

W o n e n
i n e e n
ECOlogische
nomische
w o n i n g



Ik woon

.....
.....

Inhoudstafel

- 1 Ik woon in een ecologische/nomische woning
- 2 Ik gebruik mijn GMV correct
- 3 Ik onderhoud mijn GMV correct
- 4 Ik laat de lucht circuleren tussen de kamers
- 5 Ik verbruik weinig energie om me te verwarmen
- 6 Ik gebruik mijn dampkap correct
- 7 In de zomer hou ik mijn woning fris
- 8 In de winter hou ik de warmte binnen
- 9 Ik zorg ervoor dat mijn woning luchtdicht blijft
- 10 Ik let op mijn elektriciteitsverbruik
- 11 Ik let op mijn waterverbruik
- 12 Ik leef in een comfortabele woning
- 13 Nuttige adressen
- 14 Mijn burens



Ik woon in een ecologische/ nomische woning

1



Mijn woning is ontworpen om tot 10 keer minder energie te verbruiken voor verwarming dan een gewone woning. Om dit te bereiken, moet ik ze goed gebruiken en er goed voor zorgen.





De grote ramen in mijn woning zijn zoveel mogelijk naar het zuiden gericht om een maximum aan gratis warmte van de zon te krijgen.



Mijn woning is geïsoleerd om een comfortabele kamertemperatuur te behouden.



Mijn woning is luchtdicht. Ze laat geen lucht door.



Mijn woning wordt geventileerd zodat er altijd gezonde lucht binnen is zonder dat ik de ramen hoef te openen.



Hallo, ik ben Filip Tip. Op elke fiche geef ik een tip voor het goede gebruik van je woning.

Ik gebruik mijn gecontroleerde mechanische ventilatie (GMV) correct

2



Ze brengt zuivere lucht
binnen en voert vervuilde
lucht af.





Mijn GMV wint warmte terug van de uitgaande lucht om de inkomende lucht te verwarmen. Ze kan collectief of individueel zijn. Als ik een AUTO-modus heb, regelt mijn GMV zichzelf.



Als ik een handmatige modus heb, stel ik mijn GMV in op basis van mijn activiteiten: Lage stand als ik afwezig ben.



Normale stand wanneer er geen activiteit is die te veel vocht produceert.



Hoge stand als ik kook, een douche neem of als we met velen zijn.



Het is niet nodig om de ramen in je woning te openen. De lucht wordt continu ververs dankzij de GMV.

Ik onderhoud mijn gecontroleerde mechanische ventilatie (GMV) correct

3



De filters in mijn GMV reinigen
de lucht. De luchtkwaliteit
is beter in mijn woning dan
daarbuiten!





Ik reinig de filters van mijn GMV één keer per maand. Wanneer ze te vuil zijn vervang ik ze. Ik zet mijn GMV uit voordat ik de filters eruit haal.



Ik reinig de ventilatieroosters minstens een keer per 4 maanden met een vochtige doek.



Ik verander de positie van de ventilatieroosters niet.



Bij twijfel over het onderhoud van mijn apparaten, raadpleeg ik de handleiding van de fabrikant of neem ik contact op met de technische dienst van het gebouw.



Als de filters schoon zijn, werkt de GMV beter en verbruikt deze minder. De lucht in je woning is zuiver en je voelt je goed.

Ik laat de lucht circuleren tussen de kamers

4



Mijn GMV ververst de lucht van heel mijn woning op voorwaarde dat ik deze tussen de kamers laat circuleren.





Ik zorg ervoor dat de openingen onder de binnendeuren vrij blijven, zodat de lucht kan circuleren.



Ik laat de luchtopeningen vrij zodat verse lucht de woonkamers binnenkomt en vervuilde lucht uit de vochtige kamers (keuken, badkamer, toilet) gaat.



Ik hoef mijn ramen niet open te zetten om te verluchten.



Mijn GMV staat 24u/24, 7 dagen/7 aan. Ik schakel mijn GMV nooit uit.



De tochtond verhinderen dat de lucht goed kan circuleren. Je hebt ze hier niet nodig.

Ik verbruik weinig
energie om me
te verwarmen

5



Om de impact van mijn woning
op het milieu te verminderen,
gebruik ik mijn radiatoren
slechts uitzonderlijk.

