

Advieswijzer: Vocht in uw woning

Vochtproblemen in uw woning? Wat te doen en wat niet!

Vochtproblemen in uw woning, zoals schimmel op wand of plafond, ontstaan niet vanzelf. Schimmel komt altijd door een te hoge (relatieve) vochtigheid. Dit heeft verschillende oorzaken. Bijvoorbeeld zuinig stookgedrag en/of onvoldoende ventilatie. Een vochtprobleem in uw woning kunt u in de meeste gevallen zelf tegengaan. Van belang is dat u op de juiste manier **ventileert** en uw woning goed **verwarmt**. In deze folder vindt u hierover meer informatie.

Ventileren

Waarom ventileren?

Ventileren betekent dat vochtige binnenlucht wordt vervangen en afgevoerd. Hiervoor in de plaats komt schone buitenlucht de woning in. Vroeger ging dat bijna vanzelf. De frisse lucht kwam via kieren en spleten het huis binnen. Na het isoleren van een woning zijn deze allemaal goed dichtgemaakt. U dient er dan zelf op te letten dat u uw woning goed ventileert. Een goede ventilatie van de vertrekken is vooral belangrijk tijdens een koude winterperiode.

Ventilatie van uw vertrek, dat luistert nauw!

Een goede ventilatie van alle vertrekken in uw woning luistert erg nauw. Vooral in een koude winterperiode is dit noodzakelijk voor een gezonde luchtkwaliteit. De ventilatie van het vertrek kan ervoor zorgen dat de temperatuur onder de 15°C komt. In dit laatste geval dient u het vertrek te verwarmen. Langdurig ventileren in een ruimte die niet verwarmd wordt, bijvoorbeeld in de winter, heeft dus een averechts effect. De temperatuur op de wand of op het plafond wordt te laag. Daardoor neemt de kans op vocht en schimmel juist toe.

Wanneer moet u ventileren?

Mensen en grote huisdieren (honden, katten) zorgen voor veel vocht in uw woning. Het is belangrijk dat dit vocht goed wordt afgevoerd als u en/of uw huisdieren in de woning zijn. Het omgekeerde geldt ook. Als u niet in de woning bent (bijvoorbeeld door werkzaamheden buitenshuis, vakantie enz.) dan is er minder ventilatie nodig. Tot slot geldt, dat juist in een koude winterperiode, de wijze van ventileren nauw luistert.

In tabel 1 is weergegeven hoe u uw woning tijdens een koude winterperiode ventileert. De aanwijzingen gelden als het buiten kouder is dan 8°C. 'Verblijf in het vertrek' betekent dat u en/of uw huisdieren in de woning zijn.



Tabel 1: aanwijzingen ventilatie (minimale temperatuur in een verblijf van 15°C en buitentemperaturen lager dan 8 °C)

Vertrek	Wanneer u <u>niet</u> thuis bent	Wanneer u <u>wel</u> thuis bent	Wat dient u te vermijden!
Woonkamer	Klein beetje ventileren (rooster half open, klepraam op een kleine kierstand).	Extra ventileren: Roosters volledig geopend, klepramen half open.	Sterke of langdurige ventilatie. De gehele dag het raam of het klepraam openzetten.
Open keuken/gesloten keuken	Klein beetje ventileren (rooster half open, klepraam op kierstand).	<u>Tijdens het koken:</u> Extra ventileren. Roosters volledig geopend, klepramen half open. Eventuele buitendeur gesloten houden. Mechanische afzuiging in de hoogste stand. Schakel de afzuigkap in tijdens het koken tot een kwartier/half uur na het koken. Reinig of vervang filters in de afzuigkap of afzuigkanaal regelmatig.	Sterke of langdurige ventilatie. De gehele dag het raam of het klepraam openzetten. De deur tijdens het koken openzetten.
Hal	Klein beetje ventileren.	Klein beetje ventileren.	Sterke ventilatie.
Slaapkamers	Klein beetje ventileren (rooster half open, klepraam op kierstand). Draairamen niet openzetten.	<u>Tijdens het slapen:</u> Extra ventileren. Roosters volledig geopend, klepramen half open. 's Ochtends bij het opstaan draairamen openen: circa 10 minuten het verstrek ventileren. Hierna draairamen dicht.	Sterke of langdurige ventilatie. De gehele dag het raam of het klepraam openzetten.
Slaapkamer-studeerkamer/werkkamer	Klein beetje ventileren (rooster half open, klepraam op kierstand). Draairamen niet open.	<u>Tijdens het studeren of werken</u> Extra ventileren. Roosters volledig openen, klepramen half open. Draairamen niet open.	Geen sterke of langdurige ventilatie.
Badkamer/doucheruimte	<u>Als u de doucheruimte of de badkamer niet gebruikt:</u> Klein beetje ventileren (rooster half open, klepraam op kierstand). Mechanische afzuiging in de lage stand.	<u>Tijdens het douchen:</u> Extra ventileren. Roosters volledig geopend, klepramen half open. Mechanische afzuiging in de hoogste stand. Badkamerdeur gesloten houden. <u>Na het douchen:</u> Badkamerdeur gesloten houden. Mechanische afzuiging een half uur laten nadraaien. Na afloop van het douchen wand- en vloertegels droog maken.	1. Geen sterke ventilatie van de badkamer. 2. Na afloop van het douchen niet de vochtige lucht uit de badkamer of doucheruimte via aangrenzende vertrekken naar buiten toe weg ventileren. 3. Vermijd langdurig douchen. Bij voorkeur: 5 minuten per persoon per 24 uur. Per gezin maximaal 60 minuten per 24 uur douchen, ongeacht het aantal personen.

