

**Erledigt**

## **Wohnung kühlen ohne Klimaanlage und andere Tipps gegen die Hitze ;)**

**Beitrag von „Nightflyer“ vom 4. August 2018, 09:20**

[Zitat von Si Vis Pacem](#)

Kein Koffein

Koffein hab ich reduziert, aber ganz ohne, das kann ich meinen Mitmenschen nicht antun. Meine 2-3 Tassen am Morgen und auch am Nachmittag muss ich haben, sonst dreh ich am Rad.