

**Ventileren in uw woning**  
MVGM Wonen



## Ventileren in uw woning?

Oudere woningen ventileren eigenlijk vanzelf, via naden en kieren. Nieuwere huizen zijn over het algemeen beter tot zeer goed geïsoleerd en hier is dus andere ventilatie nodig.

Een goede basisventilatiesysteem is dan belangrijk, een systeem dat extra ventileert tijdens piekmomenten zoals na het douchen en koken.

Ventileren is iets anders dan luchten. Luchten is het in één keer verversen van lucht in een bepaalde ruimte, terwijl ventileren een continue proces is dat 24/7 doorgaat.

## Ventilatie en energie besparen

Permanent ventileren is dus noodzakelijk. Het is een misverstand om ervan uit te gaan dat u op stookkosten bespaart door niet te ventileren. Ventileren zorgt er namelijk voor dat de lucht in uw woning wordt gezuiverd, de waterdamp uit uw woning wordt verdreven en de lucht daardoor droog wordt. Een droge atmosfeer wordt sneller en makkelijker warm dan een vochtige. Zet 's-ochtends de ramen een kwartier lang tegen elkaar open. Doe ze daarna dicht en zet de verwarming aan. U zult merken dat het snel weer behaaglijk in de woning is.

Goed ventileren zorgt voor een gezonde leefomgeving in uw huis. In deze brochure wordt er uitleg gegeven over de verschillende ventilatiesystemen en staan er handige tips aangegeven.

Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen? Neem gerust contact op.

Bezoek onze website:  
[www.mvgm.nl](http://www.mvgm.nl)

## Hoe komt er vocht in mijn woning?

Vocht in huis is een regelmatig voorkomend probleem. Vaak wordt dan gedacht dat het vocht door de muren naar binnen komt. Nu kan hier uiteraard wel eens sprake van zijn, maar in de praktijk echter blijkt veelal, dat het vocht van binnenuit komt.

### Leefvocht

Het meeste vocht wordt namelijk geproduceerd door bewoners zelf, het zogenaamde leefvocht. Bewoners, huisdieren en planten produceren misschien wel het meeste vocht in huis. Een gemiddeld gezin (4 personen) produceert alleen al door te ademen en te transpireren al gauw zo'n 2 tot 3 liter vocht per dag!

Daarnaast wordt de vochthuishouding beïnvloed door koken, dweilen en douchen. Kook- en/of rookluchtjes vervuilen daarnaast ook de atmosfeer in de woning. Zonder adequate ventilatie wordt het vochtig en muff in huis, omdat de luchtvochtigheid toeneemt. Om de lucht in de woning te zuiveren is ventilatie dan ook noodzakelijk.







## 10 tips om uw woning goed te ventileren

- 1 Vuil kan een rooster verstoppen. Houd ventilatieroosters boven de ramen open en maak deze zeker één keer per jaar aan de binnen- en buitenkant schoon (bijvoorbeeld met een stofzuiger).
- 2 Is het buiten erg koud of waait het erg hard, sluit de roosters dan maximaal voor de helft.
- 3 Heeft uw woning geen ventilatieroosters, zet dan het klepraampje boven een deur of raam open. Zorg er wel voor dat er op die momenten iemand in de woning aanwezig is.
- 4 Sluit binnendeuren niet kierdicht af. Plaats dus geen tochtstrippen.
- 5 Heeft u overgordijnen, zorg er dan voor dat er voldoende lucht langs de overgordijnen kan stromen als deze gesloten zijn.
- 6 Zorg ervoor dat lucht kan circuleren rond kasten. Plaats kasten dus enkele centimeters vrij van de (buiten)muur.
- 7 Beschikt uw woning over een mechanisch ventilatiesysteem, zet deze dan niet uit. Het ventilatiesysteem is gebaseerd op een continue afzuiging. Schakel het systeem tijdig naar een hogere stand als u gaat douchen of koken.
- 8 Laat het wasgoed zoveel mogelijk buiten drogen. Wanneer dit niet mogelijk is, zet dan bij het drogen een extra raampje open.
- 9 Rookt u of wordt er in huis gerookt, zorg dan voor extra ventilatie.
- 10 Zet in de winter de verwarming 's nachts niet helemaal uit; hiermee wordt voorkomen dat het gehele huis te ver afkoelt, waardoor vocht in de muren kan trekken. Vocht zet zich namelijk af tegen de koudste elementen.

## Welke soorten ventilatie zijn er?

### Natuurlijke ventilatie

Bij natuurlijke ventilatie wordt er verse lucht toegevoerd via openstaande ventilatieroosters. Vuile lucht gaat via diezelfde weg naar buiten uit de badkamer, toilet en keuken.

### Mechanische ventilatie

Bij mechanische ventilatie vindt afvoer van vervuilde lucht plaats via een continu draaiende ventilatiemotor. Die zuigt via de luchtkanalen en ventielen lucht weg uit de keuken, de badkamer en/of het toilet. Een regelknop of schakelaar met twee of drie standen regelt de hoeveelheid lucht die wordt afgezogen. Aanvoer van frisse lucht gebeurt via ventilatieroosters en/of ramen met een ventilatiestand. Schakel het systeem daarom nooit uit. Vaak zit er in de keuken een 3-standenschakelaar waarmee u het systeem harder of zachter kunt laten draaien. Stand 1: laag (nachtstand) Stand 2: midden (dagstand) Stand 3: hoog (piekstand).

Bij piekbelastingen zoals tijdens het koken of douchen kunt u een hogere stand inschakelen. Bij de unit van de mechanische ventilatie treft u een gebruiksaanwijzing aan. Indien u deze niet meer in uw bezit heeft kunt u het internet raadplegen, vaak kunt u hier ook de handleiding volgen. Wanneer u in een appartementencomplex woont kan het zijn dat er is gekozen voor een centraal mechanisch ventilatiesysteem.

### Vraag gestuurde ventilatiesystemen

Vraag gestuurde ventilatiesystemen zorgen ervoor dat de ventilatie automatisch wordt aangepast aan de vraag door middel van sensoren. Die meten de hoeveelheid CO<sub>2</sub> of de luchtvochtigheid en passen daarmee het ventilatiesysteem aan.

Mechanische ventilatiesystemen kunnen centraal of decentraal werken. Centraal wil zeggen dat er centraal in de woning een ventilator-unit is geplaatst die de vervuilde lucht afvoert en/of schone lucht in de woning blaast.

De luchtstroming van en naar de ventilator-unit vindt dan plaats door kanalen in de woning. Werkt het systeem decentraal, dan zijn er op verschillende plaatsen in de woning ventilatoren geplaatst.

### Balansventilatie

Balansventilatie is ook een vorm van mechanische ventilatie. Hierbij verloopt zowel het afzuigen als het inblazen van de lucht mechanisch. Met afzonderlijke ventielen wordt lucht in of juist uit de woning geblazen. Meestal is daarbij een warmtewisselaar opgenomen in het systeem. Die warmt via een warmte-terugwininstallatie (WTW-unit) de verse lucht op (voordat die de woning instroomt) met behulp van de uitgaande verwarmde lucht. Hierdoor wordt energie bespaard.

### Wilt u meer weten?

Misschien heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen.

MVGM Wonen beantwoordt deze graag.

**W** [www.mvgm.nl](http://www.mvgm.nl)