

Gezonde lucht in huis?

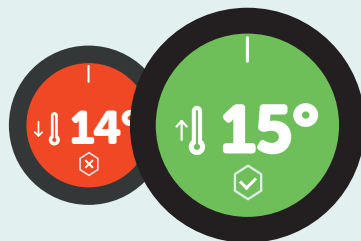
7 tips om goed te ventileren

Dagelijks goed ventileren is nodig voor uw gezondheid. Zorg voor voldoende frisse lucht en voer waterdamp en geurtjes af. Laat ventilatieroosters open staan en zet de mechanische ventilatie nooit uit. Zet elke dag even de ramen open en gebruik de afzuigkap tijdens het koken. Zo ververst u de vochtige lucht in huis door droge lucht. Droge lucht is makkelijker te verwarmen en voorkomt schimmel.



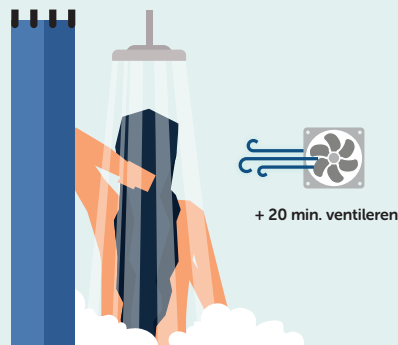
1. Ventileren

Zet 1x per dag de ramen tegen elkaar open. Tijdens het ventileren zet u de thermostaat op 15 graden. Als u ventilatieroosters in de ramen heeft, mag u deze altijd openlaten.



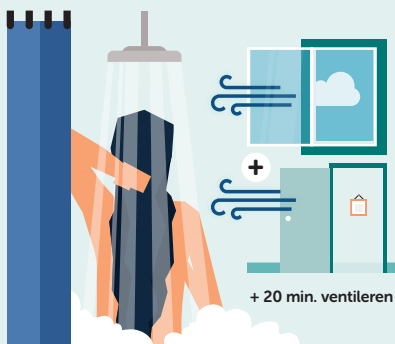
2. Verwarmen

Zet uw verwarming nooit lager dan 15 graden. Dit voorkomt schimmel.



3a. Douchen met mechanische ventilatie

Zet tijdens het douchen de ventilatie op de hoogste stand. Laat deze daarna nog 20 minuten aan staan en zet de badkamerdeur open. Zo kan de vochtige lucht de woning uit.



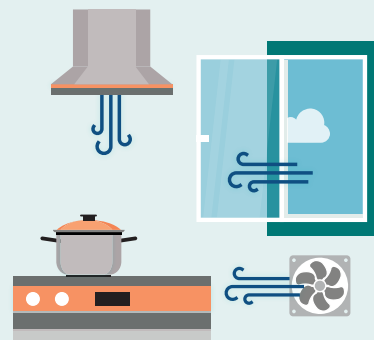
3b. Douchen zonder mechanische ventilatie

Zet tijdens voor én na het douchen het raam dat het dichtstbij is open. Zet ook de badkamerdeur open en ventileer minimaal 20 minuten. Zo kan de vochtige lucht de woning uit.



4. Wassen

Droog de was zoveel mogelijk buiten. Zet anders een raam open als u de was binnen droogt.



5. Koken

Zet de afzuigkap of mechanische ventilatie aan. Of zet een raam in de keuken open.



6. Slapen

Slaap met het raam of ventilatierooster open.



7. Meubels en gordijnen

Zorg dat meubels en gordijnen niet voor de verwarming staan of hangen.



Scan de QR code voor meer informatie over ventileren.



Heeft u een mechanische ventilatie met warmte-terugwin (WTW) in uw woning? Dan werkt ventileren anders. Het is belangrijk dat u ramen dicht houdt. Het WTW-apparaat ververst de lucht.



casade
zo wil ik wonen