ako je vani toplije nego unutra, samo kratko poprečno provjetrite



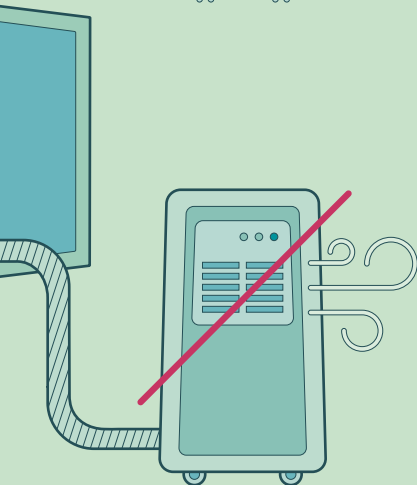
Najbolje je rashlađivanje noću

>> IZBJEGAJTE KLIMA UREĐAJE

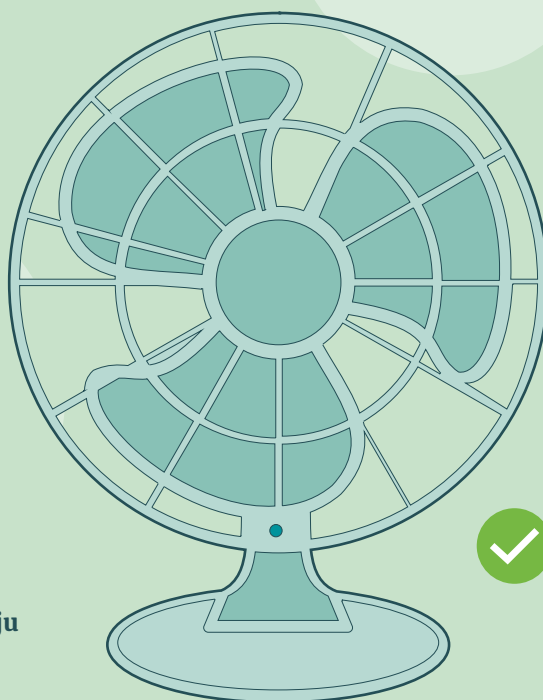


1 split klima uređaj treba struje kao 66 ventilatora

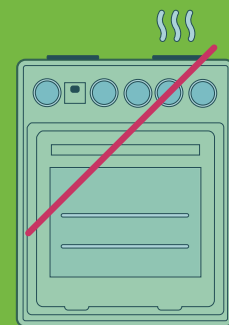
Ventilatori rashlađuju i najjeftiniji su



Mobilni klima uređaji povećavaju potrošnju struje jedne porodice za 10–15 %



Zašto bi trebalo što manje uključivati električne uređaje?



Jer proizvode toplotu

- Informacije i savjete vezano za bolji klimatski ugođaj u stanu možete pronaći na: www.klimaaktiv.at/private/energiesparen/richtig-kuehlen
- Energetska savjetovališta će Vas rado posavjetovati lično: www.klimaaktiv.at/energieberatungsstellen

IMPRESUM

Isključeni su bilo kakvi odštetni zahtjevi prema osobama koje su kreirale ove sadržaje. Ovaj projekt je financiran sredstvima iz programa Europske unije za istraživanje i inovacije "Horizon 2020" prema Sporazumu o dodjeli bespovratnih sredstava br. 889385. Odgovornost za sadržaj ovih materijala imaju isključivo autori/ce. Sadržaj ne odražava nužno mišljenje Europske unije. Ni CINEA ni Europska komisija nisu odgovorne za korištenje informacija koje su ovdje sadržane. Ovo djelo Austrijske agencije za energetiku je licencirano: [Međunarodna licenca Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) (imenovanje/nekommercijalno/bez prerada).

Tekst i redakcija: Altan Sahin, Kerstin Schilcher (Österreichische Energieagentur) i Eva-Marieke Lems, Sabine Vogel (DIE UMWELTBERATUNG)
Ilustracija & grafička obrada: Barbara Lewall

