



Hou je huis koel

#klimaatgezond



Hoe vermijd je **hittestress**?

We kunnen er niet meer omheen: de klimaatverandering warmt de aarde op. Ook hier noteren we alsmaar hogere temperaturen.

Vooral in dichtbebouwde omgevingen ondervinden mensen daarvan de negatieve gevolgen. Want beton, asfalt en andere verharding houden warmte vast, en er is te weinig luchtcirculatie om de omgeving af te koelen. Zo ontstaan er heuse hitte-eilanden.

Als je woning nog niet is aangepast aan de klimaatverandering, stijgt het kwik ook binnen. Hitte in huis is nefast voor je wooncomfort en welzijn. Het zorgt voor slaap- en concentratieproblemen en heeft een negatieve invloed op de gezondheid. Zo ontstaat hittestress.

Gelukkig kun je maatregelen nemen om je woning te verkoelen. Veel van deze maatregelen hebben ook een positieve invloed op de ruimte rond je woning, je straat of tuin.

In deze folder sommen we de belangrijkste maatregelen op. Pas ze toe, en draag je steentje bij tot een #klimaatgezond Oost-Vlaanderen!



Bomen, struiken en planten zorgen voor verkoeling door schaduw en verdamping.



Zonwering beperkt de warmte die binnenkomt via ramen.



Zet je ramen open zodra het buiten frisser is dan binnen om je huis af te koelen.

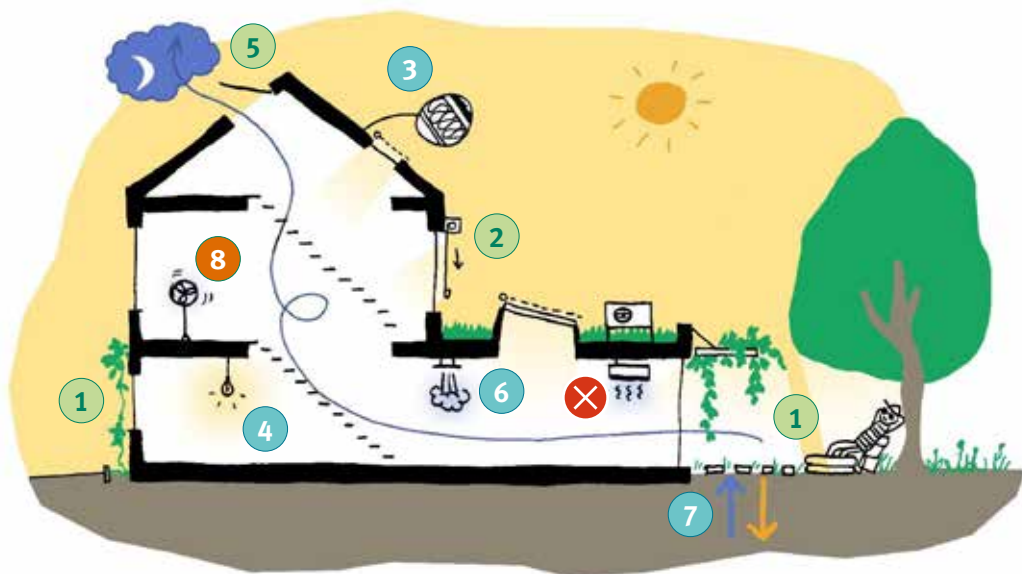
Hou je huis koel: maatregelen in een notendop

Hou de hitte buiten

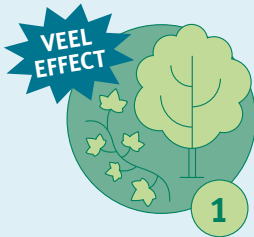
De beste manier om je huis fris te houden? Zorg ervoor dat de hitte niet binnensluipt. **Een gepaste zonwering, een groene omgeving en intensieve, natuurlijke nachtventilatie zijn essentieel.** Ook het isoleren van muren en daken en een lichtgekleurde buitenafwerking helpen om de hitte buiten te houden, zij het in mindere mate.

