



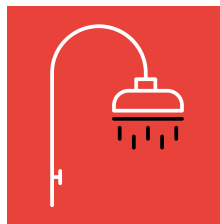
**Ventileren,
het hele jaar
door belangrijk!**

Het klinkt misschien wat gek maar het ventileren van jouw woning is het hele jaar door erg belangrijk. Ook in de winter!



huisdieren nog voor extra vocht in jouw woning zorgen?

Wist je dat een gemiddeld persoon wel 2,5 liter vocht produceert per dag? En dat **planten en**



Ook bij **koken, douchen en afwassen** komt waterdamp vrij. Al die vochtige lucht moet natuurlijk wel

weg kunnen. Doe je dat niet, dan krijg je vochtplekken en schimmel in huis. Vochtige lucht is super ongezond. En het kost heel veel energie (én dus geld!) om een vochtig huis te verwarmen. Kortom, ventileren is een must!

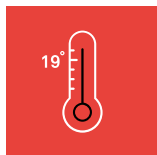
TRUDO

**supporting
people**

Wat kun je zelf allemaal doen om jouw woning vochtvrij en gezond te krijgen? Best een hoop! Hier volgen tips op het gebied van verwarmen en ventileren.

Verwarmen

Zorg altijd voor een aangename temperatuur in je woning. Stook verstandig maar zeker **niet te koud**. Als het te koud is in een woning kun je problemen met **schimmel en vocht** krijgen doordat het vocht niet volledig verdampt. Daarnaast is een vochtige woning veel moeilijker te verwarmen, dit zorgt dus voor een **hogere energierekening**.



Een goede minimale temperatuur om aan te houden is **15 graden 's nachts en 19 graden overdag**.

Zet de verwarming een uurtje voordat je naar bed gaat alvast op de nachtstand. Heb je vloerverwarming? Zet de thermostaat dan niet lager, een constante temperatuur is in dit geval energiezuiniger!



This QR code will take you to the English version of the flyer.

Ventileren



Houd de **ventilatie-roosters** van jouw ramen altijd open, 24 uur per dag, ook 's nachts. Heeft

jouw woning mechanische- of balansventilatie? Laat deze 24 uur per dag aan staan!



Zet tijdens het **koken** de **afzuigkap** of de mechanische ventilatie op de hoogste stand. Als het kan een



raampje open in de keuken is helemaal een goed idee. En vergeet niet de deksel op de pan te doen!



Een feestje met veel **mensen** betekent ook extra vocht. Zet dus na bezoek een **raam open**.



Hang je was zoveel mogelijk **buiten op**. Dat is sowieso altijd al slim want een wasdroger is één

van de meest energieverbruikende apparaten in huis. Moet je toch de was binnen ophangen? Zorg dan dat er genoeg ramen openstaan.

TRUDO

supporting
people