Beč 2025. godine



خنک در طول تابستان

گرما را بیرون نگه دارید - پنجره ها را در روز ببندید و صبح و شب تهویه کنید

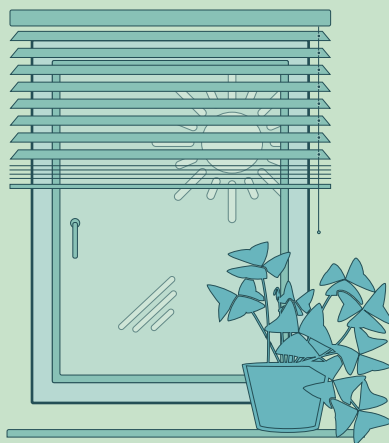


محافظت در برابر گرمای تابستان

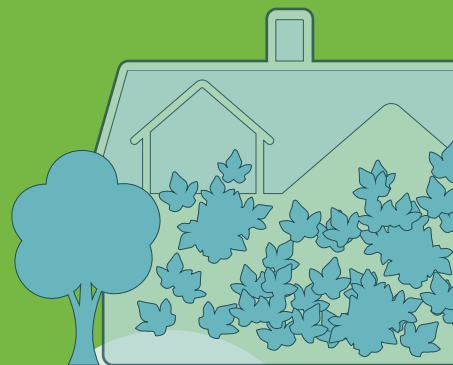
گرما را بیرون نگه دارید



گیاهان داخل اتاق را خنک و هوا را مرطوب می کنند



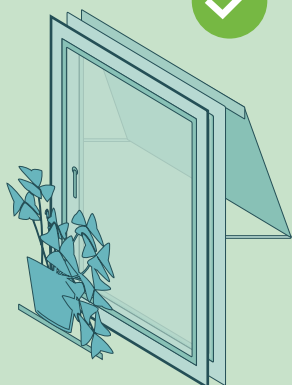
چرا گیاهان به خنک ماندن فضا کمک می کنند؟



گیاهان باعث کاهش گرمایش ساختمان می شوند ...

سایه زدن

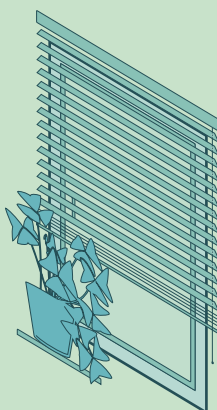
۱. ایدآل: سایه خارجی



۲. همچنین مناسب: کرکره بین شیشه ها

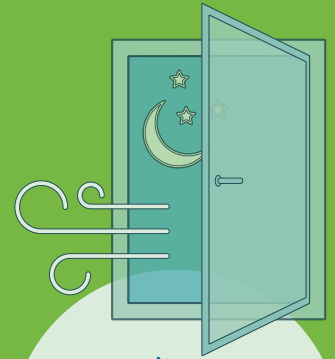
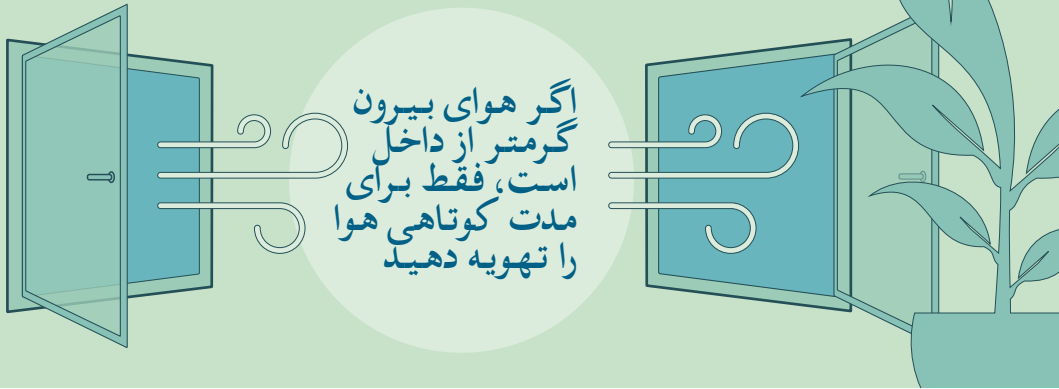


