



Hitte overlast

Houd de hitte buiten
de deur

Houd de hitte buiten de deur!

Het klimaat is aan het veranderen. Zo worden de zomers warmer en komen er vaker hittegolven voor. Het is belangrijk dat uw woning niet te warm wordt. Bo-Ex wilt dat bewoners zo min mogelijk hitte overlast ervaren. In deze brochure geven wij tips om het wonen tijdens warme dagen fijner te maken.

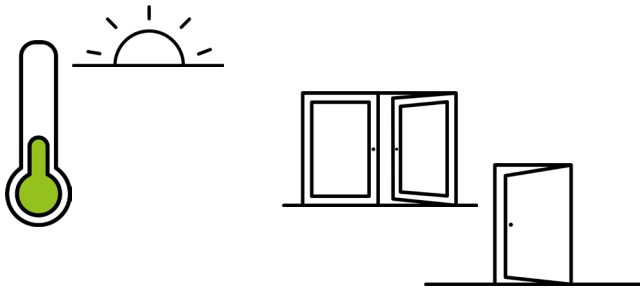
Wat kunt u doen tegen de hitte in uw woning?

Als u hittestress ervaart in uw woning, betekent dit niet dat Bo-Ex gelijk uw woning gaat aanpassen. Het tegengaan van hitte begint bij uzelf. Het is belangrijk om op het juiste moment van de dag te ventileren. Daarnaast is het belangrijk om zo min mogelijk direct zonlicht in uw woning te krijgen.

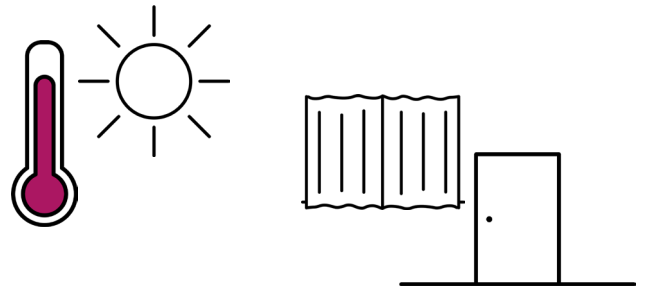
Hieronder geven we u een aantal tips, wat u als bewoner zelf kunt doen om hitte overlast tegen te gaan.

- 1** Zet als het koel is ('s nachts en/of 's ochtends) de ramen en deuren goed tegen elkaar open. Zo kan uw woning afkoelen door de koudere lucht van buiten. Houd tijdens het warmste gedeelte van de dag ramen en deuren zoveel mogelijk dicht. En sluit gordijnen of andere zonwering aan de kant van uw woning waar de zon op de ramen schijnt.
- 2** Goede zonwering helpt tegen het opwarmen van uw woning. Denk bijvoorbeeld aan:
 - Verduisterende gordijnen aan de binnenkant van de woning of
 - Zonwering aan de buitenzijde.Zonwering aan de buitenzijde is het beste tegen het opwarmen van uw woning. Om deze te plaatsen, moet u eerst toestemming vragen via het ZAV-formulier (Zelf Aangebrachte Voorziening) op www.boex.nl/toestemming-vragen-voor-woningaanpassing
- 3** Bomen en planten zorgen voor verkoeling. Heeft u een tuin? Probeer hier zoveel mogelijk tegels weg te halen en groen te planten. Zeker het planten van een boom, die voor schaduw zorgt, kan leiden tot een koelere woning.
- 4** Staat er weinig wind? U kunt zelf helpen door een ventilator neer te zetten. Een ventilator verspreidt de lucht in de woning. Als u hier een fles met bevroren water voor zet, wordt er koude lucht verspreid.
- 5** Zijn uw lampen toe aan vervanging? Vervang de oude lampen door LED-lampen. Deze zijn niet alleen energiezuiniger, maar ze zijn ook een stuk minder warm dan een gloeilamp.
- 6** Een vochtige woning voelt warmer. Dit kan worden veroorzaakt doordat er bijvoorbeeld erg veel planten in een kamer staan, door het drogen van was of door onvoldoende ventilatie tijdens het koken. Ventileer dus goed tijdens het koken en droog uw was zoveel mogelijk buiten.
- 7** Als u een nieuwe vloer plaatst, zorg er dan voor dat er voldoende ruimte onder de deuren zit om te ventileren. Er moet ongeveer 1 cm onder de deur vrij zijn om de lucht te verplaatsen.
- 8** De meeste elektrische apparatuur geeft warmte af. Hou op warme dagen rekening met de apparaten die u aanzet. Dit gaat vooral over de apparatuur in uw keuken. U kunt hierbij denken aan uw kookplaat of oven.
- 9** Pas uw gedrag aan op de temperatuur. Bij hitte kunt u beter geen heftige, lichamelijke inspanning doen, zoals fietsen of sporten.

