

VENTILEREN

Nederlanders ventileren te weinig

Bijna de helft van de huishoudens ventileert te weinig. De meeste Nederlanders denken dat de binnenlucht in hun eigen huis gezond is. Slechte ventilatie leidt tot gezondheidsklachten als hoofdpijn, benauwdheid en astma. Er komen vocht- en schimmelplekken op de muren. Bovendien kost het extra energie om een dergelijke woning te verwarmen.

Luchten is onvoldoende

Veel mensen denken dat als je regelmatig het raam open zet er voldoende frisse lucht in huis komt. Dat is een fabeltje. Als je de ramen sluit is de gezonde lucht binnen een half uur verdwenen. Er doet nog een ander hardnekkig fabeltje de ronde: dat het energieverstopping is als je altijd een raampje open hebt. Het tegenovergestelde is juist waar, je bespaart op de stookkosten. In een goed geventileerd huis is de lucht relatief droog. Het kost veel minder energie om droge lucht te verwarmen dan vochtige.

Altijd roosters of (klap)raam open

Goed ventileren is 24 uur per dag ventileren. Dat wil zeggen: altijd de ventilatieroosters- en schuiven licht geopend, ook in de winter en bij regen. Of anders een (klap)raam op een kier (met anti-inbraakstang). De ventilatiesystemen na het douchen en koken gebruiken en extra ventileren als er gerookt wordt. Maak verder regelmatig de ventilatieroosters schoon en vervang tijdig stofzuigerzakken.

Met een handige online ventilatietest kunt u uw eigen ventilatiegedrag beoordelen en verbeteren. De meeste Nederlanders denken dat de binnenlucht in hun huis wel gezond is. Hoe goed ventileert u eigenlijk? Doe de ventilatietest op www.vrom.nl/ventileren.