

Waarom ventileren?

We ademen, koken en douchen in de woning waardoor er veel vocht in de lucht komt. Vochtige en vervuilde lucht hoort afgevoerd te worden. Toch willen we al heel snel de ramen dicht houden om de warmte niet te laten ontsnappen. Hierdoor ontstaat een vochtige en ongezonde leefomgeving waarin schimmels snel groeien. Mensen met allergieën of luchtwegproblemen hebben sneller last in vochtige omstandigheden.

Het is aan te raden om voldoende te ventileren om je leefomgeving gezond te houden. Ventileer extra als je kookt, doucht of als er veel mensen in huis zijn. Zet bijvoorbeeld een extra raam open of zet het ventilatiesysteem op de hoogste stand. Een bijkomend voordeel van ventileren is dat je voordeliger stookt. Droge lucht kost minder energie om te verwarmen dan vochtige lucht.



VENTILEREN KUN JE LEREN

01 Ventileren doe je 24 uur per dag, 7 dagen in de week

24/7

02 Zet de ventilatieroosters open

03 Maak de ventilatieroosters minstens 1 keer per jaar schoon

04 Heb je klepraampjes? Zet deze dan op een kier

05 Zorg voor extra ventilatie tijdens koken en douchen

06 Droog de vloer en de wanden na het douchen

07 Zet tijdens het koken de afzuigkap aan

08 Droog de was zo veel mogelijk buiten



09 Heb je mechanische ventilatie? Zet deze nooit helemaal uit



10 Zet de thermostaat niet lager dan 15 graden



**MIJANDE IS ALTIJD
IN DE BUURT.**

mijnmijande.nl