

Ventileren werkt zo:

- ✓ Ventilatieopeningen het hele jaar open en schoon
- ✓ Afzuiging op de hoogste stand tijdens koken en douchen
- ✓ Elke dag een half uur luchten

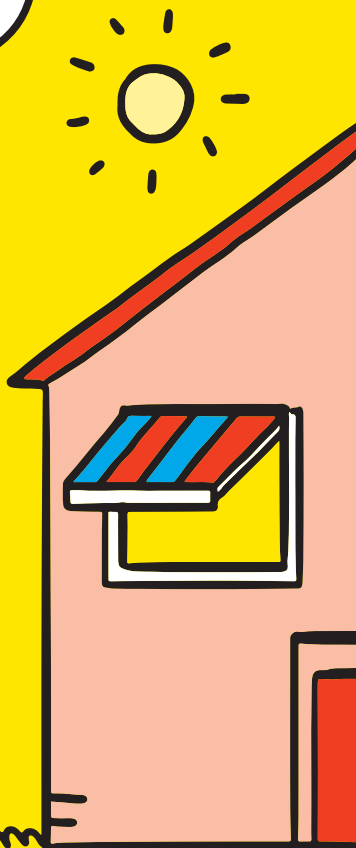


Te vochtige of te droge lucht zorgt voor hoofdpijn, keelpijn, slaapproblemen

Wat te doen bij warm weer

- ✓ Zonwering op tijd naar beneden en gordijnen dicht
- ✓ 's Nachts ventileren
- ✓ Bij hittegolf: ramen en deuren overdag dicht

Kijk ook eens op de plaat: Zomerse dagen, wat kun je doen?



Ventileren zorgt ervoor dat je je fris en energiek voelt

Wat te doen bij koud weer

- Radiatoren vrij van spullen, ✓ gordijnen en meubels
- Radiatoren schoon ✓
- Temperatuur tussen 16 °C en 21 °C voor optimale luchtvochtigheid ✓



Hoe werken de installaties in dit gebouw?



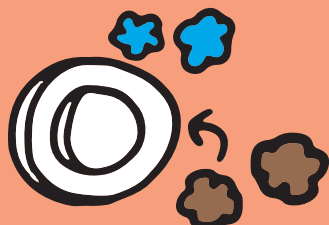
Koelen is niet mogelijk. De zon buiten houden wel.



Verwarmen door middel van radiatoren.



Verse lucht komt binnen via ventilatieopeningen bij het raam.



Vochtige en vuile lucht verdwijnt via afzuigpunten in plafond of muur.

Wil je meer weten of contact?

Wishmelding

- Bij schimmel
- Bij lekkage
- Als de afzuiging niet werkt
- Als de zonwering stuk is

Toolbox

Gebouw & Gebruik

Op Mijn IdB staan tips voor het gebruik van een (mobiele) airco, convectoren, rolluiken, ventilatoren en COVID-19, etc.

Vragen?

Raadpleeg Mijn IdB of de servicedesk voor het aanvragen van een klimaatadviesgesprek.

Bespreek de tips samen met je team!





Het ventilatiesysteem werkt automatisch

- ✓ Inblaas- en afzuigventielen schoon houden
- ✓ Elke dag de kamers een half uur luchten



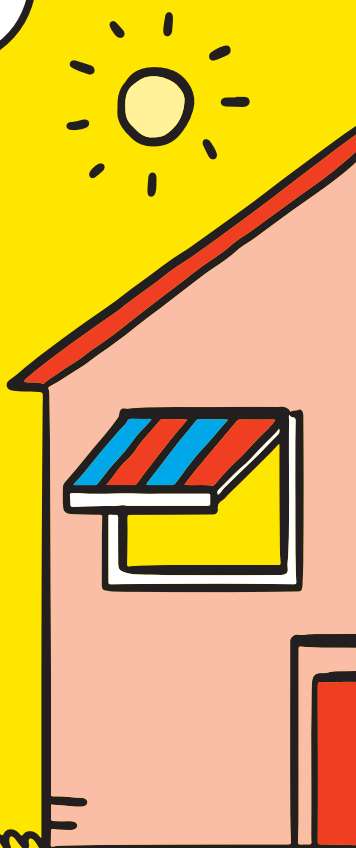
Te vochtige of te droge lucht zorgt voor hoofdpijn, keelpijn, slaapproblemen

