### Hou je huis gezond. Kies bewust!

Wist je dat de lucht in huis bijna altijd vuiler is dan de lucht buiten? Zonder dat je het beseft, vervuil je de lucht in huis door allerlei producten te gebruiken of door nieuwe materialen zoals nieuwe meubels in huis te halen.

Hou je huis gezond. Koop gezond, klus gezond, (ver)bouw gezond en verlucht je woning voldoende. Zo zorg je ervoor dat schadelijke stoffen zich niet kunnen opstapelen in huis.

**Koop bewust**

* Lees het etiket en kies bewust voor schoonmaakproducten zonder gevarensymbool. Geef de voorkeur aan producten met een (eco)label.
* Met een spuitbus vernevel je producten in fijne druppeltjes die je gemakkelijker kan inademen. Door te kiezen voor een fles met schroefdop, vermijd je dit.
* Heb je last van onaangename geurtjes in huis? Koop geen luchtverfrissers maar verlucht je woning. Leg ook geen wierookstokjes en geurkaarsen in je winkelmandje.
* Heb je een kachel of open haard? Kies dan altijd voor droog, onbehandeld hout. Zo zorg je ervoor dat er minder schadelijke stoffen vrijkomen bij de verbranding.

**Klus gezond**

Ga je je huis (her)inrichten? Of het nu gaat om een verfbeurt of een opknapwerkje, sta even stil bij wat je in huis haalt. Voer ongezonde stoffen af door extra te verluchten. Draag beschermende kledij en een mondmasker indien nodig en volg altijd de instructies in de gebruiksaanwijzing.

**Verbouw gezond**

* Heb in je bouw- of renovatieproject aandacht voor ventilatie en klimaatbestending (ver)bouwen. Kies voor een mechanisch ventilatiesysteem of ramen met ventilatieroosters. Isoleer en denk aan het plaatsen van zonnewering. Je aannemer of architect kan je hierbij helpen.
* Ook na een grondige renovatie is extra verluchten gedurende lange tijd aan te raden om het bouwvocht en de emissies van chemische stoffen uit bouwmaterialen af te voeren.

**Op zoek naar meer info?** Neem een kijkje op [www.gezondbinnen.be](http://www.gezondbinnen.be) en [www.bouwgezond.be](http://www.bouwgezond.be)