

# TEMPERATUUR

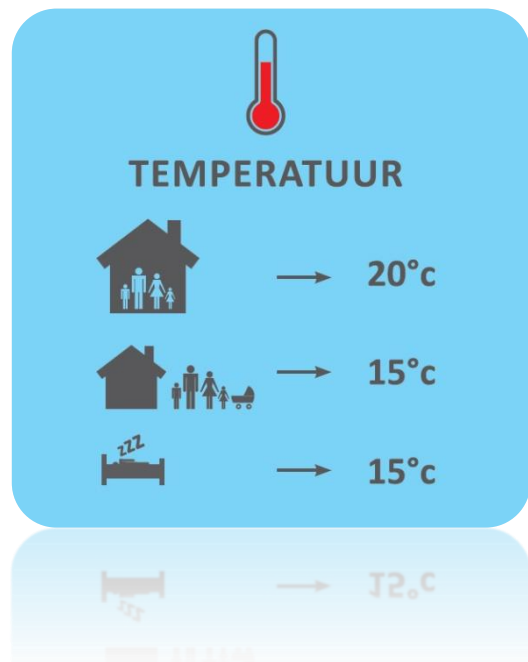
## OVERDAG: 20°C

20°C is een goede na te streven temperatuur voor als je overdag thuis bent. Wat maakt 20°C een richtwaarde? Het is op verschillende vlakken aan te raden: op vlak van gezondheid, op vlak van comfort en het is betaalbaar (mits de woning geen structurele problemen vertoont), want elke graad die je meer stookt, kost 7% extra op het gasverbruik.

## 'S NACHTS EN BIJ AFWEZIGHEID: 15°C

's Nachts en wanneer niemand thuis is, raden we 15°C of 16°C aan. We willen vermijden dat de woning te hard afkoelt en het opwarmen van de woning te veel energie verbruikt. Ervoor zorgen dat het temperatuurverschil tussen dag en nacht/afwezigheid max. 4°C of 5°C bedraagt is het meest kostenefficiënt.

Ook voor de gezondheid van de woning en bijkomend de gezondheid van de bewoners is minstens 15°C aan te raden. Als je een lage temperatuur (14°C en lager) combineert met een hoge luchtvochtigheid (vanaf 60%) creëer je schimmel. Dit kan dan weer leiden tot allergische reacties, problemen met de luchtwegen en astma. Een slechte luchtkwaliteit heeft met andere woorden een effect op de gezondheid.



# KAMER- THERMOSTAAT

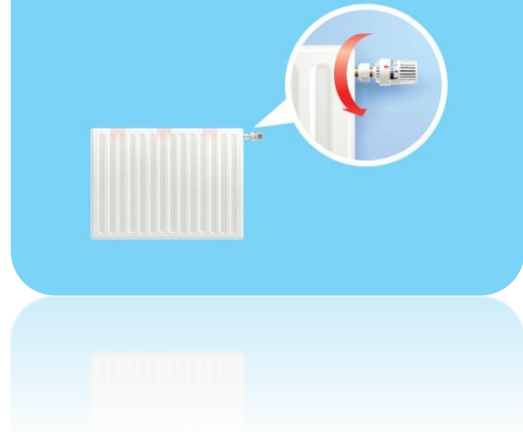
De radiatorkranen op de hoogste stand zetten in de ruimte waar de kamerthermostaat staat heeft een invloed op de energiefactuur.

De kamerthermostaat, de verwarmingsketel en de radiatorkranen staan met elkaar in verbinding. De kamerthermostaat geeft de opdracht aan de verwarmingsketel om warmte te produceren en deze te verspreiden via de radiatoren. Wanneer de radiatorkranen helemaal open staan, kan de warmte en daarbij horend de gevraagde temperatuur vrij snel bereikt worden. Als de gevraagde temperatuur (bv 20°C) bereikt wordt, zal de kamerthermostaat de boodschap geven aan de ketel om niet meer te verwarmen. Wanneer de radiatorkranen niet volledig op de hoogste stand staan, zal de ketel harder en langer moeten werken om de gevraagde temperatuur (bv 20°C) te produceren. Dit langer werken staat gelijk aan meer verbruiken en zo zal de energiefactuur omhoog gaan. Je kan dit vergelijken met auto rijden: Als je met je auto op korte tijd een bepaalde snelheid wil bekomen, dan doe je dat ook niet met je handrem op. Dat vergt onnodig veel energie en het is inefficiënt.

Het is wel zinvol om de radiatorkranen in de andere ruimtes te regelen naargelang de behoeften (vb. badkamer en keuken 20°C, slaapkamers 15°C). Om de temperatuur in de andere kamers te regelen kan de woonmeter ook gebruikt worden door hem in de desbetreffende kamer te zetten, de temperatuur te bekijken en de radiatorkranen naar behoefte bij te stellen.