Ventileren zorgt ervoor dat je je fris en energiek voelt

Wat te doen bij warm weer

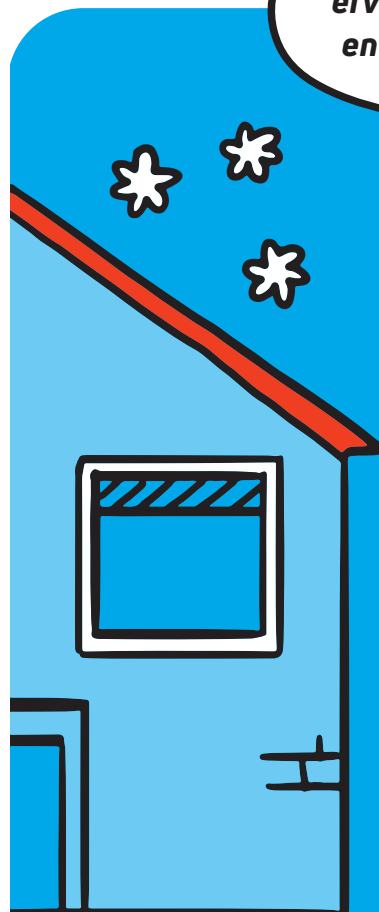
- ✓ Zonwering op tijd naar beneden en gordijnen dicht
- ✓ Nachtventilatie laten inschakelen
- ✓ Bij hittegolf: ramen en deuren overdag dicht

Kijk ook eens op de plaat: Zomerse dagen, wat kun je doen?

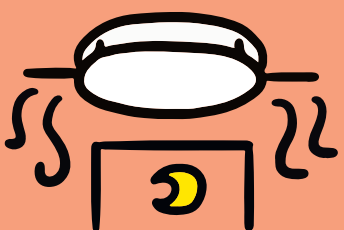


Wat te doen bij koud weer

- Radiatoren vrij van spullen, ✓ gordijnen en meubels
- Radiatoren schoon ✓
- Temperatuur tussen 16 °C en 21 °C ✓ voor optimale luchtvochtigheid



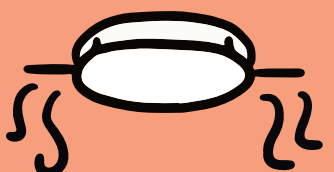
Hoe werken de installaties in dit gebouw?



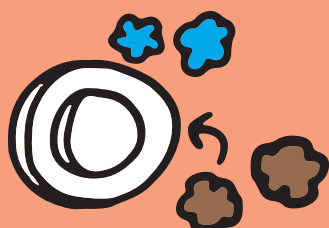
Koelen kan niet. 's Nachts koelere buitenlucht naar binnen blazen wel.



Verwarmen door middel van radiatoren.



Verse lucht komt binnen via inblaasventielen in het plafond.



Vochtige en vuile lucht verdwijnt via afzuigpunten in plafond of muur.

Wil je meer weten of contact?

Wishmelding

- Bij schimmel
- Bij lekkage
- Als de afzuiging niet werkt
- Als de zonwering stuk is
- Om nachtventilatie in te schakelen

Toolbox

Gebouw & Gebruik

Op Mijn IdB staan tips voor het gebruik van een (mobiele) airco, convectoren, rolluiken, ventilatoren en COVID-19, etc.

Vragen?

Raadpleeg Mijn IdB of de servicedesk voor het aanvragen van een klimaatadviesgesprek.

Bespreek de tips samen met je team!





Het ventilatiesysteem werkt automatisch

- ✓ Inblaas- en afzuigventielen schoon houden
- ✓ Elke dag de kamers een half uur luchten



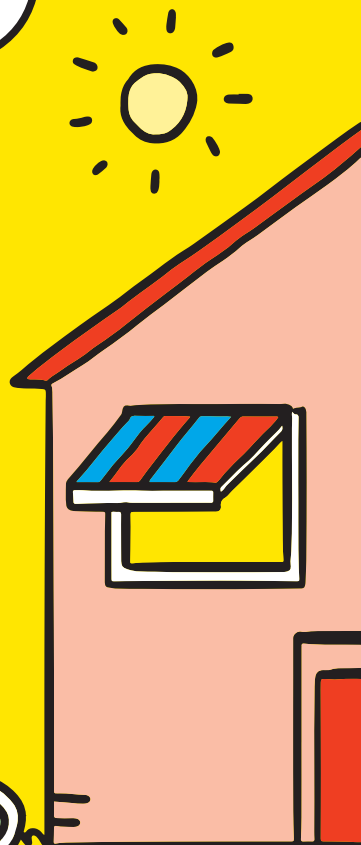
Te vochtige of te droge lucht zorgt voor hoofdpijn, keelpijn, slaapproblemen

