



Ventileren is een must!

Deze keer wil ik het met u hebben over het ventileren van uw woning of bedrijfsgebouw. Ik merk dat er nog veel onduidelijk is over 'de must' van goed ventileren. Door te isoleren maken we onze leefruimte bijna luchtdicht. We leven eigenlijk in een stenen/glazen potje waarbij ademen en vooral gezond leven ook nog mogelijk moet zijn. Er zal dan op een goede en energiebewuste manier geventileerd moeten worden om een gezond en comfortabel leefklimaat te krijgen en te houden.

Onze gezondheid wordt voor een groot gedeelte bepaald door onze eigen leefstijl en woonomgeving. Omdat we het grootste gedeelte van onze tijd in onze eigen woning verblijven, is de kwaliteit van het binnenmilieu in de woning dan ook zeer belangrijk. De kwaliteit van het binnenmilieu wordt voornamelijk bepaald door licht, lucht en geluid. Vervuilde lucht is lucht met te veel vocht van koken en wassen, vieze geurtjes en uitgedemde lucht. Vuile lucht moet het huis uit en schone lucht moet aangevoerd worden. Vervuilde lucht in huis versterkt allergieën, luchtwegproblemen en irritatie van slijmvliezen, zeker bij ouderen en mensen die al ziek zijn. Onze jongste telgen zijn echter het gevoeligst voor de vervuilde lucht en kunnen hierdoor gezondheidsklachten krijgen of een verergering daarvan ontwikkelen. Om deze reden, en omdat zij relatief veel tijd binnen doorbrengen, is goede ventilatie voor hen enorm belangrijk. Door ventilatie verminderd de vervuiling in de lucht; helemaal te voorkomen is vervuiling niet. Ventilatie kost energie, maar het is geen verspilling: het is hard nodig voor je gezondheid.

Op basis van onderzoeken is gebleken dat het met ons binnenklimaat slecht gesteld is. Om het binnenklimaat te verbeteren zijn de ventilatienormen aangescherpt. Naast energiebesparing, door betere isolatie, moeten we dan ook goed kijken naar het binnenklimaat in onze woningen. Om een gezond binnenklimaat te houden moet 25 m³ lucht per volwassen persoon, per uur worden geventileerd. Voor een echtpaar is dit 1200 m³ per dag (3-4 keer de inhoud van onze woning) en voor een gezin met 2 kinderen is dit circa 2000 m³. Deze enorme hoeveelheid lucht ventileert u niet met simpel een half uurtje luchten, laat staan zonder een mechanische ventilator. Het is dan ook belangrijk dat de ventilatie in onze bestaande woningen onderzocht en waar nodig aangepast wordt aan de nieuwe normen.

Om het in uw woning lekker warm te houden bent u geneigd om de woning zo dicht mogelijk te houden en zo weinig mogelijk te ventileren, om zodoende de kostbare warmte in uw woning niet verloren te laten gaan. Er zal een goede en gezonde balans gevonden moeten worden tussen isoleren (lees luchtdicht houden) van de woning en de mate van ventileren van de woon- of verblijfsruimte. De moderne ventilatiesystemen voor woningen zijn meestal vocht- en CO₂-gestuurd. Er zijn momenteel goede en betaalbare ventilatiesystemen die daarin een goede balans kunnen vinden. Het Comfortteam Olst-Wijhe kan u daarbij helpen. Energie besparen en goed ventileren; dat is een must!

Voor meer informatie kunt u terecht bij het Comfortteam Olst-Wijhe.

Info@comfortteam-Olstwijhe.nl of (0570) 561952.