## KAMERTHERMOSTAAT

Waar staat de kamerthermostaat?  
Zet in deze ruimte de radiatoren  
op de hoogste stand.

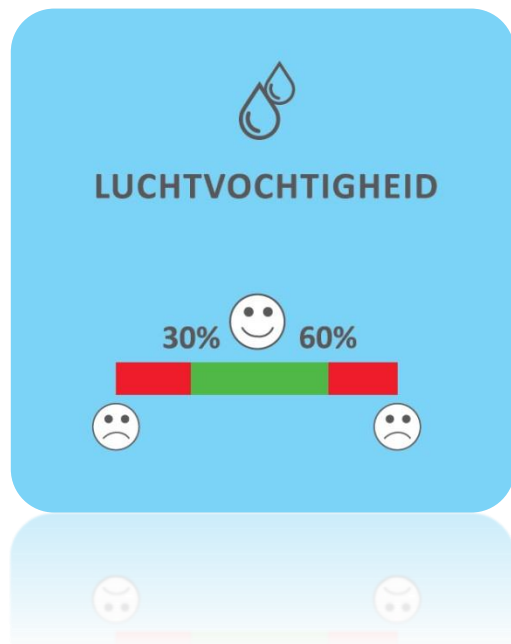


# LUCHTVOCHTIGHEID

Een stabiele luchtvochtigheid (tussen 30% en 60%) is naast een gezonde ook een comfortabele luchtvochtigheid.

Het behouden van een goede luchtvochtigheid doet men door goed te verluchten of te ventileren. Verluchten is het kortstondig openen van ramen en deuren waardoor verse lucht binnen komt en vuile lucht buiten gaat. Ventileren is het permanent verversen van lucht door bijvoorbeeld een mechanisch ventilatiesysteem. Bij een maatschappelijk kwetsbare doelgroep zal het vooral gaan om goed verluchten mits ventileren vaak niet haalbaar en betaalbaar is.

Te vochtige lucht heeft een impact op de gezondheid en kan leiden tot allergieën, luchtwegenproblemen en astma. Daarnaast voelt vochtige lucht oncomfortabel en koud aan, waardoor mensen geneigd zijn om de verwarming hoger te zetten. Dit heeft dan weer een invloed op de energiefactuur.



## ENKELE WEETJES:

- De ideale luchtvochtigheid is 45%
- Te droge lucht is minder erg dan te vochtige lucht. Het is dan ook gemakkelijker om droge lucht vochtiger te maken (bv door een potje water op de verwarming zetten of bv kledij binnen te drogen) dan om vochtige lucht droger te maken.
- Van te droge lucht krijg je een prikkel in de keel en de ogen.
- Goede luchtvochtigheid voelt sowieso comfortabel aan. Het is ook makkelijker op te warmen.
- Te vochtige lucht voelt altijd koud en kil aan. Mensen zijn dan geneigd de verwarming hoger te zetten en dat valt ook te begrijpen. Het is dan ook vooral bij deze kille huizen een heel moeilijke boodschap, maar wel een heel belangrijke om te blijven verluchten.
- Een woonmeter zal nooit een structureel vochtprobleem oplossen. Indien er structurele vochtproblemen zijn dienen deze bij de oorzaak aangepakt te worden.
- Soms is het buitenklimaat bepalend voor de luchtvochtigheidsgraad binnen. In de zomer bijvoorbeeld, tijdens zwoele dagen kan de luchtvochtigheid binnen oplopen tot 60% en ver daarboven. Tijdens ijzige winterdagen kan de luchtvochtigheid binnen dalen tot 30% en minder.
- De meter geeft HH aan wanneer de luchtvochtigheid +80% is en LL wanneer de luchtvochtigheid -20% is. Deze waarden kan de meter niet meer meten.

# VERLUCHTEN

Het is belangrijk om te verluchten, op die manier verwijder je alle vuile lucht en laat je frisse/verse lucht binnen.

We hanteren als basisregel: 2 x 10 minuten per dag alles goed verluchten (= alle ramen openzetten zodat de frisse lucht even door de woning trekt). Constante ventilatie (bv 24u per dag een raam op kiep zetten) is volgens LOGO aangewezen, maar voor mensen in een maatschappelijk kwetsbare positie vaak niet haalbaar en betaalbaar omdat ze vaak een huis bewonen van slechte kwaliteit met daarbij horende hoge energiefacturen. Voor goed geïsoleerde huizen kan dit wel.

Buiten de 2x10 minuten verluchten raden we aan extra te verluchten tijdens activiteiten die vocht produceren (vb. douche, poetsen, koken, ...). Met als doel dit vocht 'snel' naar buiten te leiden. Zo kunnen we vocht- en schimmelproblemen voorkomen.

Opgelet: een woning met structurele vocht- en schimmelproblemen moet structureel aangepakt worden. De woonmeter zal hiervoor geen oplossing bieden.