Ventileren zorgt ervoor dat je je fris en energiek voelt

Wat te doen bij warm weer

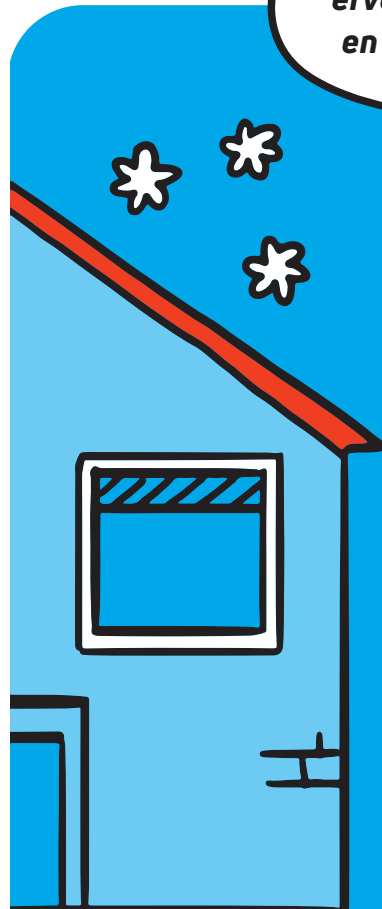
- ✓ Zonwering op tijd naar beneden en gordijnen dicht
- ✓ Topkoeling start vanzelf. Het wordt binnen 3 °C koeler dan buiten
- ✓ Bij hittegolf: ramen en deuren overdag dicht

Kijk ook eens op de plaat: Zomerse dagen, wat kun je doen?



Wat te doen bij koud weer

- Radiatoren vrij van spullen, ✓ gordijnen en meubels
- Radiatoren schoon ✓
- Temperatuur tussen 16 °C en 21 °C ✓ voor optimale luchtvochtigheid



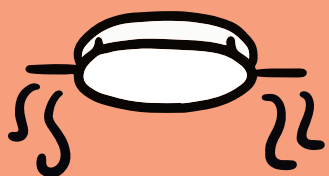
Hoe werken de installaties in dit gebouw?



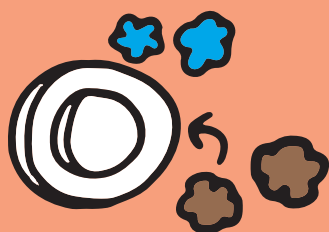
Koelen door middel van topkoeling.



Verwarmen door middel van radiatoren.



Verse lucht komt binnen via inblaasventielen in het plafond.



Vochtige en vuile lucht verdwijnt via afzuigpunten in plafond of muur.

Wil je meer weten of contact?

Wishmelding

- Bij schimmel
- Bij lekkage
- Als de afzuiging niet werkt
- Als de zonwering stuk is
- Om te weten bij welke temperatuur de topkoeling start

Toolbox

Gebouw & Gebruik

Op Mijn IdB staan tips voor het gebruik van een (mobiele) airco, convectoren, rolluiken, ventilatoren en COVID-19, etc.

Vragen?

Raadpleeg Mijn IdB of de servicedesk voor het aanvragen van een klimaatadviesgesprek.

Bespreek de tips samen met je team!





