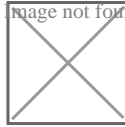


Δροιστείτε χωρίς air condition!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Η κίνηση του αέρα πάνω στο δέρμα είναι το κλειδί για να διατηρήσετε το σώμα δροσερό. Έτσι, αντί να στρέψετε το AC επάνω σας, δείτε από ποια κατεύθυνση πνέει η αύρα έξω (δεν έχει σημασία πόσο ελάχιστη μπορεί να είναι), και στη συνέχεια, ανοίξτε μερικά παράθυρα στρατηγικά να προσπαθήσετε να φέρετε μέσα στο σπίτι αυτό τον αέρα που ρέει από τη μια πλευρά στην άλλη.

Αν το αεράκι από μόνο του δεν είναι αρκετό, μπορείτε να βάλετε σε κίνηση έναν ανεμιστήρα. Τοποθετώντας ένα στο παράθυρο όπου ο αέρας έρχεται και έναν στο απέναντι παράθυρο στη θέση για να φυσήξει το ζεστό αέρα έξω, έτσι μπορείτε να δημιουργήσετε μια ωραία «αεροσήραγγα» που θα φέρει τον αέρα μέσα από το σπίτι.

Επίσης μια δοκιμασμένη και αληθινή μέθοδος είναι να βρέχεται τους καρπούς σας και άλλα σημεία όπου πιάνετε τον παλμό σας με κρύο νερό, και στη συνέχεια να κρατήσετε αυτά τα σημεία δροσερά κρατώντας ένα παγάκι τυλιγμένο σε ένα πανί και να το βάλετε επάνω τους. Η ανακούφιση είναι άμεση, και η μέθοδος αυτή θα κρυώσει ολόκληρο το σώμα κατά τρεις βαθμούς για πάνω από μια ώρα.

Μια άλλη λύση είναι να φορέστε ένα κοντομάνικο πουκάμισο και να κρατήσει τα μανίκια βρεγμένα με κρύο νερό. Κρατώντας τα μπατζάκια του παντελονιού υγρά είναι επίσης ένας καλός τρόπος για να κρατήσετε τα πόδια σας δροσερά.

Φυσικά, αν απλά δεν μπορείτε να ζήσετε χωρίς κλιματισμό, υπάρχουν πράσινες επιλογές. Για αρχή, μια ενιαία μονάδα (παράθυρο) που κρατά δροσερό ένα δωμάτιο είναι πολύ λιγότερο ενεργοβόρα και ρυπογόνα από τον κεντρικό κλιματισμό που διατηρεί όλα τα δωμάτια του σπιτιού (συμπεριλαμβανομένων και εκείνων που δεν χρησιμοποιείτε) κρύα. Ψάξτε για νέα μοντέλα που φέρουν την ομοσπονδιακή ετικέτα «Energy Star», η οποία σηματοδοτεί τις μονάδες ως ενεργειακά αποδοτικές.

Πηγή: neadiatrofis.gr