Koeltechnieken

Wordt het alsnog te warm binnen? Dan kan je voor verschillende koeltechnieken kiezen. Kies vooral voor passieve technieken, omdat ze weinig of geen energie verbruiken. **Vermijd airco, gezien het hoge energieverbruik.**



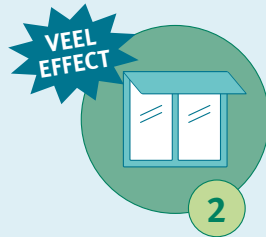
Hou de hitte buiten



Ga volop voor groen

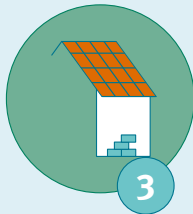
Bomen, struiken en planten zorgen voor de broodnodige verkoeling door schaduw en verdamping. Tip: bladverliezende

loofbomen bieden 's zomers koelte, maar laten 's winters licht en warmte door. Kleine tuin? Ga voor verticaal groen of een groendak. Beperk ook de verharding want opritten en terrassen nemen meer warmte op en geven die vertraagd af.



Plaats zonwering

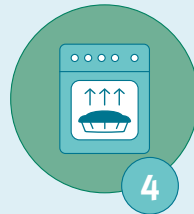
Zonwering beperkt de invallende warmte via ramen. Kies een type dat past bij de grootte en oriëntatie van je ramen. En denk eraan: **buitenzonwering is een pak doeltreffender dan binnenzonwering.** Ook groen (bomen, struiken, klimplanten, ...) kan dienen als zonwering.



Buitenmuren en daken

Isoleer je dak en muren en kies voor een lichtgekleurde buitenafwerking, zo beperk je binnenkomende zonnewarmte.

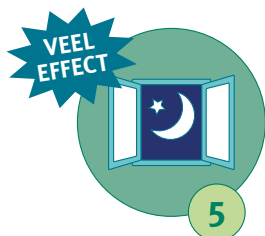
Goed isoleren zorgt dus niet alleen voor minder warmteverlies in de winter, maar ook voor minder opwarming in de zomer.



Beperk extra warmteproductie

Lampen en elektrische toestellen geven warmte af. Apparaten die je niet gebruikt of die in stand-by staan, schakel je beter uit. Kies ook voor energiezuinige toestellen: hoe lager het verbruik, hoe minder warmte ze afgeven.

Koeltechnieken



Intensieve natuurlijke nachtventilatie

Profiteer van de koelere ochtend- en nachttemperaturen om de opgeslagen warmte in je woning af te voeren. Open je ramen bij voorkeur in twee tegenover elkaar liggende gevels. Of **creëer een schouweffect door één of meer ramen boven en beneden te openen**. Zo ontstaat luchtcirculatie en wordt de warmte optimaal afgevoerd.



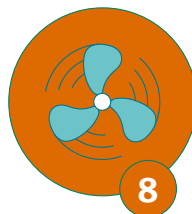
Passief koelen via ventilatie

Verse lucht voorcoelen doe je via mechanische toevoer van lucht met een ventilatiesysteem D. Bijvoorbeeld een lucht-aardewarmtewisselaar, een bodemwarmtewisselaar met koelvloeistof of een adiabatische koeling kan ventilatielucht passief voorcoelen.



Passief koelen met een geothermische warmtepomp

Een geothermische warmtepomp kan je woning ook koelen. Met de juiste instelling gebruik je de bodemtemperatuur om het water in je lagetemperatuursysteem te koelen, i.p.v. te verwarmen.



Actief koelen met een ventilator

Een ventilator zorgt voor een plaatselijke verkoeling. Plaats een bak of flessen met bevroren water om het verkoelend effect te vergroten.



Vermijd airco, gezien het hoge energiegebruik.



Meer info?

Download de uitgebreide infonota op www.bouwwijs.be/houjehuiskoel



Woon je in de provincie Oost-Vlaanderen? En wil je graag advies om je huis duurzaam bestand te maken tegen de hitte? Neem dan contact op met het Steunpunt Duurzaam Wonen en Bouwen. Via het infoloket krijg je een antwoord op eenvoudige vragen: www.bouwwijs.be/bouwadvies-en-premies/infoloket

Uitgebreid renovatieadvies nodig? Schrijf je in op: www.bouwwijs.be/renovatieadvies

dubo@oost-vlaanderen.be • 09 267 78 07 • www.bouwwijs.be