۳. اثر کمتر در خنک ماندن هوا: کرکره داخلی



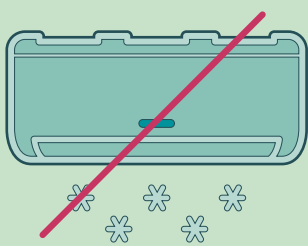
و جلوی پنجره سایه می اندازند

تهویه مناسب



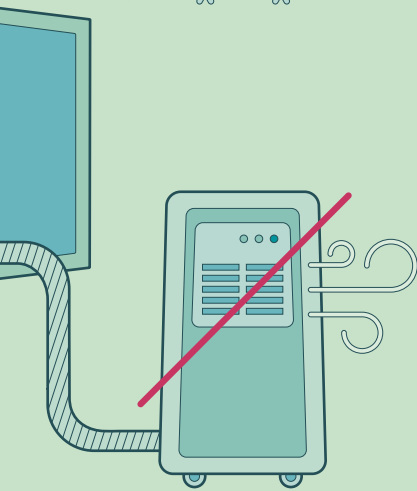
بهترین حالت برای خنک شدن در شب

از ایرکاندیشن خودداری کنید

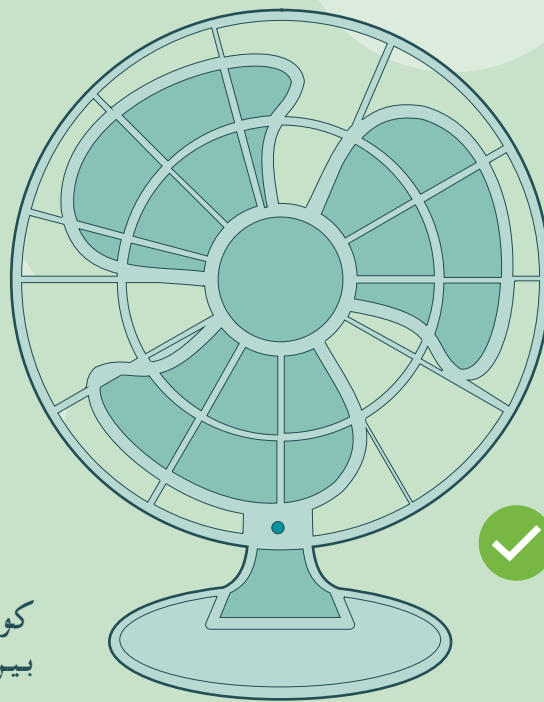


۱ کولر به اندازه ۶۶ پیکه برق مصرف می کند

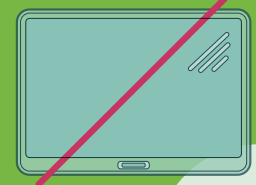
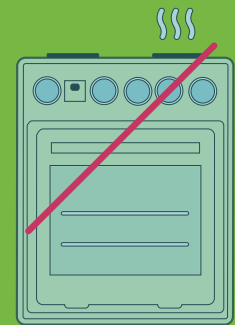
پیکه ها هوا را خنک می کنند و ارزان ترین هستند



کولر سیار مصرف برق خانواده را بین ۱۰ تا ۱۵ درصد افزایش می دهد



چرا وسایل الکتریکی را تا حد امکان کمتر روشن کنیم؟



گرمای تولید می کنند



اطلاعات و نکاتی برای زندگی بهتر با آب و هوای راحت را می توانید در: www.klimaaktiv.at/private/energiesparen/richtig-kuehlen
مراکز مشاوره انرژی با کمال میل به شما مشاوره خواهند داد: www.klimaaktiv.at/energieberatungsstellen

معلومات

اتحادیه اروپا تحت موافقتنامه شماره ۸۸۹۳۸۵ بودجه دریافت کرده است. / مسئولیت Horizon حق هرگونه ادعا و اعتراض علیه افرادی که این محتوی را درست کرده اند سلب میشود. / این پروژه از برنامه تحقیق و نوآوری و نه کمیسیون اروپا مسئولیتی در قبال استفاده از اطلاعات موجود در اینجا را ندارند. / این کار مرکز (ایجنسی) CINEA محتوای این مطالب تنها بر عهده نویسندگان است. لزوماً منعکس کننده نظر اتحادیه اروپا نیست. / نه مرکز (ایجنسی) Altan Sahin, Kerstin Schilcher / است. / متن و ادیت (Attribution/NonCommercial/NoDerivatives) Creative Commons 4.0 International license: انرژی اتریش دارای جواز وین ۲۰۲۵ / Barbara Lewall: مشاوره محیط زیست / تصویر و گرافیک Eva-Marieke Lems, Sabine Vogel: انرژی اتریش / و



Прохладно в течение всего лета

Не допускайте
проникновения
жары: закрывайте
окна днем,
проветривайте
утром и вечером.