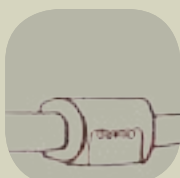




Mijn eerste warmtebron is de zon. Ik zorg ervoor dat mijn gordijnen overdag open zijn.



De warmte in mijn woning wordt via mijn ventilatiesysteem teruggewonnen.



In sommige woningen wordt de lucht verwarmd door een verwarmingsbatterij.



Als deze warmtebijdragen niet voldoende zijn, gebruik ik mijn radiatoren.



Om optimaal te profiteren van de energiebesparingen, moet je je verwarmingssysteem gebruiken in overeenstemming met je aanwezigheid.

Ik gebruik mijn dampkap correct

6



Ik gebruik mijn dampkap elke keer terwijl kook om het vocht en de geurtjes te beperken.





10 minuten voor het koken zet ik de dampkap aan om vocht en geurtjes af te voeren via de koolstoffilter.



Ik reinig de roosters van mijn dampkap één keer per maand.



Ik vervang of regenereer mijn koolstoffilter regelmatig (minstens om de 3 maanden), of zodra de geuren me storen.



Om mijn leidingen en het milieu te beschermen, deponeer ik keukenolie in de containerparken.



Als ik kook, gebruik ik indien mogelijk een deksel om minder energie te verbruiken en de vochtigheid in de ruimte te beperken.

In de zomer houd ik mijn woning fris

7



Overdag bescherm ik mijn woning tegen de zonnestralen om oververhitting van de kamers te voorkomen.





Als het erg warm is, sluit ik deuren en ramen om te voorkomen dat de warmte mijn woning binnenkomt.



Als het erg warm is, houd ik de zonnestralen buiten mijn woning door de zonneschermen te gebruiken als die er zijn.



Als het warm is, zorg ik ervoor dat de bypass 's nachts aan staat.



Als het warm is, koel ik mijn woning door 's nachts de ramen open te zetten om tocht te creëren.



Wanneer het erg warm is, moet je vermijden dat je een nieuwe warmtebron in huis haalt (activiteiten, ingeschakelde toestellen en de aanwezigheid van gasten verhogen de kamertemperatuur).

In de winter houd ik de warmte binnen 8

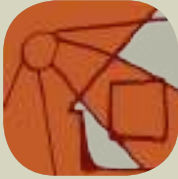


Overdag laat ik de zon mijn
woning binnen, om van haar
gratis warmte te profiteren.





Als het koud is, sluit ik de deuren en ramen om te voorkomen dat de kou mijn woning binnendringt.



Als het koud is, laat ik de zonnestralen binnen in mijn woning.



Als het koud is, zorg ik ervoor dat de bypass uit staat.



Als het koud is, zet ik mijn verwarming aan en gebruik ik deze met mate.



Maak je radiatoren vrij om hun warmte optimaal te kunnen benutten.

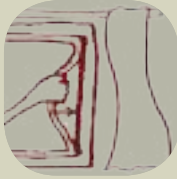
Ik zorg ervoor dat mijn woning luchtdicht blijft

9



Om warmteverlies te voorkomen, laat de buitenschil van mijn woning geen lucht door.





Als een raam- of deurafdichting loskomt, zorg ik ervoor dat ik ze terugstop in de gleuf.



Als ik ramen sluit, zorg ik ervoor dat ik de klink zo ver mogelijk omlaag doe om te voorkomen dat er lucht binnenkomt.



Om mijn woning luchtdicht te houden, vraag ik eerst inlichtingen voordat ik een gat in de muur of het plafond maak.