In de woning

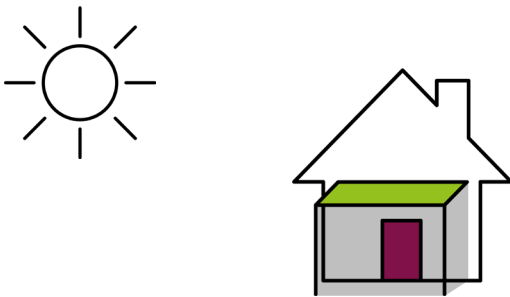


1 Open 's ochtends en 's avonds de ramen en deuren om het huis te koelen.

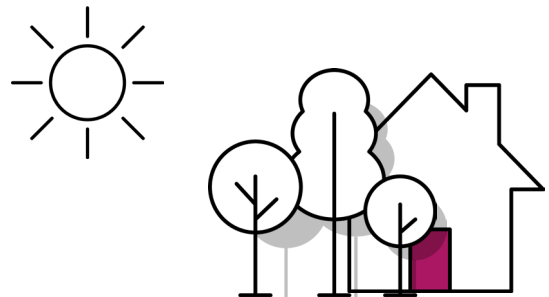


Houd overdag ramen, gordijnen en deuren gesloten.

Buiten de woning

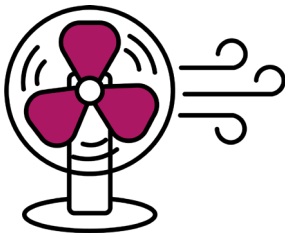


2 Plaats zonwering aan de binnen- en buitenkant van u woning.

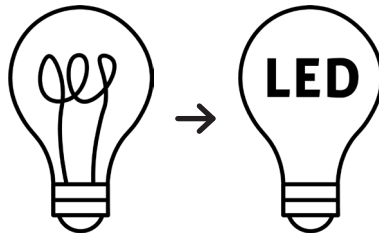


3 Vergroen uw tuin of balkon. Bomen en planten zorgen voor verkoeling.

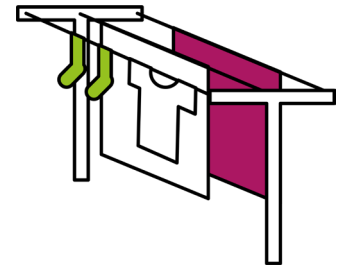
Voor extra verkoeling



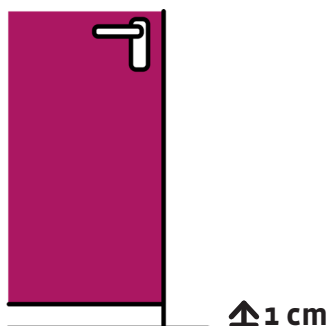
4 Weinig wind? Zet een ventilator aan.



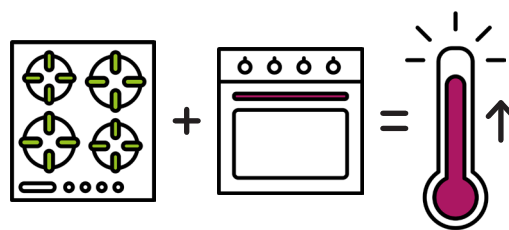
5 Oude lampen vervangen voor LED lampen.



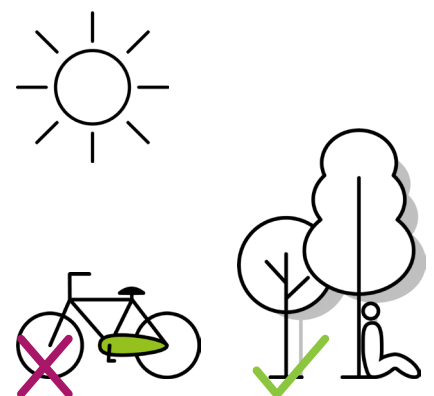
6 Voorkom een vochtige woning. Droog uw was buiten.



7 Nieuwe vloer? Houd 1 cm onder de deur vrij voor een goede ventilatie.



8 Elektrische apparaten geven extra warmte af.



9 Pas uw gedrag aan op de temperatuur.



bo-ex | thuis
in Utrecht



Bezoek

J. C. Maylaan 18
3526 GV Utrecht



Post

Postbus 3151
3502 GD Utrecht



Telefoon

030 282 78 88



E-mail

klantenservice@boex.nl



Website

boex.nl