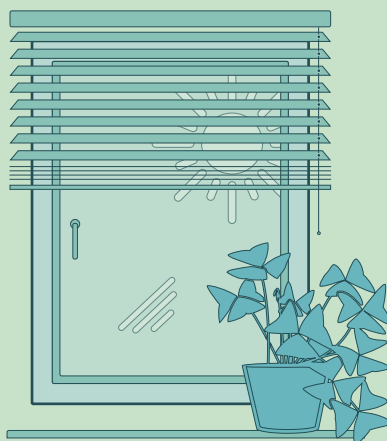


ЗАЩИТА ОТ ЛЕТНЕЙ ЖАРЫ

>> НЕ ДОПУСКАЙТЕ ПРОНИКНОВЕНИЯ ТЕПЛА



Комнатные
растения охлаждают
помещения и
увлажняют воздух



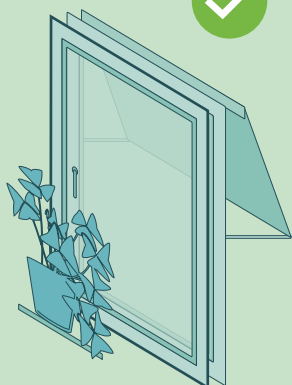
Почему следует
использовать растения
для защиты от жары?



Растения
уменьшают
нагрев
здания ...

>> ЗАТЕНЕНИЕ

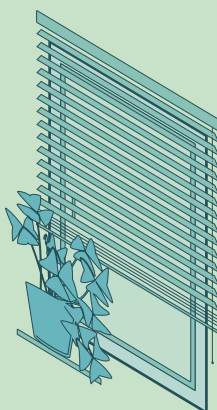
1. Идеальный
вариант:
внешнее затенение



2. Также
подходит:
затенение между
окнами

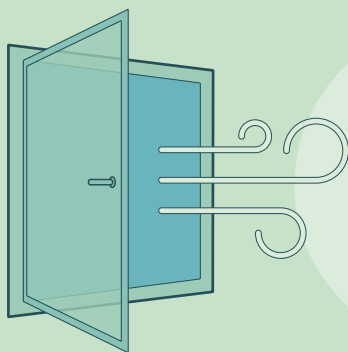


3. Меньше всего
снижает нагрев:
затенение
изнутри

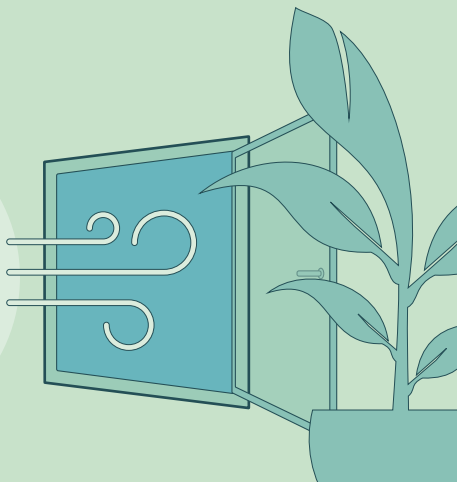


... и создают
тень перед
окном

>> ПРАВИЛЬНАЯ ВЕНТИЛЯЦИЯ

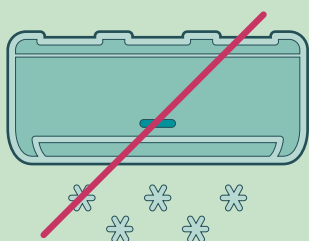


Если на улице теплее, чем в помещении, проводите кратковременное сквозное проветривание



