

Tips

- Al wordt uw woning overdag niet gebruikt, zorg ervoor dat het er niet te koud wordt. Laat ook 's nachts de temperatuur niet onder de 15°C komen.
- Tijdens het koken en zeker nog een kwartier erna, moet u ventileren om het vrijgekomen vocht uit de woning te verdrijven. Als u een afzuigkap heeft, zet die dan tijdens het koken op de hoogste stand en laat de ventilator op de laagste stand nog minstens een kwartier na het koken aanstaan. Bij mechanische ventilatie heeft u de beste werking als u de ventilatie al een kwartier voor het koken in de hoogste stand zet.
- Hoewel douchen minder water kost dan het nemen van een bad, komt er tijdens het douchen veel meer vocht vrij. Ventileer daarom tijdens het douchen en een half uur daarna. Als u ook nog het water van de wanden en de vloer met een wissertje verwijdert, dan krijgt u zeker een liter minder vocht in huis.
- In een vochtige woning is het verstandig de meubelen vrij van de buitenmuren te plaatsen. Enkele centimeters is al voldoende om achter de meubels voldoende lucht-circulatie te houden, zodat daar geen vocht kan neerslaan.
- Een kruipruimte onder een benedenwoning kan erg vochtig zijn. Zorg ervoor dat de vloer van uw woning goed is afgesloten in de meterkast, rond een kruipluik en bij buizen die door de vloer gaan. Laat geen vocht naar boven kruipen.
- In een vochtige woning blijken mensen meer last te hebben van aandoeningen aan de luchtwegen en komen er allergische verschijnselen voor. Huisstofmijt en schimmels hebben meer kans om te bestaan.
- Bij het drogen van was binnenshuis wordt veel vocht geproduceerd. Bij vochtoverlast kunt u overwegen een droogtrommel aan te schaffen.

Deze folder is bedoeld om u te informeren. Aan de inhoud kunt u geen rechten ontleen.



Vocht en ventilatie

Een gezin produceert per dag tussen de tien en vijftien liter vocht. Door te ademen, door huisdieren en planten, maar ook door te koken, douchen, de verwarming of bijvoorbeeld het gebruik van een waterkoker, komt er vocht in huis. Dat vocht moet weg kunnen, anders ontstaat er een muffe atmosfeer. Dit is niet alleen slecht voor uw gezondheid, maar ook voor de conditie van uw huis. Door vocht gaat hout eerder rotten en worden muren zwart van de schimmel. Er is slechts één manier om vochtige lucht te verdrijven: ventileren.

Ventileren

Als u kiest voor een gezond leefmilieu, dan moet u elke dag ventileren. Vooral als er veel vocht vrijkomt, zoals tijdens het koken of binnenshuis de was drogen. U kunt het beste ventileren door twee uitzetraampjes tegenover elkaar open te zetten. Als er geen ernstige vochtproblemen zijn, dan is eenmaal per dag een uur ventileren voldoende. Bij ernstige vochtproblemen is het mogelijk dat u last krijgt van schimmel op de muren en kunt u regelmatig beslagen ramen hebben, ook bij dubbelglas. Dan is het noodzakelijk de gehele dag te ventileren. Zet tijdens het ventileren de kachel laag of de thermostaat van de centrale verwarming op 15°C.

Gezondheid

Een hygrometer geeft de vochtigheid van de lucht aan. Als vuistregel geldt dat bij kamertemperatuur de relatieve vochtigheid tussen de 40% en 70% moet liggen. Door een te vochtige lucht wordt het in huis benauwd en drukkend. Huisstofmijten en schimmels voelen zich thuis in een vochtige en warme ruimte. Zij produceren stoffen die astmatische en allergische klachten kunnen veroorzaken.

Ventilatie-roosters

Vaak is een woning voorzien van ventilatie-roosters. Deze kunt u het beste zoveel mogelijk open zetten. Doordat er lucht van buiten via de roosters in de woning gaan, vervuilen de roosters. Voor een optimale werking van de ventilatie-roosters adviseren wij u daarom deze regelmatig te reinigen.

Mechanische ventilatie

Als u mechanische ventilatie in uw woning heeft, moet die altijd aan staan. U kunt controleren of de ventilatie het doet door een strookje papier voor het ventiel dat in het plafond zit te houden. Wordt het papier naar binnen gezogen, dan werkt het systeem. Er zijn mechanische ventilaties met drie standen en systemen met een hoog/laag-stand.

De drie standen ventilatie gebruikt u als volgt:

- stand 1: 's Nachts of als u niet thuis bent
- stand 2: Overdag
- stand 3: Tijdens en tot een half uur na het koken en douchen

Bent u overdag gewoon thuis, zet de schakelaar dan in de middenstand (stand 2). Als er overdag niemand thuis is, 's nachts, of als u op vakantie gaat, zet u de schakelaar in de laagstand (stand 1). Als u gaat koken, douchen, verven, als er was te drogen hangt, of als er veel visite is, kunt u de schakelaar tijdelijk in de hoogstand zetten (stand 3). Laat na het douchen of koken de ventilator nog minimaal 20 minuten op de hoogste stand staan. Dan worden vrijwel alle vocht en kookdampen afgezogen.

Onderhoud mechanische ventilatie

Bij mechanische ventilatie wordt de afgewerkte lucht afgezogen via ventilatieventielen. De ventielen moet u regelmatig schoonmaken. U vindt ze meestal in de plafonds van de keuken, bad-

kamer en het toilet. Ventilatieventielen bestaan uit een buitenring en een binnengedeelte, dat conus wordt genoemd. Het vuil tussen de buitenring en de conus moet regelmatig worden verwijderd omdat het anders de luchttoevoer blokkeert. Trek het ventiel met een links draaiende beweging aan de buitenring uit het plafond. Gebruik voor het schoonmaken een gewoon afwasmiddel. Voor het terugplaatsen kunt u de ingang van het ventilatiekanaal even uitzuigen met de stofzuiger.

Ventilatie, ook 's nachts

Koude lucht bevat minder waterdamp dan warme lucht. Als u 's nachts de verwarming lager zet, dan kan door daling van temperatuur de in de lucht aanwezige waterdamp op een koude plek in de woning neerslaan. Bijvoorbeeld achter een kast of zomaar in een hoek van de kamer. U kunt dit voorkomen door 's avonds, voordat u gaat slapen, te ventileren. U zet dan eerst de verwarming lager en daarna ventileert u gedurende een kwartier door bijvoorbeeld een raam of een deur open te zetten. Wij adviseren u 's nachts in de slaapkamer wel een raam op een kier te zetten.

Ventilatie betekent energiebesparing

Het is niet juist te denken dat u op de stookkosten bespaart door niet te ventileren. Door niet of niet goed te ventileren wordt uw woning vochtig, vooral omdat het 'leefvocht' niet weg kan. Het is voordeliger om elke dag frisse lucht op te warmen, dan een vochtig huis warm en comfortabel te stoken.

