

8 TIPS voor een koel huis in de zomer

Het Servicepunt Energie ondersteunt energie-initiatieven en gemeenten bij het verduurzamen van woningen en wijken. Mede mogelijk gemaakt door provincie Utrecht en in samenwerking met OER! en U-Thuis.



U-THUIS



Zet een kruisje in één van de rondjes:

ga ik doen heb/doe ik al

1

Zonneschermen omlaag, ramen en deuren dicht

2

Zet ramen in ochtend of avond tegen elkaar open

3

Zet geen apparatuur aan die onnodig warmte opwekt

4

Goede isolatie van dak, buitenmuren en ramen

5

Vergroen je huis én tuin

6

Gebruik liever een ventilator dan een airco

7

Maak je eigen airco

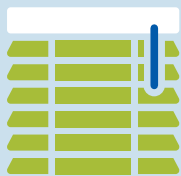
8

Blijf goed ventileren voor gezonde lucht in huis

8 TIPS voor een koel huis in de zomer

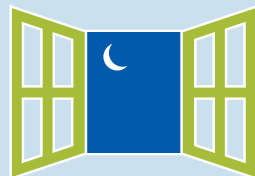
Kijk op www.milieucentraal.nl voor meer informatie over een koel huis in de zomer

1 Zonneschermen omlaag, ramen en deuren dicht



Zonwering houdt de zon buiten. Een koel huis begint met het buiten houden van de zon. Zorg er dus eerst voor dat de zon je huis niet te veel opwarmt: doe zonneschermen overdag omlaag en de gordijnen dicht. In zuidelijke landen sluiten ze niet voor niets overdag de luiken!
Overdag kun je de ramen en (tuin)deuren het beste dicht doen: je houdt de warme lucht dan buiten.

2 Zet ramen tegen elkaar open in ochtend of avond



Maak goed gebruik van de koelte van de nacht. Zet 's nachts of vroeg in de ochtend de ramen open en laat het lekker afkoelen. Rond zonsopkomst is het meestal het koelst. Met een hor voor de ramen houd je de muggen buiten. Zorg ook dat dieven je huis niet in kunnen door een geopend raam. In bovenraampjes kun je bijvoorbeeld een dwarsstang laten zetten.

3 Zet geen apparatuur aan die onnodig warmte opwekt



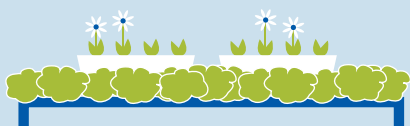
Zet geen apparatuur aan die onnodig warmte opwekt zoals TV, computer, magnetron of stofzuiger. Vervang je oude lampen voor ledverlichting. Dit scheelt niet alleen hitte, ook je energierekening daalt.

4 Goede isolatie van dak, buitenmuren en ramen



Goed geïsoleerde muren en daken en ramen met HR** glas of triple glas houden de warmte 's zomers buiten, vooral als de zon erop staat. Goed isoleren is niet alleen fijn voor de zomer. Ook 's winters heb je er voordeel van: je verbruikt minder gas voor je verwarming en je huis is warmer en comfortabeler. Met een energiecoachgesprek via Wattnu krijg je inzicht wat er in jouw situatie mogelijk is.

5 Vergroen je huis én tuin



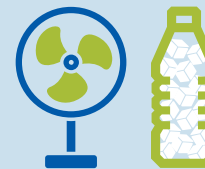
Groen op, tegen of rondom je huis zorgt voor verkoeling. Maak van een plat dak een groen dak: sedumplantjes of ander groen zorgt 's zomers voor koelte. Dat kan wel 2 tot 4 graden schelen in huis! De plantjes koelen bovendien de omgeving doordat ze zonlicht opvangen en water verdampen. En ze nemen ook nog eens regenwater op. Je kan het combineren met zonnepanelen en dakisolatie.

6 Gebruik liever een ventilator dan een airco



Als het echt te warm wordt binnen, zorg dan voor een stroom (koele) lucht met een ventilator. Dit is altijd een milieuvriendelijkere keuze dan een airconditioner. Airco's gebruiken veel stroom en bevatten bovendien koudemiddelen die bijdragen aan het broeikaseffect als ze vrijkomen. Heb je al een airco of kun je toch niet zonder? Let op bij je keuze en gebruik hem niet vaker dan nodig.

7 Maak je eigen airco



Plaats je ventilator zo, dat je warmte lucht naar buiten blaast. Doe dit bij een raam aan de kant van je huis waar de wind 'naartoe' blaast. Voorkom dat alleen warme lucht wordt rondgepompt in je kamer. Hoe? Door bevroren flessen water (uit de vriezer) voor je ventilator te zetten. Zo wordt koelere lucht door je kamer geblazen!

8 Blijf wel goed ventileren voor gezonde lucht in huis



De lucht in huis raakt op allerlei manieren vervuild. We ademen, koken, douchen, sporten binnen, wassen, drogen en strijken de was. Elk gezin produceert zo dagelijks 10 tot 15 liter condensatievocht! Dus is het belangrijk om de lucht in huis goed te verversen. Vieze lucht moet het huis uit en schone lucht moet naar binnen komen. Dat kan via naden en kieren, of door roosters en raampjes.