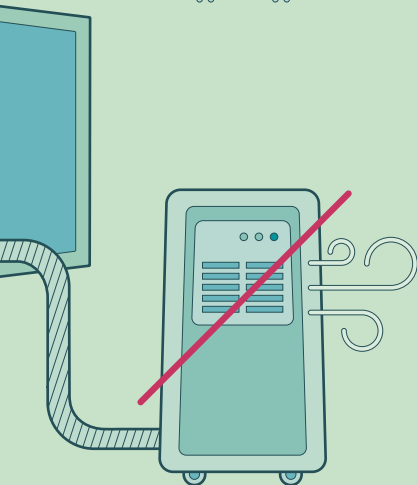
Лучше всего охлаждать воздух ночью

>> ОТКАЖИТЕСЬ ОТ КОНДИЦИОНЕРОВ

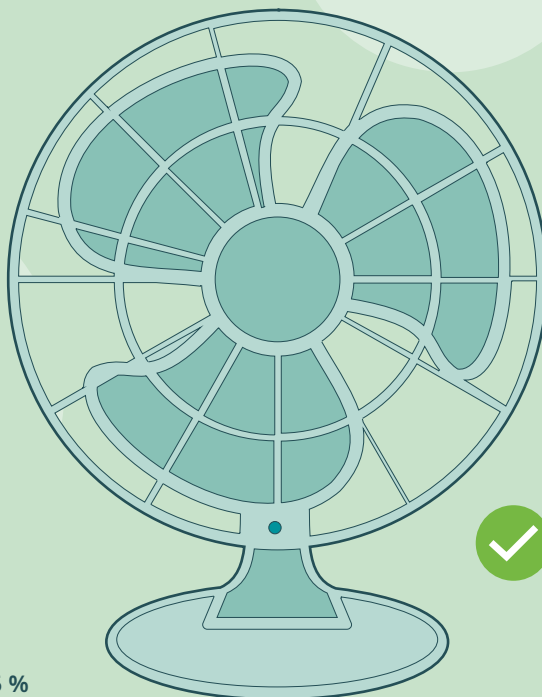


1 сплит-система потребляет столько же электроэнергии, сколько 66 вентиляторов

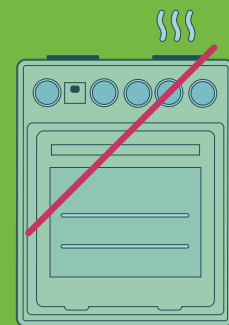
Вентиляторы обеспечивают охлаждение и являются самыми недорогими



Мобильные кондиционеры увеличивают потребление электроэнергии семьями на 10-15 %



Почему нужно как можно реже включать электроприборы?



Они выделяют тепло

- Информацию и рекомендации по улучшению микроклимата в помещении можно найти на сайте: www.klimaaktiv.at/private/energiesparen/richtig-kuehlen
- Консультационные центры по энергосбережению готовы проконсультировать вас лично: www.klimaaktiv.at/energieberatungsstellen

Правовое уведомление

Любые меры ответственности в отношении лиц, создавших данный контент, исключены. Проект финансируется программой исследований и инноваций Horizon 2020 Европейского Союза в рамках грантового соглашения № 889385. Исключительную ответственность за содержание данных материалов несут авторы. Содержание не обязательно отражает точку зрения Европейского Союза. Ни CINEA, ни Европейская комиссия не несут ответственности за любое использование содержащейся в настоящем документе информации. Данная работа Австрийского энергетического агентства лицензирована в соответствии с: Международная лицензия Creative Commons 4.0 (Атрибуция/Некоммерчески/Без производных произведений).

Текст и редактирование: Altan Sahin (Алтан Шахин), Kerstin Schilcher (Керстин Шильхер) (Австрийское энергетическое агентство) и Eva-Marieke Lems (Ева-Марики Лемс), Sabine Vogel (Сабине Фогель) (ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ)
Иллюстрации и графика: Barbara Lewall (Барбара Левалл)

Вена 2025



Yaz boyunca serin

Isıyı dışarıda bırakın - Gün boyunca pencereleri kapatın ve sabah ve gece havalandırın.

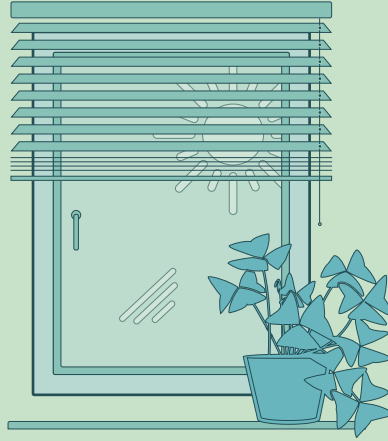


YAZ SICAĞINDAN KORUNMA

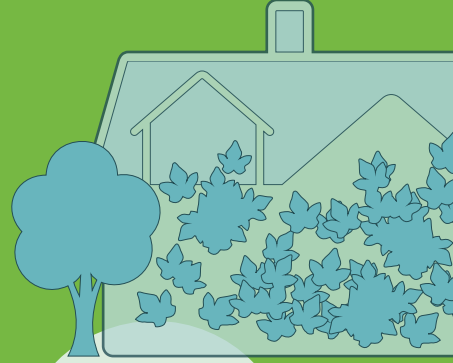
>> ISIYI DIŞARIDA BIRAKIN



Oda bitkileri odaları serinletir ve havayı nemlendirir



Neden ısıdan korunmak için bitki?



Bitkiler binanın ısınmasını azaltır ...

