

# Atelier

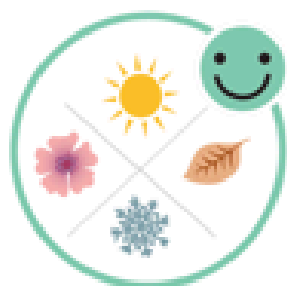
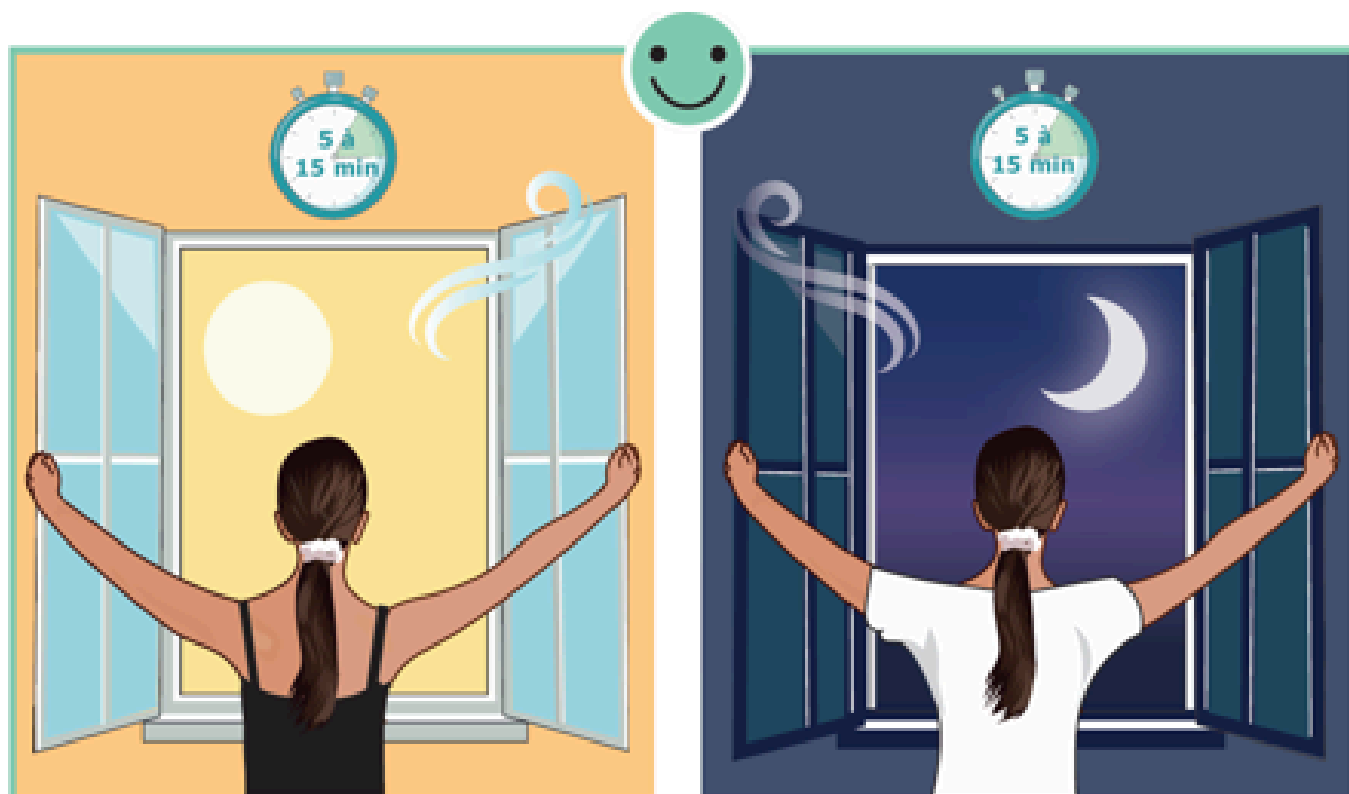
## Mijn gezond huis





