

8 TIPS voor een koel huis in de zomer

Voor meer advies, duurzame acties en activiteiten kijk op hilverzon.nu of hetcooperatie.nl



Zet een kruisje in één van de rondjes:
 ga ik doen heb/doe ik al

1

Ramen en deuren dicht, zonneschermen omlaag

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 dak, 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

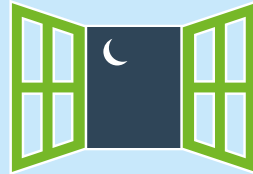
Kijk op www.milieucentraal.nl voor meer informatie over een koel huis in de zomer

1 Ramen en deuren dicht, zonneschermen omlaag



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 of de gordijnen dicht. In zuidelijke landen sluiten ze niet voor niets overdag de luiken! Buitenzonwering is effectiever dan binnenzonwering. Overdag kun je ramen/(tuin)deuren het beste dicht doen: je houdt dan warme lucht 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. Zet ramen op verschillende tegen elkaar open. (ook op verdiepingen). Rond zonsopkomst is het meestal het koelst. Rond zonsopkomst is het meestal het koelst. Zorg dat dieven niet door een geopend raam je huis in kunnen. In bovenraampjes kun je bv. een dwarsstang laten zetten. Of plaats een night-vent-grill.

3 Zet geen apparatuur aan die onnodig warmte opwekt



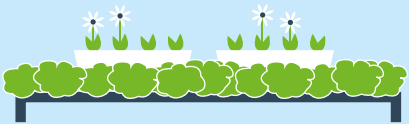
Zet geen apparatuur aan die onnodig warmte opwekt zoals TV, computer, magnetron of stofzuiger. Vervang je oude lampen voor ledverlichting. Dit scheelt niet alleen hitte, ook je energierekening daalt.

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, maar als de zon erop staat kan het binnen toch flink opwarmen. Combineer dit daarom met zonwering. (zie Tip 1) 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. Blijf wel altijd goed ventileren, zie tip 8.

5 Vergroen je dak, huis én tuin



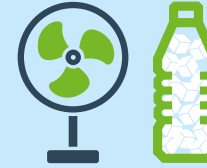
Groen op, tegen of rondom je huis zorgt voor verkoeling. Maak van een plat dak een groen dak: sedumplantjes of ander groen zorgt 's zomers voor koelte. Dat kan wel een paar graden schelen in huis! De plantjes koelen bovendien de omgeving doordat ze zonlicht opvangen en water verdampen. En ze nemen ook 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 broeikas effect 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.