

GOEDE VENTILATIE

Vieze lucht eruit, frisse lucht erin

Uw huis ventileren is gezond én kan u helpen om geld te besparen. Door goede ventilatie gaat vieze lucht eruit en komt frisse lucht erin. Bovendien warmt de schone lucht sneller op. Dat scheelt dus energiekosten.

We ademen, douchen, koken, wassen en drogen. Daarmee produceren we de hele dag door kleine druppeltjes vocht in huis. Wist u dat dit per dag kan oplopen tot 12 liter? Dat is een hele emmer vol. Wanneer de vochtige lucht niet goed wordt ververst, kunnen problemen ontstaan. Het maakt daarbij niet uit of u in een oud, gerenoveerd of in een nieuw huis woont. Het teveel aan vocht

kruipt in de muren, vloeren en kozijnen. Zo kan schimmel gaan groeien. De lucht in huis wordt muf. Dat is ongezond. U kunt hoofdpijn krijgen of last van uw keel, neus en longen. Sommige mensen hebben extra last van allergieën.

Daar komt nog iets bij: door te veel vocht wordt het sneller koud in huis. Het kost veel energie om vochtige ruimtes comfortabel warm te houden. Gelukkig is tegen deze klamme, ongezonde, energievretende binnenlucht heel gemakkelijk wat te doen: ventileren en luchten! Verse lucht voelt prettiger en warmt sneller op.

Ventilatie

Laat ventilatieroosters in de ramen altijd open staan. Heeft uw woning geen ventilatieroosters? Houd dan een raam op een heel klein kiertje open wanneer u thuis bent. Kies een raam waar niet de wind op staat.

Schoonmaken roosters

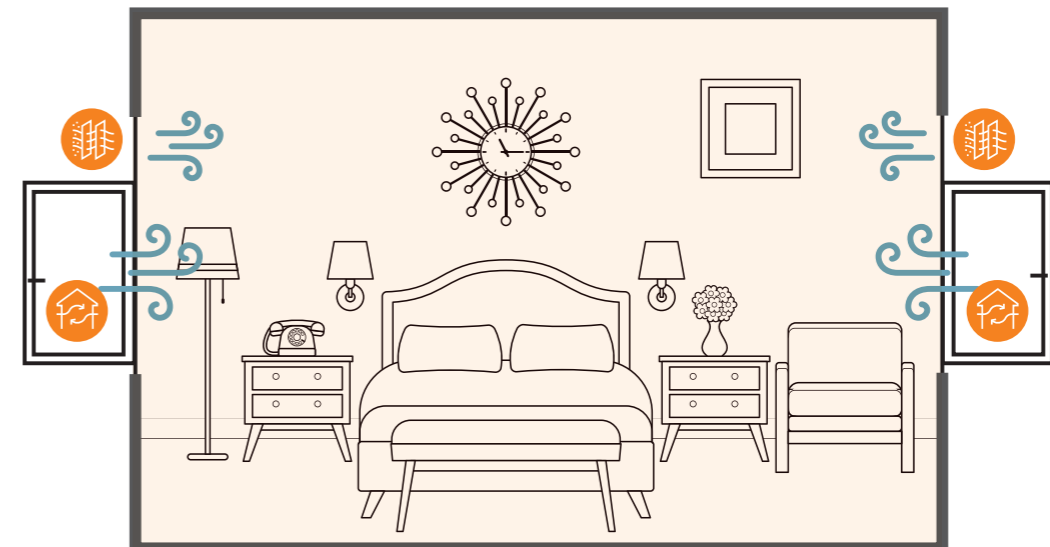
Lucht van buiten bevat stofdeeltjes die in de ventilatieroosters blijven hangen. Maak de roosters daarom minstens een keer per jaar schoon. Dat kan met de stofzuiger en borstelkop. Vastzittend stof is los te krijgen met een schone borstel of verfwast. Neem tot slot het rooster af met een schone doek.



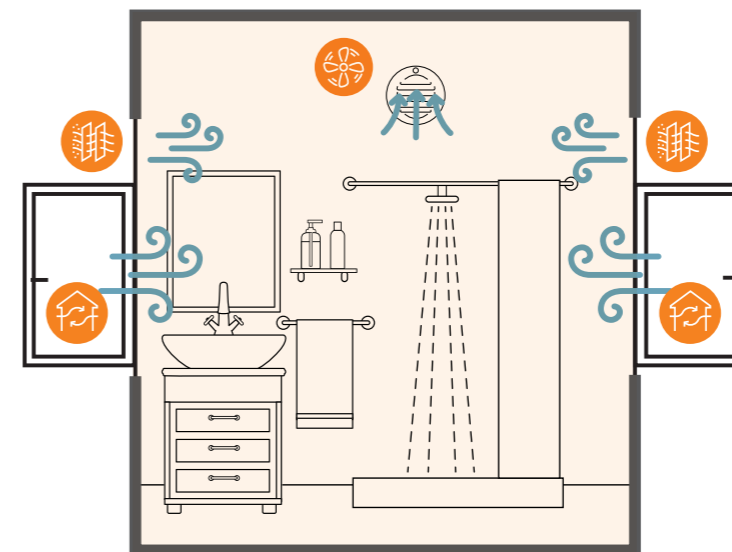
woonkamer



keuken



slaapkamer



badkamer

Luchten en verwarmen

Zet ook iedere ochtend 15 minuten de ramen in de slaap- en huiskamer goed open. Dan stroomt verse lucht het hele huis door. Schone lucht bevat minder vocht en blijft daarom beter op een comfortabele temperatuur. Zet de temperatuur 's nachts niet lager dan 15 graden.

Drogen

Droog de was zoveel mogelijk buiten als het kan. En maak na het douchen de natte wanden droog met een trekker.