>> KARARTMA

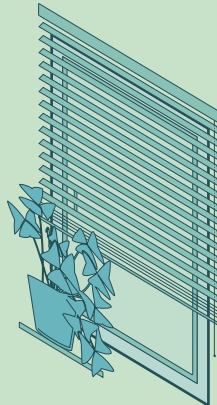
1. İdeal:
Dış karartma



2. Şu da uygundur:
Camlar arasında karartma

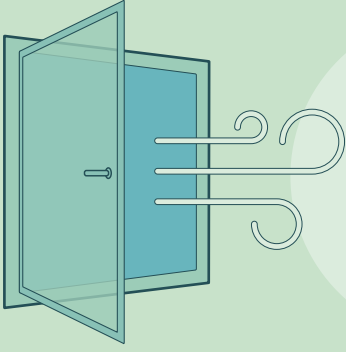


3. Isıyı en az azaltan:
İçteki karartma

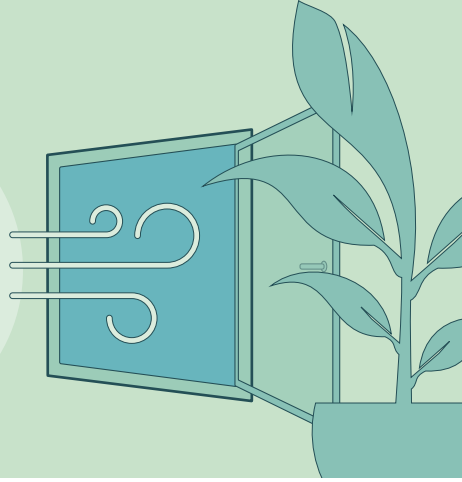


... ve pencerenin önünde gölge yapar

>> DOĞRU HAVALANDIRMA

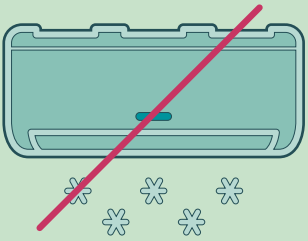


Dışarısı içeriden daha sıcaksa, sadece kısa bir süre havalandırın.



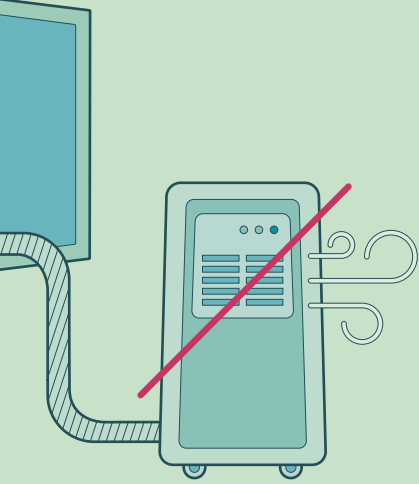
En iyisi geceleri serinletin

>> KLİMA CİHAZLARINDAN KAÇININ

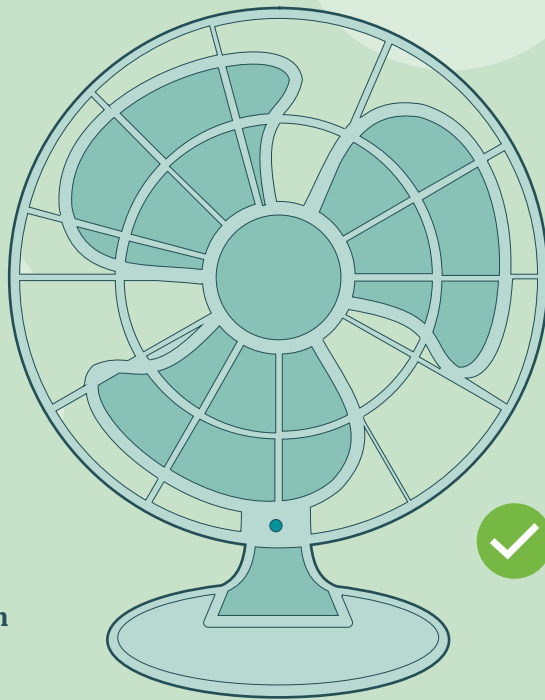


1 split klima, 66 vantilatör kadar elektrik harcar

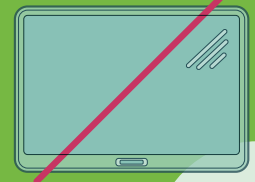
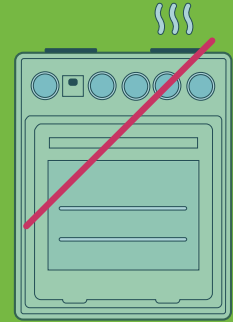
Vantilatörler soğutma sağlar ve en ucuzudur



Mobil klima cihazları bir ailenin elektrik tüketimini %10-15 oranında artırır



Elektrikli cihazları neden mümkün olduğunca az açmalı?