Het ventilatiesysteem werkt automatisch

- ✓ Inblaas- en afzuigventielen schoon houden
- ✓ Elke dag de kamers een half uur luchten



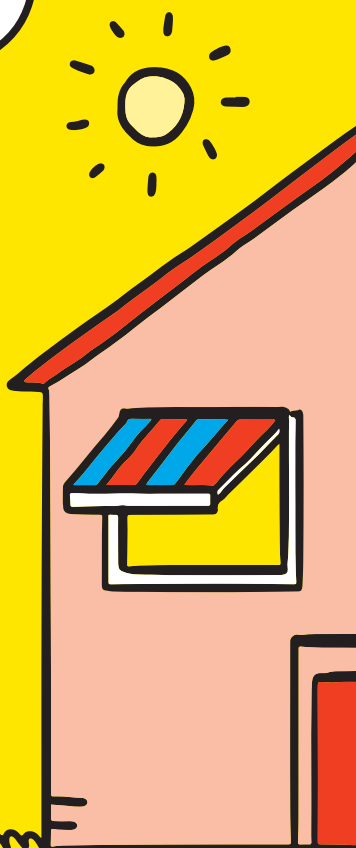
Te vochtige of te droge lucht zorgt voor hoofdpijn, keelpijn, slaapproblemen

Ventileren zorgt ervoor dat je je fris en energiek voelt

Wat te doen bij warm weer

- ✓ Zonwering op tijd naar beneden en gordijnen dicht
- ✓ Nachtventilatie laten inschakelen
- ✓ Bij hittegolf: ramen en deuren overdag dicht

Kijk ook eens op de plaat: Zomerse dagen, wat kun je doen?



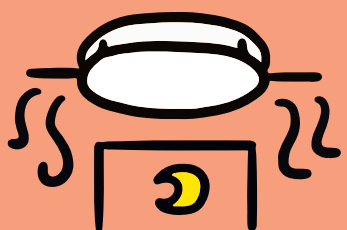
Wat te doen bij koud weer

Plan goed! Na 12 uur is de vloer pas op temperatuur

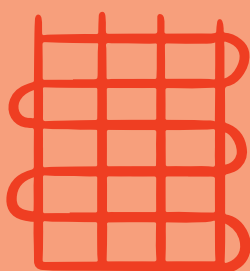
Temperatuur tussen 16 °C en 21 °C voor optimale luchtvochtigheid



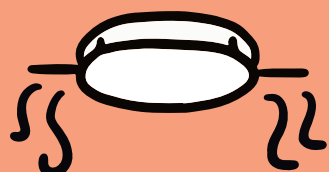
Hoe werken de installaties in dit gebouw?



Koelen kan niet. 's Nachts koelere buitenlucht naar binnen blazen wel.



Verwarmen door middel van vloerverwarming.



Verse lucht komt binnen via inblaasventielen in het plafond.



Vochtige en vuile lucht verdwijnt via afzuigpunten in plafond of muur.

Wil je meer weten of contact?

Wishmelding

- Bij schimmel
- Bij lekkage
- Als de afzuiging niet werkt
- Als de zonwering stuk is
- Om nachtventilatie in te schakelen

Toolbox

Gebouw & Gebruik

Op Mijn IdB staan tips voor het gebruik van een (mobiele) airco, convectoren, rolluiken, ventilatoren en COVID-19, etc.

Vragen?

Raadpleeg Mijn IdB of de servicedesk voor het aanvragen van een klimaatadviesgesprek.

Besprek de tips samen met je team!





Het ventilatiesysteem werkt automatisch

- ✓ Inblaas- en afzuigventielen schoon houden
- ✓ Elke dag de kamers een half uur luchten



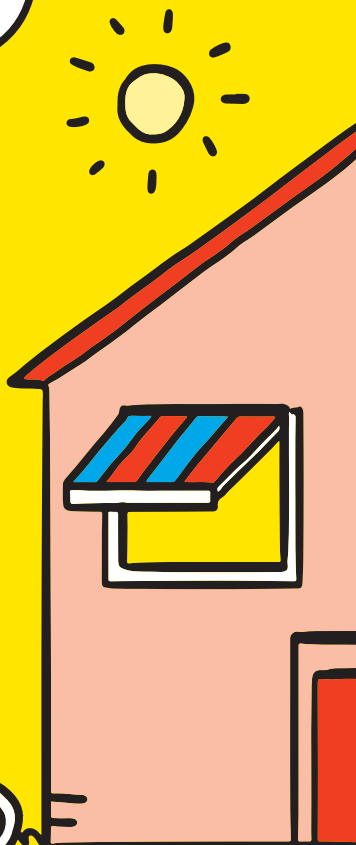
Te vochtige of te droge lucht zorgt voor hoofdpijn, keelpijn, slaapproblemen

Ventileren zorgt ervoor dat je je fris en energiek voelt

Wat te doen bij warm weer

- ✓ Zonwering op tijd naar beneden en gordijnen dicht
- ✓ Topkoeling start vanzelf. Het wordt binnen 3 °C koeler dan buiten
- ✓ Bij hittegolf: ramen en deuren overdag dicht

Kijk ook eens op de plaat: Zomerse dagen, wat kun je doen?



