

Ventiler ? Pourquoi et comment ?

Les habitants, animaux domestiques et plantes produisent quelque dix litres d'humidité par jour dans une habitation. Cette humidité résulte de toutes sortes d'activités, par exemple les douches, la cuisine et le séchage de linge. Pour évacuer l'humidité, il est important de ventiler en permanence, 24 heures par jour. Vous éviterez ainsi des problèmes de santé et économiserez sur vos frais de chauffage. Bien sûr, vous pensez : 'si j'ouvre une fenêtre, je gaspille de l'énergie'. Le contraire est cependant vrai. Dans une maison bien ventilée, l'air est relativement sec et il faut moins d'énergie pour réchauffer de l'air sec que de l'air humide.

En quoi consiste la ventilation ?

La ventilation consiste à introduire de l'air frais (sec) et à évacuer l'air vicié (humide). Si la ventilation n'est pas assurée ou est suffisante, l'air intérieur devient malsain et il se crée des problèmes d'humidité, par exemple la formation de moisissure. La façon la plus simple de ventiler consiste à entrebâiller constamment une fenêtre ou à ouvrir les grilles de ventilation.

En outre, il est bon d'aérer environ une fois par jour : ouvrir les portes et fenêtres durant un petit quart d'heure suffit. Dans ce cas, diminuez le thermostat du chauffage afin qu'il ne se mette pas inutilement en marche. Egalement quand il fait humide à l'extérieur et que le chauffage ne fonctionne quasiment pas, il est important d'aérer. Attention toutefois que le fait d'aérer ne remplace pas la ventilation. Les effets de l'aération ont disparu après quelques heures.

Conseils de ventilation

- Après avoir pris une douche, ouvrez une fenêtre pendant minimum 2 heures.
- Après avoir cuisiné, laissez la hotte allumée pendant un quart d'heure et ouvrez une fenêtre.
- Nettoyez régulièrement les filtres métalliques de la hotte.
- Si vous fumez, assurez une ventilation complémentaire dans votre habitation.
- Veillez également à une ventilation complémentaire en cas de présence de nombreuses personnes dans votre maison, par exemple lors d'une petite fête.
- Si vous séchez du linge à l'intérieur, faites-le dans une pièce bien ventilée.
- Une ventilation complémentaire s'impose également en cas de séchoir à condensation.

Comment limiter l'humidité ?

Pour votre santé, il est par conséquent extrêmement important de (bien) ventiler. En outre, vous pouvez également faire différentes petites choses pour limiter la production d'humidité :

- Séchez soigneusement tout après le nettoyage. Après avoir passé la serpillère sur les sols, utilisez une raclette pour éliminer l'humidité excédentaire.
- S'il fait sec dehors, vous pouvez pendre le linge à l'extérieur. Il sera délicieusement frais et vous économiserez également de l'énergie.
- Cuisinez avec le couvercle sur les casseroles. Un autre avantage est que vous réduisez ainsi le temps de cuisson et que vous économisez donc de l'énergie. Bref, ventilez 24 heures par jour, également en hiver et en cas de pluie. C'est plus sain. De plus, cela évite des problèmes d'humidité dans votre habitation et vous permet d'économiser de l'énergie!

En savoir plus ?

Dans ce cas, consultez le site internet : www.milieucentraal.nl/vochtenventilatie

www.acantus.nl