Bunlar ısı üretirler

- Daha iyi bir ev ortamı için bilgi ve öneriler şu adreste: www.klimaaktiv.at/private/energiesparen/richtig-kuehlen
- Enerji danışma merkezleri size memnuniyetle bizzat danışmanlık hizmeti verebilir: www.klimaaktiv.at/energieberatungsstellen

KÜNYE

Bu içeriği oluşturan kişilere karşı herhangi bir sorumluluk talebinde bulunulamaz. Bu proje, Avrupa Birliği 889385 sayılı Grant Agreement kapsamındaki "Horizon 2020 Araştırma ve Yenilik Programı" kaynaklarından teşvik edilmiştir. Bu materyallerin içeriğinin sorumluluğu sadece yazarlarına aittir. İçerik, Avrupa Birliği'nin görüşünü yansıtmak zorunda değildir. Ne CINEA ne de Avrupa Komisyonu burada yer alan bilgilerin herhangi bir şekilde kullanılmasından sorumlu değildir. Avusturya Enerji Ajansı'nın bu çalışması lisanslıdır: [Creative Commons 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) (İsim belirtme/Ticari olmayan/İşlemsiz).

Metin ve redaksiyon: Altan Şahin, Kerstin Schilcher (Avusturya Enerji Ajansı) ve Eva-Marieke Lems, Sabine Vogel ("DIE UMWELTBERTUNG" organizasyonu)
Resim ve Grafik: Barbara Lewall

Viyana 2025



Прохолода у літній період

Не допускайте
проникнення тепла –
закривайте вікна
вдень, проводьте
провітрювання
вранці та ввечері.

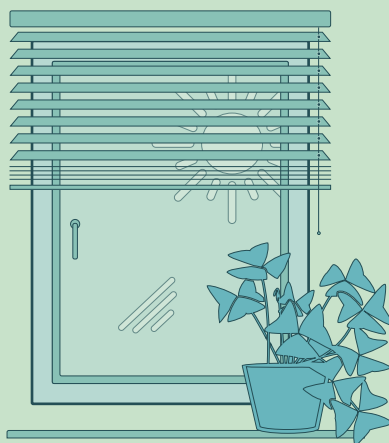


ЗАХИСТ ВІД ЛІТНЬОЇ СПЕКИ

>> НЕ ДОПУСКАЙТЕ ПРОНИКНЕННЯ ТЕПЛА



Кімнатні рослини
охолоджують
приміщення та
зволожують повітря



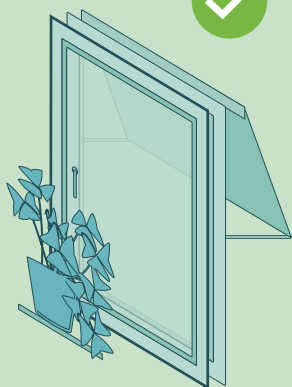
Навіщо використовувати
рослини для захисту
від спеки?



Рослини
допомагають
запобігти
нагріванню
будівлі ...

>> СТВОРЕННЯ ЗАТІНКУ

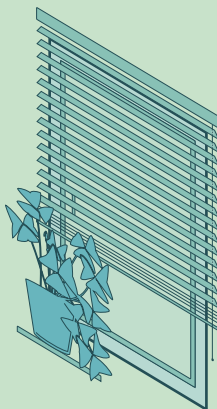
1. ідеальний
варіант:
зовнішнє
затінення



2. також
підходить:
затінення
між вікнами

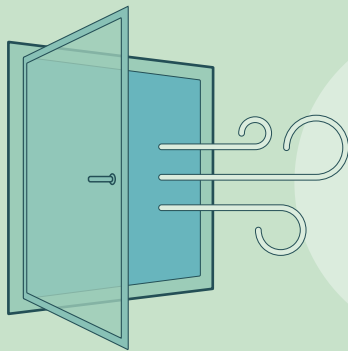


3. найменше
запобігає нагріванню:
внутрішнє
затінення

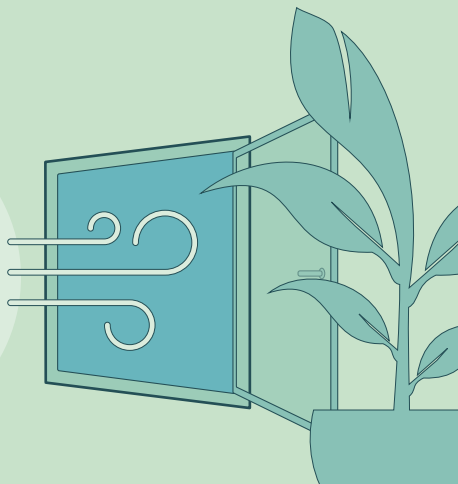


... та створю-
ють тінь
за вікном

>> ПРАВИЛЬНЕ ПРОВІТРЮВАННЯ

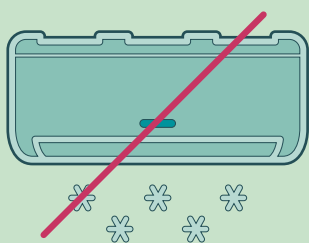


Якщо зовні тепліше, ніж усередині, проводьте наскрізне провітрювання лише протягом короткого періоду часу.



