

HET IS BELANGRIJK OM JE HUIS TE VENTILEREN

DEZE FOLDER VERTELT JE MEER



Schone lucht in huis is belangrijk. Vervuilde lucht kan zorgen voor hoofdpijn en ademhalingsklachten. Goede ventilatie is gezonder én helpt om je woning beter te verwarmen.

De lucht in huis wordt op allerlei manieren vervuild. We ademen, koken, douchen en drogen de was. In de helft van de huizen wordt gerookt. Daarom is het belangrijk om de lucht in huis goed te vervensen.

Vieze lucht moet het huis uit en schone lucht moet naar binnen. Dat kan via roosters en open raampjes. Bij oudere woningen ook via naden en kieren.

ALS JE NIET GENOEG VENTILEERT, KUN JE DE VOLGENDE KLACHTEN KRIJGEN:



Natuurlijk ventileren

In oude woningen is er natuurlijke ventilatie. Verse lucht komt binnen via roosters, klepraampjes, naden en kieren. Vervuilde lucht gaat via afvoerkanalen in de wc en badkamer je huis uit. Als je woning goed geïsoleerd is, moet je ook actiever ventileren. Zet bijvoorbeeld een raam open als je kookt, doucht, de was ophangt of als er veel mensen zijn.



Mechanisch ventileren

Mechanische ventilatie in de keuken, badkamer en het toilet zuigt steeds (vervuilde) lucht weg uit de woning. Via ventilatieroosters (en soms kiepramen) in de woonkamer en slaapkamers komt schone lucht naar binnen. Daarom is het ook bij mechanische ventilatie belangrijk dat de roosters nooit helemaal dicht moeten zijn en dat de mechanische ventilatie aan blijft staan. Bij een nieuwere woning kan lucht via inblaasventielen binnenkomen. Dan heb je geen roosters. Laat deze ventielen vrij, ook als je tocht voelt. Als je de ventielen schoonmaakt, plaats ze op dezelfde plek terug.

ZO ZORG JE ZELF VOOR FRISSE LUCHT IN JE WONING



1

Houd de ventilatieroosters van je ramen open (als je die hebt) en sluit ze niet helemaal. Maak ze ook regelmatig schoon met een sopje.



2

Zet elke dag ('s ochtends) ramen open. Zo kan vochtige en vuile lucht naar buiten en komt er frisse lucht binnen. Doe dit 15 tot 20 minuten. Let op: Heb je roosters in de ramen of mechanische ventilatie met inblaasventielen? Dan geldt deze tip niet. Via de ventielen en roosters komt automatisch verse lucht naar binnen. Laat het Woonbedrijf weten als je de mechanische ventilatie niet werkt.



3

Zet tijdens het koken altijd de afzuigkap aan. Ook als je mechanische ventilatie hebt. Laat de afzuigkap na het koken nog 15 minuten aan staan. Heb je geen afzuigkap? **Zet dan tijdens het koken een raam open.** Laat ook die nog 15 minuten na het koken openstaan. Dit kun je ook doen als je een afzuigkap hebt, dat werkt nog beter.



4

Zorg dat er genoeg ruimte tussen de onderkant van de deur en de vloer zit. Ook dit is belangrijk voor ventilatie. Laat het Woonbedrijf weten als je deuren te strak op de vloer hangen.



5

Gebruik eventueel een (simpele) CO2-meter. Die laat zien hoe het staat met de lucht in huis. Zo weet je wanneer je extra moet ventileren. Is het koud buiten? Ventileer dan niet te lang. Koelt je woning te veel af, dan kan er juist schimmel ontstaan. Een CO2-meter helpt je te bepalen wanneer je de ramen weer kunt sluiten.

**woon
bedrijf**

WIL JE MEER LEZEN OVER VENTILEREN?

→ **GOEDE TIPS VIND JE OP**
[www.ggdleefomgeving.nl/
in-huis/goed-ventileren](http://www.ggdleefomgeving.nl/in-huis/goed-ventileren)



→ **GOEDE TIPS VIND JE OP**
[www.milieucentraal.nl/
energie-besparen/
ventilatie/woning-
ventileren](http://www.milieucentraal.nl/energie-besparen/ventilatie/woning-ventileren)

www.wonen.steffie.nl/



Door op de goede manier te ventileren, krijgt ook schimmel minder kans in je woning. Is het zomer? Houd dan overdag ramen en deuren zoveel mogelijk dicht. Zet ze 's avonds, als het afkoelt, tegen elkaar open. Zo blijft je woning koeler.



Contact

Heb je een vraag of wil je contact opnemen met Woonbedrijf? Vul dan het contactformulier in op www.woonbedrijf.com. Of bel ons op 040 243 43 43.