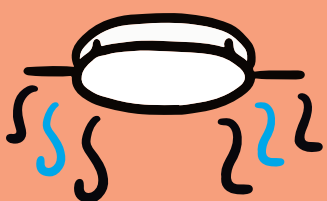
Wat te doen bij koud weer

Plan goed! Na 12 uur is de vloer pas op temperatuur

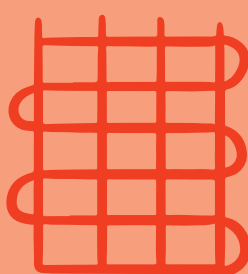
Temperatuur tussen 16 °C en 21 °C voor optimale luchtvochtigheid



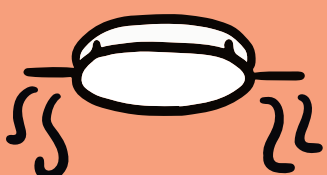
Hoe werken de installaties in dit gebouw?



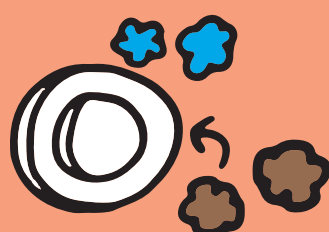
Koelen door middel van topkoeling.



Verwarmen door middel van vloerverwarming.



Verse lucht komt binnen via inblaasventielen in het plafond.



Vochtige en vuile lucht verdwijnt via afzuigpunten in plafond of muur.

Wil je meer weten of contact?

Wishmelding

- Bij schimmel
- Bij lekkage
- Als de afzuiging niet werkt
- Als de zonwering stuk is
- Om te weten bij welke temperatuur de topkoeling start

Toolbox

Gebouw & Gebruik

Op Mijn IdB staan tips voor het gebruik van een (mobiele) airco, convectoren, rolluiken, ventilatoren en COVID-19, etc.

Vragen?

Raadpleeg Mijn IdB of de servicedesk voor het aanvragen van een klimaatadviesgesprek.

Bespreek de tips samen met je team!





Het ventilatiesysteem werkt automatisch

- ✓ Inblaas- en afzuigventielen schoon houden
- ✓ Elke dag de kamers een half uur luchten

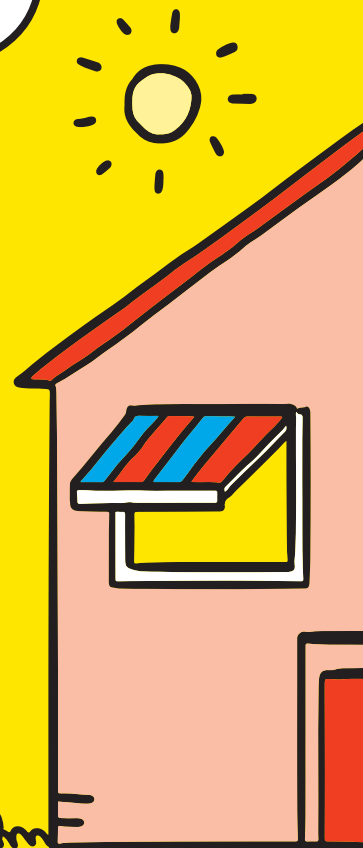


Te vochtige of te droge lucht zorgt voor hoofdpijn, keelpijn, slaapproblemen

Wat te doen bij warm weer

- ✓ Zonwering op tijd naar beneden en gordijnen dicht
- ✓ Plan goed! Na 12 uur is de vloer pas op temperatuur
- ✓ Bij hittegolf: ramen en deuren overdag dicht

Kijk ook eens op de plaat:
Zomerse dagen, wat kun je doen?