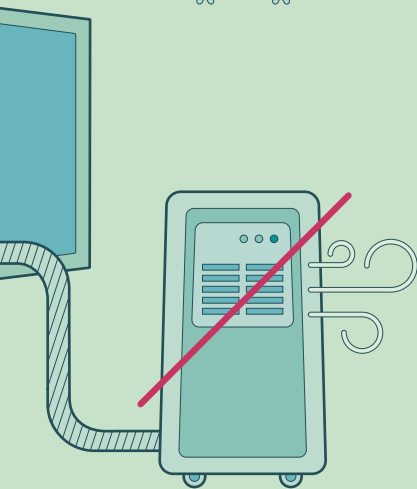
Найкраще охолоджувати приміщення вночі

>> УНИКАЙТЕ ВИКОРИСТАННЯ КОНДИЦІОНЕРІВ

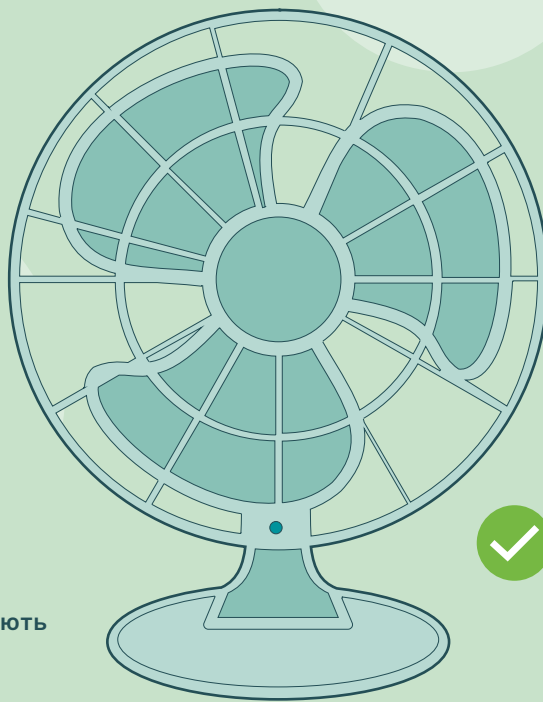


1 кондиціонер зі спліт-системою споживає стільки ж електроенергії, скільки 66 вентиляторів

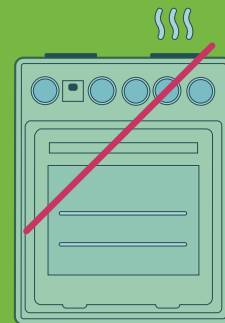
Вентилятори забезпечують охолодження та є найдешевшим варіантом



Мобільні кондиционери збільшують споживання електроенергії на сім'ю на 10-15 %



Чому потрібно якомога рідше вмикати електроприлади?



Вони виділяють тепло

- Інформацію та поради щодо покращення мікроклімату у приміщенні можна знайти на сайті: www.klimaaktiv.at/private/energiesparen/richtig-kuehlen
- консультаційних центрах з питань енергозбереження вас із задоволенням проконсультують особисто: www.klimaaktiv.at/energieberatungsstellen

ПРАВОВА ІНФОРМАЦІЯ

Будь-які претензії щодо відповідальності осіб, які створили цей матеріал, виключені. Цей проект було профінансовано в рамках програми досліджень та інновацій Horizon 2020 Європейського Союзу за грантовою угодою № 889385. Відповідальність за зміст цих матеріалів лежить виключно на авторах. Вони не обов'язково відображають позицію Європейського Союзу. Ані CINEA, ані Європейська комісія не несуть відповідальності за будь-яке використання розміщеної тут інформації. Дана робота Австрійської енергетичної агенції ліцензована відповідно до: Міжнародної ліцензії Creative Commons 4.0 (Зазначення авторства/Некомерційна/Похідні роботи відсутні).

Текст та редактування: Алтан Сахін, Керстін Шильхер (Австрійська енергетична агенція) та Єва-Марієке Лемс, Сабіна Фогель (ЕКОЛОГІЧНА КОНСУЛЬТАЦІЯ).
Ілюстрації та графіка: Барбара Левалл

Відень 2025

