



Tips om uw  
woning koel te  
houden

# Hitte in jouw woning

1

**Zet in de ochtend en avond ramen en deuren open.**

Heeft u een mechanische ventilatie? Zet deze op de hoogste stand. Hierdoor koelt het binnen sneller af.



2

**Houd de rest van de dag ramen en deuren dicht.**

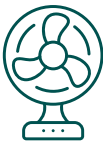
Sluit aan de kant waar de zon schijnt uw gordijnen. Zo houdt u de warmte extra buiten.



3

**Plaats een ventilator in uw woning om koele lucht te verspreiden.**

Voor extra koude lucht kunt u een dichte fles met ijskoud water voor de ventilator plaatsen of de ventilator voor een open raam.



4

**Voorkom vocht in uw huis.**

Hang uw wasgoed buiten uit. Dit droogt sneller en binnen zorgt het voor een benauwd klimaat. Bomen en planten **in de tuin of het balkon** zorgen voor extra verkoeling. Binnen kan het juist zorgen voor vochtigheid.



5

**Zonnewering aan de buitenzijden van uw woning helpt tegen de hitte.**

U heeft hier wel toestemming voor nodig. Vul het Zelf Klus formulier in op onze website. [www.triada.nl](http://www.triada.nl)

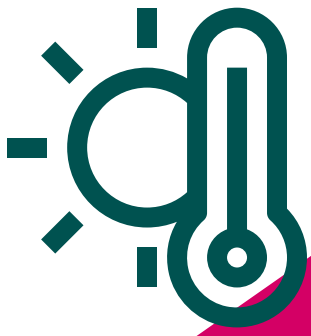


6

**Houd ook uw hoofd koel!**

Vermijd op warme dagen fysieke inspanning. Koel uw handen, voeten en nek met koud water. Via deze lichaamsdelen raakt u het snelste warmte kwijt.





# Ways to cool your home

1

## Open windows and doors in the morning and evening.

Do you have mechanical ventilation? Set this to the highest setting. This makes it cool down faster inside.



2

## Keep windows and doors closed for the rest of the day.

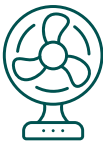
Close your curtains on the side where the sun shines. This way you keep the heat outside.



3

## Place a fan in your home to distribute cool air.

For extra cold air, you can place a bottle with ice cubes in front of the fan or place the fan in front of an open window.



4

## Prevent moisture in your home.

Hang your laundry outside. This dries faster and indoors it creates a stuffy climate. Trees and plants in the garden or on the balcony provide extra cooling. Indoors it can actually create humidity.



5

## Sun blinds on the outside of your home help against the heat.

You do need permission for this. Fill in the DIY form on our website. [www.triada.nl](http://www.triada.nl)



6

## Keep your head cool!

Avoid physical exertion on hot days. Cool your hands, feet and neck with cold water. You lose heat quickly through these body parts.