# Verluchten

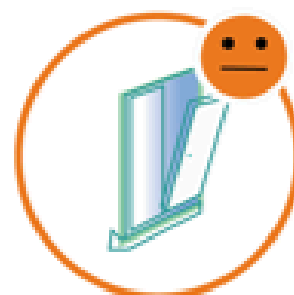
Verluchten is de ramen wijd openzetten



**In elk seizoen**



**Meerdere keren per dag  
5 tot 15 minuten**



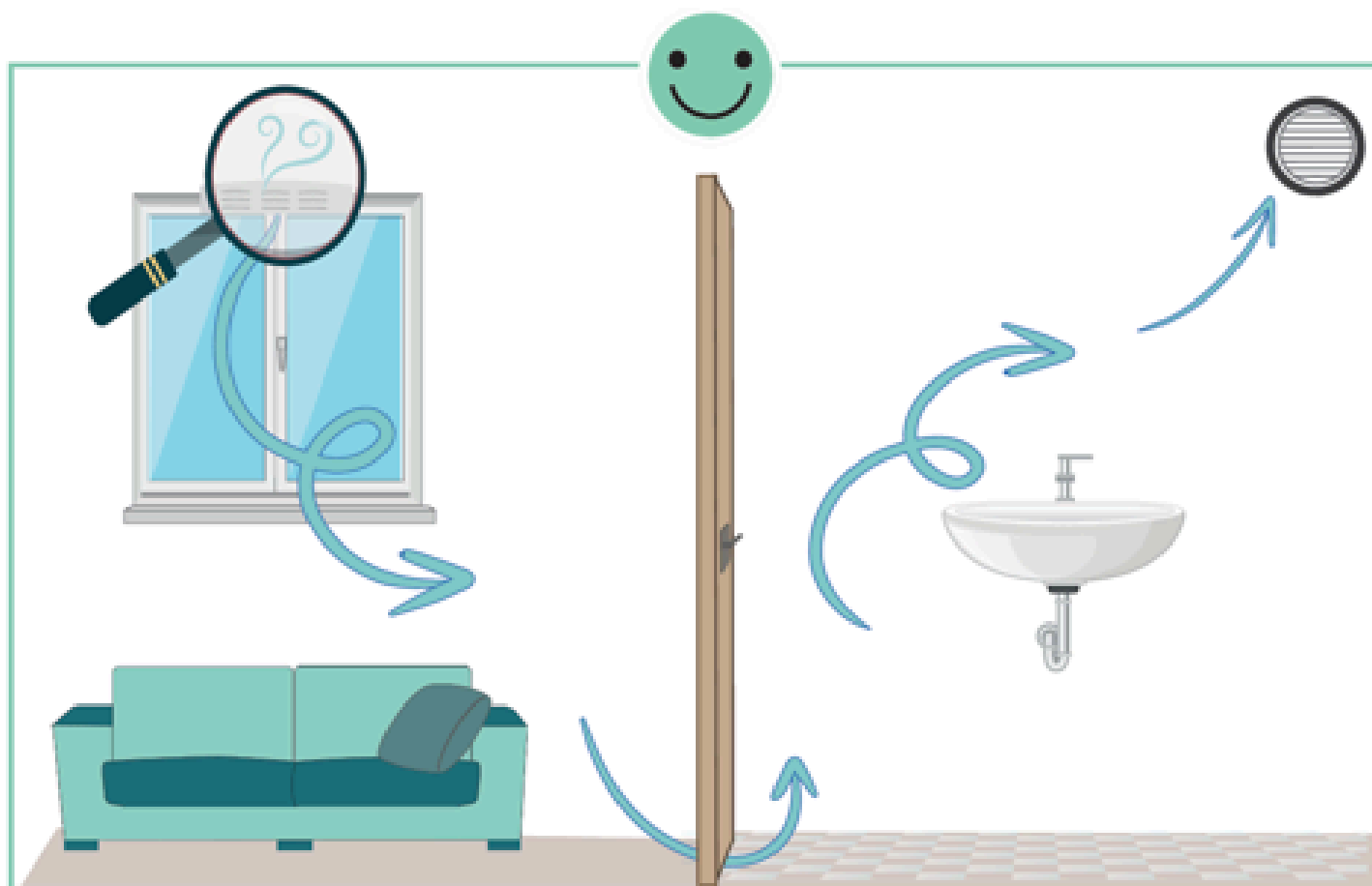
**Zet de ramen wijd open  
niet halfopen**

**Ik zet de ramen wijd open om vocht en verontreinigende stoffen uit mijn huis te verwijderen. Een raam op een kier zetten is onvoldoende.**

**Ik hoef het raam niet lang open te zetten: 5 tot 15 minuten is voldoende.**

# Ventilatie

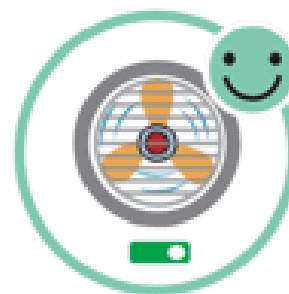
Door ventilatie wordt de lucht in huis continu ververs.