Ventileren zorgt ervoor dat je je fris en energiek voelt

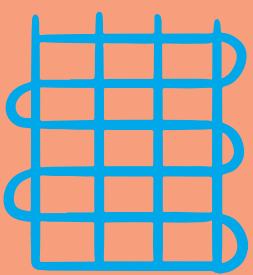
Wat te doen bij koud weer

Plan goed! Na 12 uur is de vloer pas op temperatuur ✓

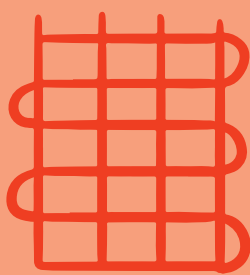
Temperatuur tussen 16 °C en 21 °C voor optimale luchtvochtigheid ✓



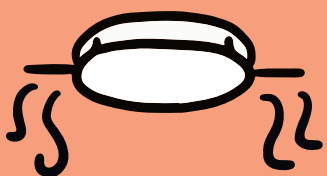
Hoe werken de installaties in dit gebouw?



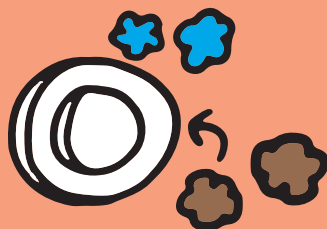
Koelen door middel van vloerkoeling.



Verwarmen door middel van vloerverwarming.



Verse lucht komt binnen via inblaasventielen in het plafond.



Vochtige en vuile lucht verdwijnt via afzuigpunten in plafond of muur.

Wil je meer weten of contact?

Wishmelding

- Bij schimmel
- Bij lekkage
- Als de afzuiging niet werkt
- Als de zonwering stuk is
- Om te weten bij welke temperatuur de topkoeling start

Toolbox

Gebouw & Gebruik

Op Mijn IdB staan tips voor het gebruik van een (mobiele) airco, convectoren, rolluiken, ventilatoren en COVID-19, etc.

Vragen?

Raadpleeg Mijn IdB of de servicedesk voor het aanvragen van een klimaatadviesgesprek.

Bespreek de tips samen met je team!





Heeft deze ruimte een gezond binnenklimaat?

Te vochtige of te droge lucht zorgt voor hoofdpijn, keelpijn, slaapproblemen

Ventileren zorgt ervoor dat je je fris en energiek voelt

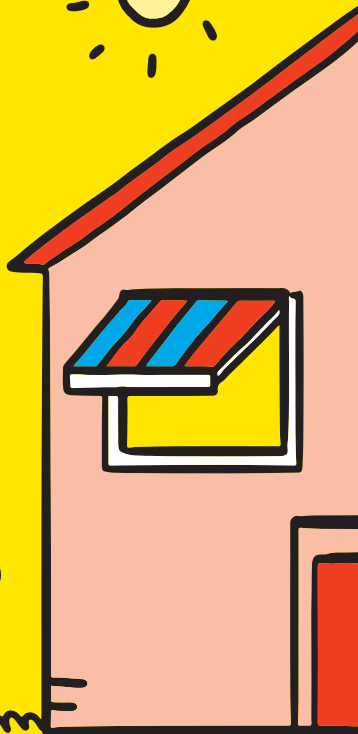


Zomer

De gehuurde ruimte maakt onderdeel uit van een groter gebouw.

Neem contact op met de verhuurder en/of gebruikers van het gebouw om te kijken hoe je de ruimte het best kunt gebruiken tijdens warmte. Hierbij alvast wat tips:

- ☒ Zonwering op tijd naar beneden en gordijnen dicht
- ☒ Bij hittegolf: ramen en deuren overdag dicht



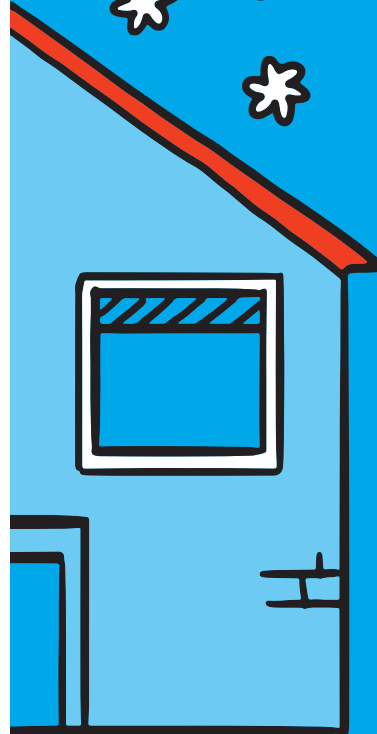
Kijk ook eens op de plaat: Zomerse dagen, wat kun je doen?

