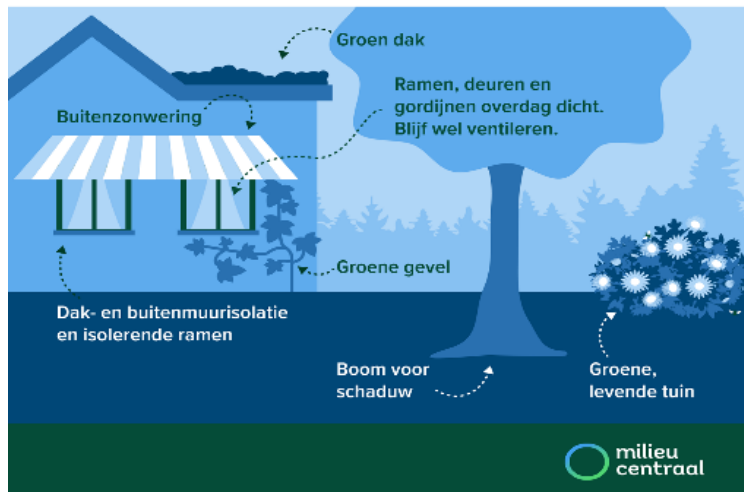


Verduurzamen: slim koelen en ventileren

Bij warme en hete zomers is het belangrijk om de warmte zoveel mogelijk buiten te houden. Daarnaast kun je binnen maatregelen nemen en helpt slim gedrag om minder last te hebben van de hitte.

Houd de warmte buiten

ZOMERSE TEMPERATUREN? ZO HOUD JE JE HUIS EN JE OMGEVING KOEL



Bij erg warm weer is het uiteraard belangrijk om de warmte zoveel mogelijk buiten te houden. Een groene tuin, zonder veel tegels, en met bomen helpt zeker. Bomen in je tuin hebben, ook als ze geen schaduw op je huis werpen, een verkoelende invloed door verdamping van water uit de grond via hun bladeren. Ook een groen dak (scheelt wel 4°C) en groene gevel dragen bij. Zonwering (bijvoorbeeld een zonnenscherm, luiken of screens) kan tot 80% van de warmtestraling tegenhouden. Er is ook zonwerend isolatieglas, maar dit maakt het binnen wat donkerder. Goede dak- en muurisolatie draagt verder bij om het

huis niet te snel te laten opwarmen.

Maatregelen binnen

Een plafond- of mobiele ventilator verlaagt de gevoelstemperatuur tot wel 3°C. De mobiele airco is verplaatsbaar, heeft (tijdelijke) afvoer nodig, verbruikt veel energie, maakt veel geluid, en koelt matig als het erg warm is. De vaste airco daarentegen is vast gemonteerd (dus voor één ruimte), is veel efficiënter en kan vaak in winter verwarmen, maar is duurder in aanschaf. Indien er geen overtollige zonne-energie beschikbaar is voor de airco, dan zorgt deze voor extra CO₂-uitstoot. Bewoners met een bodem-warmtepomp kunnen deze gebruiken om de woning in de zomer passief te koelen. Dit vergt erg weinig energie.

Slim koelen door bewust(er) ventileren

Tijdens hete dagen is het slim om de kamers een half uur in vroege ochtend goed te ventileren met de nog koele buitenlucht. Zorg bij voorkeur voor schoorsteen-werking, dus beneden iets open, tussendeuren open en boven/op zolder wat open.

Houd de hitte buiten door tijdig de zonwering naar beneden te doen en sluit de ramen en gordijnen zodra er zon erop schijnt of de temperatuur buiten warmer is dan binnen.

Slim gedrag helpt ook

Enkele tips om minder last te hebben van de hitte: douche met lauw water (niet te koud!), leg een koude en vochtige handdoek in je nek, neem een koud voetbad, draag luchtige kleding, drink voldoende en houd de luchtvochtigheid laag (bijvoorbeeld door een airco of luchtontvochtiger).

Meer weten?

Loop dan eens binnen tijdens het inloopspreekuur van de energiecoaches.