

Home » Лайфхаки » Італійці рятуються від спеки без кондиціонера: три прості хитрощі для прохолоди вдома

# Італійці рятуються від спеки без кондиціонера: три прості хитрощі для прохолоди вдома

РОМАНЧУК МИКОЛА — 10 Червня 2026, 04:51 2 Mins Read — ЛАЙФХАКИ



Важливі новини щодня — додайте «Експерт» в улюблені джерела Google

Під час літньої спеки мешканці Італії та Іспанії часто обходяться без кондиціонерів. Для цього вони використовують кілька простих домашніх методів, які допомагають зменшити нагрівання приміщень.

Про це пише [Ofeminin](#).

Одним із найпопулярніших способів є звичайна пляшка з водою, яку ставлять на підвіконня або поруч із вікном. Вода здатна повільно накопичувати тепло, тому нагрівається не так швидко, як навколишнє повітря.

Завдяки цьому температура в кімнаті підвищується повільніше, а мікроклімат у приміщенні стає стабільнішим. Найкращий ефект такий метод дає у поєднанні з іншими способами захисту від спеки.

Експерти також радять правильно провітрювати житло. Відчиняти вікна рекомендують рано вранці або пізно ввечері, коли температура на вулиці найнижча.

У найспекотніші години дня вікна краще тримати зачиненими. Це допомагає зменшити потрапляння гарячого повітря та сонячних променів до оселі.

Ще один популярний у країнах Південної Європи спосіб — завішувати відчинене вікно вологим рушником або простирадлом. Під час випаровування вода охолоджує повітря, особливо якщо в приміщенні є невеликий протяг.

Автори матеріалу зазначають, що цей метод багато років використовують як доступну альтернативу кондиціонуванню.

Також важливу роль відіграє затінення приміщення. Фахівці нагадують, що значна частина тепла потрапляє до будинку саме через вікна.

Для захисту від сонця рекомендують використовувати жалюзі, рулонні штори або щільні тканинні завіси. Вони допомагають відбивати частину сонячного випромінювання та підтримувати нижчу температуру всередині житла.

Хоча такі методи не здатні повністю замінити кондиціонер, вони можуть помітно полегшити перебування вдома під час літньої спеки та не потребують додаткових витрат.

Читайте ЕКСПЕРТ у Google News

Помітили помилку у матеріалі? Повідомте редакцію: [corrections@expert.in.ua](mailto:corrections@expert.in.ua)

## ОСТАННІ НОВИНИ

### СЬОГОДНІ

06:09 Названо 13 прихованих місць Європи для відпочинку без натовпів: куди поїхати цього літа

05:43 Експерти забили на сполох через вірусні "м'які пельмені": що знайшли всередині іграшок

05:28 Симоньян публічно принизили на книжковому фестивалі: що їй сказали зі сцени

05:15 Паразит, який живиться людською плоттю, стрімко поширюється: заражено вже понад 2100 людей

04:51 Італійці рятуються від спеки без кондиціонера: три прості хитрощі для прохолоди вдома

04:22 У Німеччині створили бульдозер-гігант на дистанційному управлінні: чим він здивував інженерів

03:46 У Британії збудували розв'язку за 67 млн доларів: чому вона сім років веде в нікуди

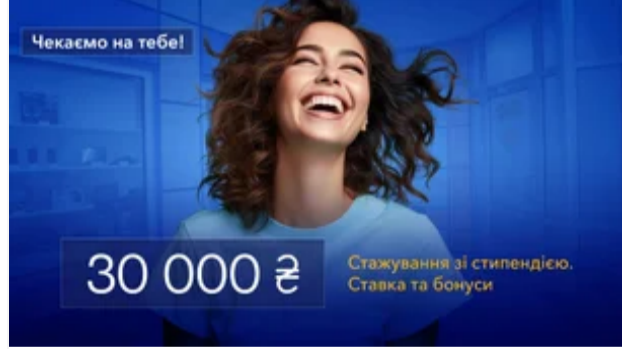
03:10 Власникам квартир різко знизили податок на оренду: скільки доведеться платити тепер

02:43 Джонні Депп змінився до невпізнання: як зараз виглядає легенда Голлівуду

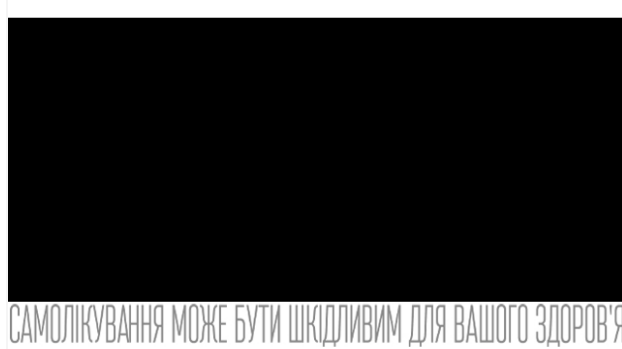
02:11 Названо 10 фраз, після яких стосунки часто закінчуються: тривожний перелік

LOAD MORE

кондиціонер лайфхаки спека



**Мрійте, прагніть, досягайте!**  
Відкриті вакансії з конкурентною зп



**Якщо з'явилися варикозні вени або синюшні вузли, застосуйте це**



**Гроші впадуть з неба після того, як прочитаєш це**

## КАТЕГОРІЇ НОВИН

- Всі новини
- Україна
- Політика
- Економіка
- Світ
- Стиль життя
- Авто
- Технології
- Суспільство
- Здоров'я

## ІНФОРМАЦІЯ

- Про проект
- Автори
- Редакційна політика і стандарти
- Політика використання ШІ
- Політика конфіденційності
- Правила коментування
- Контакти

ТОВ «НОВА МЕДІА ГРУПА» © 2014—2026

Реєстрація R40-06871 у Реєстрі суб'єктів у сфері медіа

Адреса: 01014, м. Київ, вул. Звіринецька, 63

[editor@expert.in.ua](mailto:editor@expert.in.ua)  
[corrections@expert.in.ua](mailto:corrections@expert.in.ua)  
[reklama@expert.in.ua](mailto:reklama@expert.in.ua)