Winter

De gehuurde ruimte maakt onderdeel uit van een groter gebouw.

Neem contact op met de verhuurder en/of gebruikers van het gebouw om te kijken hoe je de ruimte het best kunt gebruiken tijdens kou. Hierbij alvast een tip:

Temperatuur tussen ☒ 16 °C en 21 °C voor optimale luchtvochtigheid



Wil je meer weten of contact?

Maak altijd melding:

- Bij schimmel
- Bij lekkage
- Als de afzuiging niet werkt
- Als de zonwering stuk is

Let op: Als je gebruik maakt van de klussendienst van Ipse de Bruggen dan zijn de kosten voor de locatie. Check daarom van tevoren of de melding bestemd is voor de verhuurder of Ipse de Bruggen.

Toolbox

Gebouw & Gebruik

Kijk ook eens in de Toolbox Gebouw & Gebruik op Mijn IdB. Je vindt daar tips voor het gebruik van bijvoorbeeld een (mobiele) airco, convectoren, rolluiken, ventilatoren i.c.m. COVID-19, etc.

Contact

Wil je advies over het binnenklimaat? Neem contact op via het servicepunt voor een klimaatadviesgesprek.

Bespreek de tips samen met je team!



Ventileren werkt zo:

- ✓ Ventilatieopeningen het hele jaar open en schoon
- ✓ Afzuiging op de hoogste stand tijdens koken en douchen
- ✓ Elke dag een half uur luchten

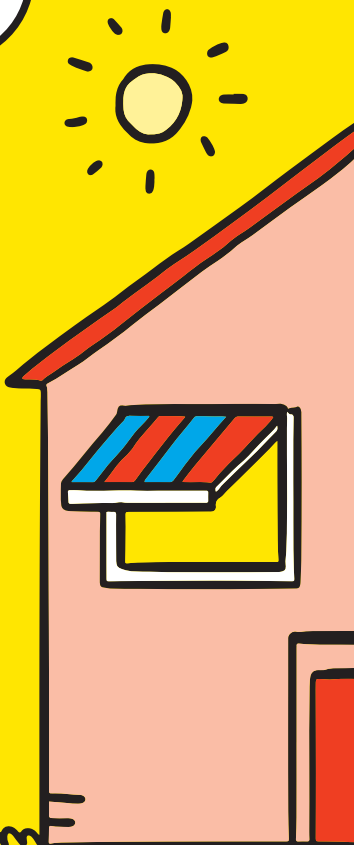


Te vochtige of te droge lucht zorgt voor hoofdpijn, keelpijn, slaapproblemen

Wat te doen bij warm weer

- ✓ Zonwering op tijd naar beneden en gordijnen dicht
- ✓ 's Nachts ventileren
- ✓ Bij hittegolf: ramen en deuren overdag dicht

Kijk ook eens op de plaat: Zomerse dagen, wat kun je doen?



Ventileren zorgt ervoor dat je je fris en energiek voelt

Wat te doen bij koud weer

Plan goed! Na 12 uur is de vloer pas op temperatuur

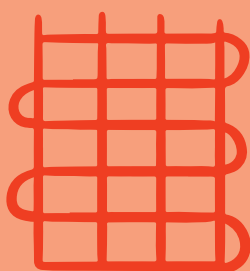
Temperatuur tussen 16 °C en 21 °C voor optimale luchtvochtigheid



Hoe werken de installaties in dit gebouw?



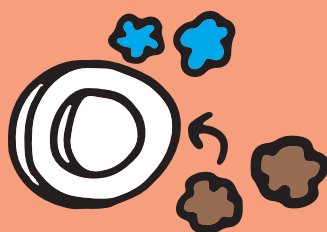
Koelen is niet mogelijk. De zon buiten houden wel.



Verwarmen door middel van vloerverwarming.



Verse lucht komt binnen via ventilatieopeningen bij het raam.



Vochtige en vuile lucht verdwijnt via afzuigpunten in plafond of muur.

Wil je meer weten of contact?

Wishmelding

- Bij schimmel
- Bij lekkage
- Als de afzuiging niet werkt
- Als de zonwering stuk is

Toolbox

Gebouw & Gebruik

Op Mijn IdB staan tips voor het gebruik van een (mobiele) airco, convectoren, rolluiken, ventilatoren en COVID-19, etc.

