

LOGO KEMPEN

Stationstraat 60
2300 Turnhout
T 014 44 08 34
E info@logokempen.be
www.logokempen.be

Auteur: Logo Kempen vzw

Publicatiedatum: zomer

Hou je woning koel

Wist je dat de Vlaming gemiddeld 85% van de tijd binnen doorbrengt? Ook tijdens warme periodes verblijf je heel wat uren in je woning. Een koele woning, zeker om goed te slapen, is dan zeker geen overbodige luxe!

Om je woning niet te veel te laten opwarmen tijdens warme perioden zijn er verschillende aandachtspunten waarmee je rekening kunt houden.

Zo helpt het installeren van zonwering (bijvoorbeeld rolluiken, zonneluifels of externe blinden) ervoor dat de zon niet rechtstreeks naar binnen schijnt. Bevochtig platte daken met een dun laagje water. Ook groendaken, groengevels en groene opritten hebben een verkoelend effect, en het aanplanten van een boom kan extra schaduw geven. Kies ervoor extra (dak) isolatie aan te brengen, of verf je dak wit. Ga je bouwen of verbouwen dan kun je hier al rekening mee houden. Geef je koel- en ventilatiesystemen een onderhoudsbeurt in de lente. Vuile filters kunnen de lucht in huis namelijk flink vervuilen.

Hou overdag de zon buiten door de ramen zoveel mogelijk gesloten te houden en gebruik de zonwering, doe de gordijnen of rolluiken dicht. Zet ramen open zodra het buiten koeler is dan binnen (let wel op inbraakrisico).

Denk eraan om een dunner of zelfs geen donsdeken te gebruiken en ververs tijdens de warme periodes regelmatig je beddengoed. Zo zorg je voor een fris bed.



Indien je gaat verbouwen of een nieuwe woning betreft kan je kiezen voor een groendak of groengevels. Zo warmte uw woning minder snel op en blijft de lucht binnen lekker koel. Ook een warmtepomp kan zorgen voor passieve koeling in huis, dus neem dit zeker mee bij de overweging om wel of niet met een warmtepomp te werken. Indien mogelijk breng je de slaapkamers onder in de ruimtes waar de zon het minste komt. Vraag advies aan de architect hoe je je woning hittebestendig kan (ver) bouwen.

Lukt het ondanks deze maatregelen niet om je woning koel te houden? Verplaats je dan naar een koelere plek buitenshuis, bijvoorbeeld een park, bibliotheek, dienstencentrum, etc. Check bij je gemeente welke koele plekken publiek opengesteld worden tijdens warme dagen.

Zorg er verder voor dat je voldoende blijft drinken, pas je kleding aan en smeer jezelf regelmatig in.



Meer informatie vind je op www.warmedagen.be.

Aandachtspunten voor publicatie:

1. *Artikel mag gepubliceerd worden in het gemeentelijk informatieblad, website, nieuwsbrief*
2. *Bronnen vermelden aub*
3. *Indien je een Gezonde Gemeente bent dan adviseren wij om ook het logo van Gezonde Gemeente toe te voegen aan het artikel.*

