

Tips om uw woning koel te houden

9 tips om de warmte buiten te houden



Door de opwarming van de aarde krijgen we steeds vaker te maken met warme zomers. We geven u graag wat tips om de warmte buiten te houden.



Houd overdag direct zonlicht tegen.

Sluit ramen en deuren en doe gordijnen dicht. Gebruik zonwering, schaduwdoek, parasol of losse screens.



Zet laat in de avond of vroeg in de ochtend de ramen en deuren (tegenover elkaar) open.

Zorg dat de warmte uit de woning kan waaien



In een hele hete kamer slapen is niet fijn.

Misschien kunt u voor een paar nachtjes met een matras op de grond of op de bank in de koelste kamer van het huis gaan slapen.



U kunt ook uw eigen goedkope en energiezuinige airco maken.

Zet een bak ijs of een fles met ijskoud water voor uw ventilator. De ventilator koelt op deze manier de lucht.



Met planten tegen de muur of een struik of boom voor uw huis, zorgt u voor schaduw.

Een boom houdt uw huis in de zomer koel en laat in de winter het zonlicht door. Denk aan leibomen voor het raam. Planten zorgen voor een koelere tuin. Tegels in de tuin houden hitte lang vast, denk erover na wat 'groen' te planten.



Probeer binnen zo weinig mogelijk apparaten te gebruiken.

Apparaten zoals televisie, oven, wasmachine of stofzuiger zorgen voor meer warmte binnen.



Zorg dat u zelf koel blijft

Drink voldoende water, bijvoorbeeld elk uur een glas, draag buiten zonnebril en hoed of pet en smeer u goed in met zonnebrandcrème.



Geef ook huisdieren extra water en een schaduwplekje.



Houdt de hitte lang aan? Probeer uw ritme zo veel mogelijk aan te passen.

Houd ook kwetsbare mensen en ouderen extra in de gaten. Niet iedereen kan goed tegen warmte.

