

Verwarmen en ventileren



Advies
voor frisse
lucht in
huis

Vochtproblemen in huis, condens op de ramen, een beschimmelde muur... u kunt het allemaal voorkomen door goed te ventileren en te verwarmen. Zorg voor voldoende frisse lucht in huis. Lees deze advieswijzer aandachtig door, dat komt uw woongenot absoluut ten goede!

Luchtvochtigheid

Vochtproblemen in uw woning ontstaan niet vanzelf. Schimmelgroei op wand-oppervlakken of plafonds is altijd het gevolg van een te hoge relatieve (lucht)vochtigheid. Zuinig stookgedrag in combinatie met onvoldoende ventilatie is meestal de oorzaak van een te hoge relatieve vochtigheid. In de meeste gevallen kunt u dus zelf met goed verwarmen en op de juiste wijze ventileren van de vertrekken vochtproblemen in uw woning voorkomen!

Verwarmen?

De meeste vochtproblemen ontstaan bij een lage temperatuur, omdat vocht uit de lucht condenseert op de koude oppervlakten. Als u de vertrekken goed verwarmt, blijven de wanden en het plafond voldoende op temperatuur. Hierdoor neemt de kans op schimmel af.

Bewoners die te zuinig stoken, vergroten juist de kans op vochtproblemen en schimmel in hun woning. Te zuinig stookgedrag leidt tot lage temperaturen, waardoor de vochtigheid te hoog wordt. Naast de klachten over vocht leidt slecht stookgedrag ook tot klachten over wooncomfort. Energiezuinig stoken is prima, maar laat het niet ten koste gaan van een comfortabel binnenmilieu!

Binnentemperatuur

In tabel 1 zijn de minimale en gewenste binnentemperatuur per vertrek weergegeven. De minimale temperatuur houdt u aan gedurende de nacht en als u en uw medebewoners niet thuis zijn. Let er goed op dat deze minimale temperaturen juist óók tijdens het ventileren gehaald worden. De gewenste temperatuur houdt u aan als u en uw medebewoners thuis zijn.

Voorbeeld:

Is de minimale temperatuur lager dan 15°C, dan is het noodzakelijk dat u het vertrek extra verwarmt.

Tabel 1: gewenste en minimale binnentemperaturen

Vertrek	Minimale temperatuur (’s nachts/afwezigheid)	Gewenste temperatuur (aanwezigheid)
Woonkamer	15°C	18 á 19°C
Open keuken	15°C	18 á 19°C
Gesloten keuken	15°C	17 á 18°C
Hal	15°C	16 á 17°C
Slaapkamers	15°C	15°C
Slaapkamer -studeerkamer	15°C	17 á 18°C
Badkamer / doucheruimte	15°C	18 á 20°C

Waarom ventileren?

Mensen en grote huisdieren (honden, katten) produceren veel vocht. Goede ventilatie is daarom erg belangrijk en zelfs noodzakelijk om schimmelgroei te voorkomen! Tijdens het ventileren wordt de vochtige lucht vervangen door droge buitenlucht. De vervuilde lucht wordt afgevoerd. Vroeger ging dat bijna vanzelf; de frisse buitenlucht kwam via kieren en spleten de woning binnen. Tegenwoordig is de kwaliteit van de bouw beter en worden er isolerende materialen gebruikt. Daarom is het nu van belang dat u uw woning zelf goed ventileert.

Ventilatie-richtlijnen

Een goede ventilatie van het vertrek is extra van belang als vochtbronnen in de woningruimte aanwezig zijn. Het omgekeerde geldt ook: als er geen vochtbronnen in de woning aanwezig zijn, mag de ventilatie ook minder zijn.

In tabel 2 staat op welke wijze u de vertrekken met een minimale binnentemperatuur ventileert als de buitentemperatuur lager is dan 8°C.