Verwarmen

Waarom uw vertrekken goed verwarmen?

De meeste vochtproblemen ontstaan in de winterperiode bij lage buitentemperaturen. Door de vertrekken goed te verwarmen, blijven de wanden en het plafond voldoende op temperatuur. Zo neemt de kans op vochtproblemen af.

Huurders die extreem energiezuinig zijn, vergroten juist de kans op vochtproblemen in hun woning. Extreem zuinig stookgedrag leidt tot lage temperaturen. De (relatieve) vochtigheid wordt dan te hoog. Naast vochtklachten hebben deze huurders meestal klachten over het comfort in de woning. Een energiezuinig stookgedrag mag dus niet ten koste gaan van een gezonde en comfortabele woning.

Te onthouden:

Ventileren en verwarmen gaan altijd hand in hand. Als een vertrek goed verwarmd is, mag dit nooit ten koste gaan van de ventilatie. Andersom geldt ook: een goed geventileerd vertrek mag er niet toe leiden dat de temperatuur in datzelfde vertrek te laag wordt. Soms dient een vertrek tijdens het ventileren extra te worden verwarmd.

In tabel 2 is de minimale en de gewenste temperatuur per vertrek weergegeven. Het is van belang dat de temperatuur in een vertrek minimaal 15 °C is. Ook als u dit vertrek ventileert. Is de temperatuur lager dan 15°C, dan dient u het vertrek extra te verwarmen. U dient in dit vertrek echter wel de ventilatieroosters en de klepamen open te laten.

Tabel 2: aan te houden temperaturen

Vertrek	Minimale temperatuur (°C)	Gewenste temperatuur (°C)
Woonkamer	15	18 à 19
Open keuken	15	18 à 19
Gesloten keuken	15	17 à 18
Hal	15	16 à 17
Slaapkamers	15	15
Slaapkamer-studeerkamer	15	17 à 18
Badkamer/doucheruimte	15	18 à 20

De minimale ruimtetemperatuur dient u ook aan te houden :

- 's nachts tijdens het slapen;
- bij afwezigheid overdag of in het weekend;
- als u op vakantie bent in de winterperiode.

De gewenste temperatuur dient u aan te houden bij verblijf van een of meerdere personen in uw woning.

Overige aanwijzingen

Mechanische ventilatie

Als uw woning is voorzien van een mechanische ventilatie dan is het belangrijk dat u:

- zorgt dat de stekker van de ventilator in het daarvoor bestemde stopcontact zit. Doet u dit vooral als u als nieuwe huurder de woning betreft;
- de mechanische ventilatie nooit uitzet. Met de schakelaar (meestal in de keuken of badkamer) kunt u een lage of hoge ventilatiestand kiezen;
- tijdens het koken, wassen of douchen de schakelaar op de hoogste stand zet. Anders blijft de waterdamp hangen en ontstaat condens.

Nog enkele handige tips

- Beperk het douchen per gezin tot maximaal 60 minuten per 24 uur. Bij voorkeur dient er maximaal 5 minuten per persoon te worden gedoucht.
- Droog na het douchen de wandtegels met een wisser.
- Droog wasgoed bij voorkeur buiten.
- Als u wasgoed binnenin uw woning wilt drogen, gebruik dan bij voorkeur een condensdroger. Droog het wasgoed in andere gevallen in een apart geventileerde ruimte.
- Vermijd langdurig koken met veel water.
- Zorg voor extra ventilatie als u veel mensen in huis hebt.
- Laat de mechanische ventilatie altijd aanstaan 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.

Vragen

Mocht u nog vragen hebben over het ventileren van uw woning, neemt u dan contact op met de Servicedienst van Het Gooi en Omstreken via (035) 621 08 88.

