

Advieswijzer verwarmen en ventileren

Luchtvochtigheid

Vochtproblemen in uw woning ontstaan niet vanzelf. Schimmelgroei op wanden of plafonds is altijd het gevolg van een te hoge luchtvochtigheid. Weinig of niet stoken samen met te weinig ventilatie is meestal de oorzaak van te hoge vochtigheid in de woning. In de meeste gevallen kunt u dus zelf met goed verwarmen en op de juiste wijze ventileren 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 kamers goed verwarmt, blijven de wanden en het plafond voldoende op temperatuur. Hierdoor neemt de kans op schimmel af. De kans op vochtproblemen en schimmel is groter als u weinig stookt. Dit zorgt voor lage temperaturen, waardoor de kans op condensatie groter wordt.

Energiezuinig stoken is prima, maar laat het niet ten koste gaan van een comfortabel binnenklimaat!

Binnentemperatuur

In tabel 1 staan de minimale en gewenste binnentemperatuur per kamer. De minimale temperatuur is voor 's nachts of als u niet thuis bent. Het is wel de bedoeling dat de minimale temperaturen óók tijdens het ventileren gehaald worden.

Voorbeeld:

Is de minimale temperatuur lager dan 15°C, dan is het noodzakelijk dat u de kamer extra verwarmt. Doe dit niet door het ventilatierooster of het klepraam te sluiten en de ventilatie te verminderen, maar door de verwarming aan te zetten. De gewenste temperatuur is voor als thuis bent.

Kamer	Minimale °C ('s nachts/afwezig) (aanwezigheid)	Gewenste °C
Woonkamer	15	18 á 19
Open keuken	15	18 á 19
Gesloten keuken	15	17 á 18
Hal	15	16 á 17
Slaapkamers	15	15
Slaapkamer-studeerkamer	15	17 á 18
Badkamer	15	18 á 20

Tabel 1: gewenste en minimale binnentemperaturen.

Waarom ventileren?

Goede ventilatie is erg belangrijk en noodzakelijk om schimmelgroei te voorkomen! Mensen en huisdieren (honden, katten) produceren namelijk veel vocht. Tijdens het ventileren wordt de vochtige lucht vervangen door drogere en frisse buitenlucht.

Ventilatierichtlijnen

Een goede ventilatie van het vertrek is extra van belang als vochtbronnen in de woning aanwezig zijn. Het omgekeerde geldt ook: als er geen vochtbronnen in de woning aanwezig zijn, mag de ventilatie ook minder zijn. In tabel 2 is weergegeven op welke wijze u de vertrekken met een minimale

binnentemperatuur ventileert als de buitentemperatuur lager is dan 8 °C. Klein beetje ventileren = ventilatierooster halfopen, klepraam op kierstand van 6 mm. Goed ventileren = roosters volledig open, klepramen halfopen

Let op!

Te sterke of langdurige ventilatie van een onverwamd 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.

Vertrek	Afwezigheid	Aanwezigheid	Let op!
Woonkamer	Beetje ventileren.	Goed ventileren.	Niet te lang ventileren.
Open keuken	Beetje ventileren.	Goed ventileren tijdens het koken (buitendeur gesloten houden, mechanische afzuiging op de hoogste stand of afzuigkap aan tot een half uur na het koken).	Reinig ieder halfjaar (of bij zichtbare vervuiling) en vervang filters in de afzuigkap of afzuigopening.
Gesloten keuken	Beetje ventileren.	Klein beetje ventileren.	Niet te lang ventileren.
Hal	Beetje ventileren.	Goed ventileren.	Niet te lang ventileren.
Slaapkamers	Beetje ventileren.	Goed ventileren.	Niet te lang ventileren. 's Ochtens bij het opstaan de ramen +/- 10 minuten openen, daarna licht ventileren.
Slaapkamer studeerkamer	Beetje ventileren.	Goed ventileren Mechanische afzuiging op de hoogste stand.	Niet te lang ventileren.
Badkamer	Beetje ventileren Mechanische afzuiging in de laagste stand.	Goed ventileren.	Niet te lang ventileren. Tijdens en na het douchen: badkamerdeur gesloten houden. Na het douchen mechanische afzuiging een half uur laten na draaien. Na afloop van het douchen wand- en vloertegels droog maken.

Tabel 2: ventilatierichtlijnen

Mechanische ventilatie

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

- Zorg dat de stekker van de ventilator in het stopcontact zit;
- Zet de mechanische ventilatie nooit uit. U kunt er wel voor kiezen om de ventilatie via de schakelaar hoger of lager te zetten;
- Zet tijdens het koken, wassen of douchen de schakelaar op de hoogste stand. Anders blijft de waterdamp hangen en ontstaat er condens in uw woning;
- Zet de schakelaar op stand 2 tijdens het drogen van wasgoed;
- Reinig elk half jaar de filters of eerder bij zichtbare vervuiling.

Douche advies

Douche niet langer dan 60 minuten per 24 uur. Voorbeeld: In een gezin van 5 personen doucht iedereen maximaal 12 minuten per dag. Of nog beter: doucht iedereen 5 minuten per persoon.

Overige tips voor minder vocht in huis

- Droog na het douchen de wandtegels met een wisser;
- Droog wasgoed het liefste buiten. Lukt dit niet? Hang de was dan in een apart geventileerde ruimte of stop het in de droger;
- Zorg voor extra ventilatie als u veel mensen in huis hebt. Ze bijvoorbeeld een extra raam open;
- 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.