Tabel 2: ventilatierichtlijnen

Vertrek	Afwezigheid	Aanwezigheid	Let op!
Woonkamer	Klein beetje ventileren	Goed ventileren	Niet te sterk of langdurig ventileren
Keuken	Klein beetje ventileren	Goed ventileren Tijdens het koken (eventuele buitendeur gesloten houden, mechanische afzuiging in de hoogste stand of schakel de afzuigkap in tot een kwartier/half uur na het koken)	Niet te sterk of langdurig ventileren *Reinig of vervang filters in de wasemkap of afzuig-opening regelmatig
Hal	Klein beetje ventileren	Klein beetje ventileren	Niet te sterk of langdurig ventileren
Slaapkamers	Klein beetje ventileren	Goed ventileren	Niet te sterk of langdurig ventileren Bij het opstaan de draairamen circa 10 minuten openen, daarna licht ventileren
Slaapkamer of studeerkamer / werkkamer	Klein beetje ventileren	Goed ventileren	Niet te sterk of langdurig ventileren
Badkamer / doucheruimte	Klein beetje ventileren Mechanische afzuiging in de laagstand	Goed ventileren Mechanische afzuiging op de hoogste stand.	Niet te sterk of langdurig ventileren 1. Tijdens en na het douchen: badkamerdeur gesloten houden. Na het douchen mechanische afzuiging een half uur laten na draaien. 2. Na afloop van het douchen wand- en vloertegels droog maken.

- Klein beetje ventileren** = Ventilatiooster half open, klepraam op kierstand van 6 mm.
Goed ventileren = Roosters volledig open, klepramen half open
Sterke of langdurige ventilatie = Geopende draairamen met kierstand van 10 cm.
 Overmatige ventilatie vanaf bijvoorbeeld 09.00 tot 16.00 uur.

BELANGRIJK!

Langdurige ventilatie van een onverwarmd vertrek bij een temperatuur onder 15°C, heeft een averechts effect. De kans op vochtproblemen neemt dan juist toe, omdat de temperatuur op de wand of op het plafond te laag wordt en er condensatie plaatsvindt.

CONCLUSIE:
Tijdens het ventileren kan het dus voorkomen dat u extra moet verwarmen.

Mechanische ventilatie

Als uw woning is voorzien van een mechanisch ventilatiesysteem is het belangrijk dat u:

- Zorgt dat de stekker van de ventilator in de daarvoor bestemde wandcontactdoos zit. Controleert u dit vooral als u als nieuwe huurder de woning betrekt.
- De mechanische ventilatie nooit uitzet. Met de schakelaar (meestal in de keuken en/of badkamer) kiest u voor een lage of hoge ventilatiestand.
- Tijdens het koken, wassen of douchen de schakelaar op de hoogste stand zet. Anders blijft de waterdamp hangen en ontstaat er condens op ramen, maar ook op minder zichtbare plaatsen als plafonds en wanden.
- Tijdens het drogen van wasgoed de schakelaar op stand 2 zetten.

Richtlijn/Advies

Beperk het douchen per gezin tot een douchebelasting van hooguit 60 minuten per etmaal.

Voorbeeld: In een gezin van totaal 5 personen doucht iedereen maximaal 12 minuten per dag. Bij voorkeur doucht ieder gezinslid 5 minuten per persoon.

Overige tips voor minder vocht in huis:

- Droog na het douchen de wandtegels met een wisser.
- Droog wasgoed bij voorkeur buiten.
- Als het niet anders kan dan bij voorkeur in een apart geventileerde ruimte of met een condensdroger.
- Ventileer goed tijdens en na langdurige kookactiviteiten met veel water.
- Zorg voor extra ventilatie als u veel mensen in huis hebt.
- Laat de mechanische ventilatie altijd aan staan op de laagste stand.
- Zet de kamerthermostaat overdag op 20-21°C en 's nachts minimaal op 15°C.
- Zorg dat de temperatuur in alle vertrekken boven de 15°C blijft.

TOT SLOT

U bent als huurder
zelf verantwoordelijk
voor het binnenklimaat.

Als u na het nemen van alle boven-
staande maatregelen toch last blijft
houden van vocht in uw woning,
neem dan contact met ons op
via (0411) 659 100.



Woonstichting
St. Joseph
geeft mensen de ruimte

Bezoekadres: Brederodeweg 23, 5283 HA Boxtel
Postadres: Postbus 825, 5280 AV Boxtel
Contact: (0411) 659 100 | www.sintjoseph.nl | info@sintjoseph.nl
IBAN: NL10 RABO 0108 8096 25

Volg ons ook op: [f](https://www.facebook.com/WoonstichtingStJoseph) /WoonstichtingStJoseph [t](https://twitter.com/StJosephBoxtel) @StJosephBoxtel