Vragen?

Raadpleeg Mijn IdB of de servicedesk voor het aanvragen van een klimaatadviesgesprek.

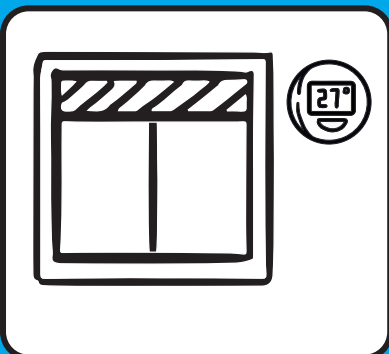
Bespreek de tips samen met je team!



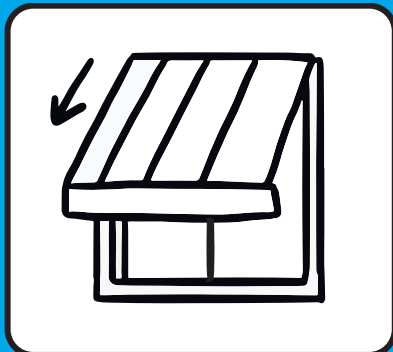
Hoe ziet de dag eruit vandaag?



Ochtend: ventileer de ruimte



Ramen en deuren dicht



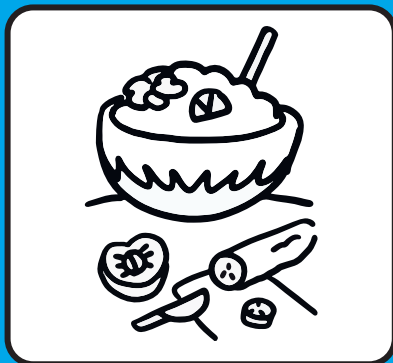
Zonwering omlaag



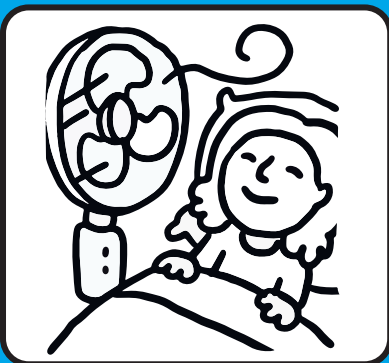
Ochtendactiviteit



Middagactiviteit



Avondeten



Slapen



Nacht: ventileer de ruimte

Vragen? Overleg met de medische dienst of de huisarts als je twijfels hebt over de gezondheid van jezelf of van een ander. Neem contact op bij griep, diarree en andere tekenen van uitdroging.

Alle tips op een rij



Drink voldoende

Ook als je geen dorst hebt. Neem dagelijks een kopje bouillon. Raadpleeg op Mijn IdB de richtlijn zomerse dagen met specifieke informatie voor de cliënt.



Vermijd intensieve activiteiten

Maak gebruik van de koelere ochtend en avond. Pas je activiteiten en tempo aan.



Blijf uit de hitte

Blijf binnen of in de schaduw. Ook in de schaduw kan je verbranden. Smeer altijd de huid in met zonnebrandcrème, factor 30 of hoger.



Draag luchtige kleding

Van katoen of linnen. Neem extra kleren mee zodat je je overdag kan verkleden. Haal je dekbed uit de dekbedhoes.



Ventileer rolstoelen en matrassen

Ben je rolstoel gebonden? Probeer zoveel mogelijk uit de rolstoel te gaan. Verschoon lakens regelmatig. Waterbed: zet de temperatuur lager.



Koel je lichaam

Koel je gezicht, hals en polsen met een natte doek. Neem voetenbadjes. Zet een ventilator aan. Pauzeer in koelere ruimtes.



Houd de warmte buiten

Houd overdag deuren, ramen en raambekleding dicht. Doe de zonwering omlaag. Ventileer als het buiten koeler is.



Zet apparaten uit

Zoals een oven of een printer. Maak bijvoorbeeld een koude salade in plaats van een ovensgerecht.



Let op voedselveiligheid

Volg de richtlijnen van de HACCP.



Zorg voor elkaar

Help elkaar om de adviezen op te volgen. Overleg of een aangepast rooster voor cliënt en medewerker mogelijk is.