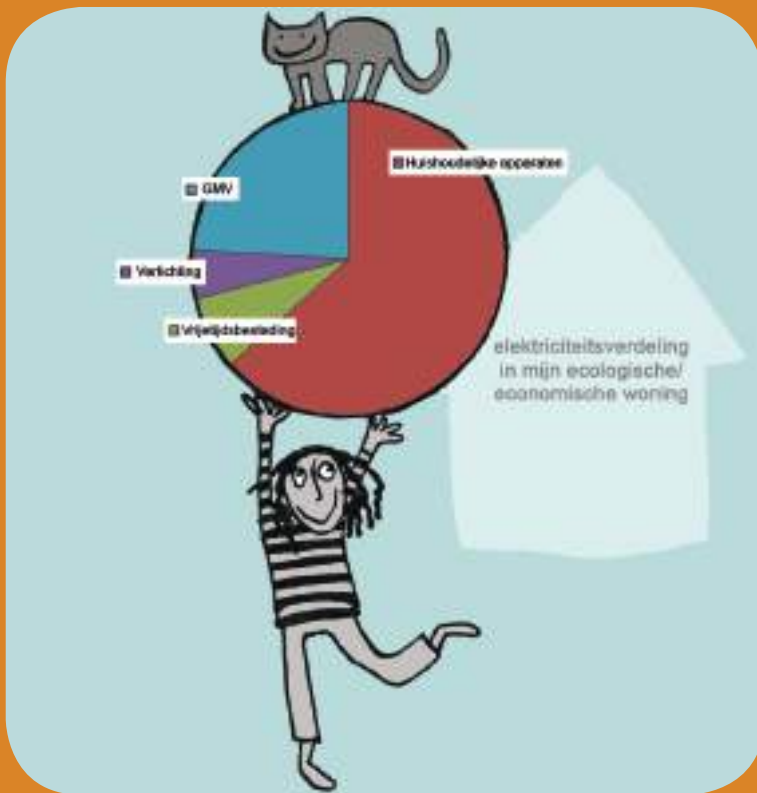
Om mijn woning luchtdicht te houden, zorg ik ervoor dat geen enkel obstakel (kabel, stof, enz.) verhindert dat mijn raam goed sluit.



Zorg ervoor dat je ramen regelmatig worden afgesteld en onderhouden. Hierdoor blijft je woning luchtdicht.

Ik let op mijn elektriciteitsverbruik

10



Om me bewust te zijn van mijn verbruik, kijk ik elke maand mijn energie- en watermeters na.





Daglicht is gratis! Overdag doe ik de luiken en de gordijnen open.



Ik vervang gewone gloeilampen door spaarlampen en doe het licht uit als ik een kamer verlaat.



Ik gebruik stekkerdozen met schakelaars om de stroomtoevoer naar apparaten afsluiten.



Ik kies voor energiezuinige elektrische apparaten.



Denk eraan, de goedkoopste energie is diegene die je niet hebt gebruikt!

Ik let op mijn waterverbruik

11



Ik ben me ervan bewust dat
water kostbaar is en ik gebruik
het dan ook niet overmatig.





Ik vermijd waterlekken en ik herstel ze onmiddellijk.



Ik plaats een spaardouchekop. Ik verminder zo mijn waterverbruik met 25 tot 50%.



Ik laat nooit onnodig water lopen.



Ik neem liever een korte douche dan een bad. Een douche verbruikt drie keer minder warm water dan een bad.



Jonge kinderen kunnen met twee samen in bad. Zo bespaar je 50% warm water.

Ik leef in een comfortabele woning

12



Als aan de technische voorwaarden is voldaan en ik de adviezen in deze fiches toepas, zal mijn woning comfortabeler zijn.





De temperatuur is overal aangenaam.



Ik kan de buitengeluiden van de stad niet horen.



De luchtkwaliteit is goed. De lucht die binnenkomt, wordt gezuiverd door de filters van mijn GMV.



Er is veel daglicht.



Gebruik voor je welzijn verven en onderhoudsproducten die milieuvriendelijk zijn en je gezondheid niet schaden.







Een initiatief van het Netwerk Wonen

Proefproject van het werk van Buurthuis Bonnevie en de bewoners van L'Espoir

Uitgevoerd door Une Maison En Plus, RenovaS en Buurthuis Bonnevie, Convivence/Samenleven en Habitat et Rénovation

Gesubsidieerd door Leefmilieu Brussel



Grafische vormgeving en
illustratie
Anne-Lise Martin
(annelise@collectifs.net)



Contact
info@netwerkwonen.be

Verantwoordelijke uitgever
Jean-Marie De Smet
Bonneviesstraat 40
1080 Molenbeek



RÉSEAU HABITAT
RÉSEAU WONEN



bruxelles
environnement
bureaus
brussel
environnement



BUURTHUIS
BONNEVIE
MAISON
DE QUARTIER



convivence
samenleven



Habitat
& Rénovation