**Ik maak de  
ventilatieroosters  
schoon**



**Ik blokkeer de  
ventilatieroosters niet**



**Ik laat de ventilatie  
altijd aanstaan**

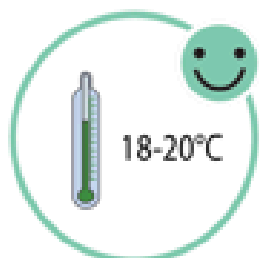
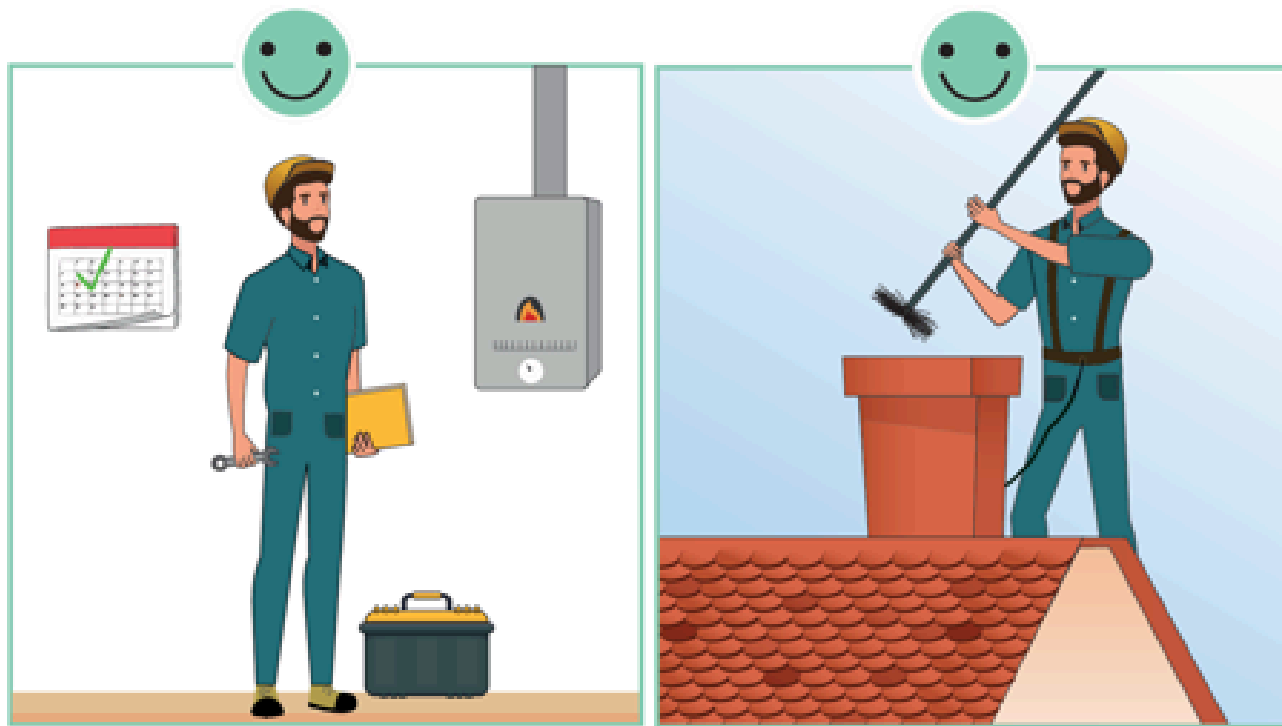
**Ventilatie helpt om vocht en verontreinigende stoffen uit elke kamer in mijn huis te verwijderen.**

**De ventilatie moet altijd aanstaan.**

# Ketel - onderhoud en inspectie

Ik laat mijn verwarmingstoestellen door een vakman controleren.

- Gas: om de 2 jaar
- Mazout: elk jaar



Ik verwarm mijn huis  
in de winter tussen  
de 18 en 20°



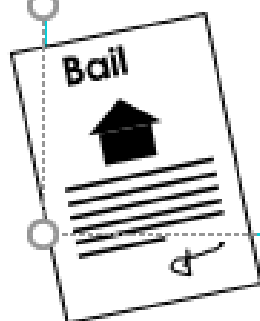
Ik gebruik de vuurkorf  
of barbecue niet binnen

Gas-, hout-, olie- of kolenkachels kunnen koolstofmonoxide in de lucht uitstoten.

Koolstofmonoxide kan dodelijk zijn.

Het is belangrijk om uw verwarmingstoestellen regelmatig door een vakman te laten onderhouden.

Voor huurders: controleer wat er in uw huurcontract staat!





# Koolstofmonoxide is gevaarlijk

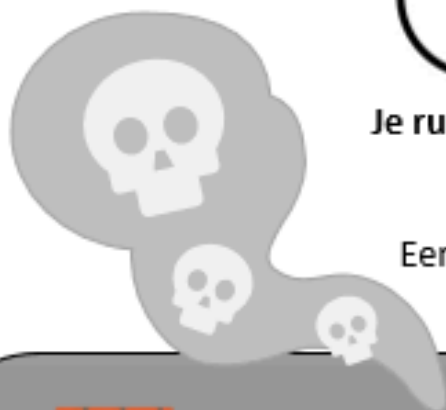
Koolstofmonoxide is een zeer gevaarlijk gas:



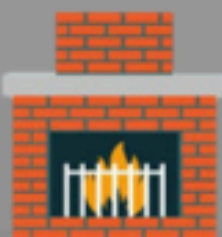
Je ruikt het niet.



Je ziet het niet.



Een andere naam voor koolstofmonoxide is "CO".



CO is afkomstig van gasgeisers of verwarmingstoestellen die werken op gas, hout, kolen, benzine, stookolie of ethanol.

CO is niet afkomstig van elektrische apparaten.

Andere apparaten die CO produceren :

- vuurkorven en barbecues,
- generatoren,
- auto's, motoren of machines met benzinemotoren



Tekenen van CO-vergiftiging:



Hoofdpijn



Gevoel van braken

Vermoeidheid, flauwvallen



Open ramen en deuren



Schakel verwarmingstoestel of gasgeiser uit



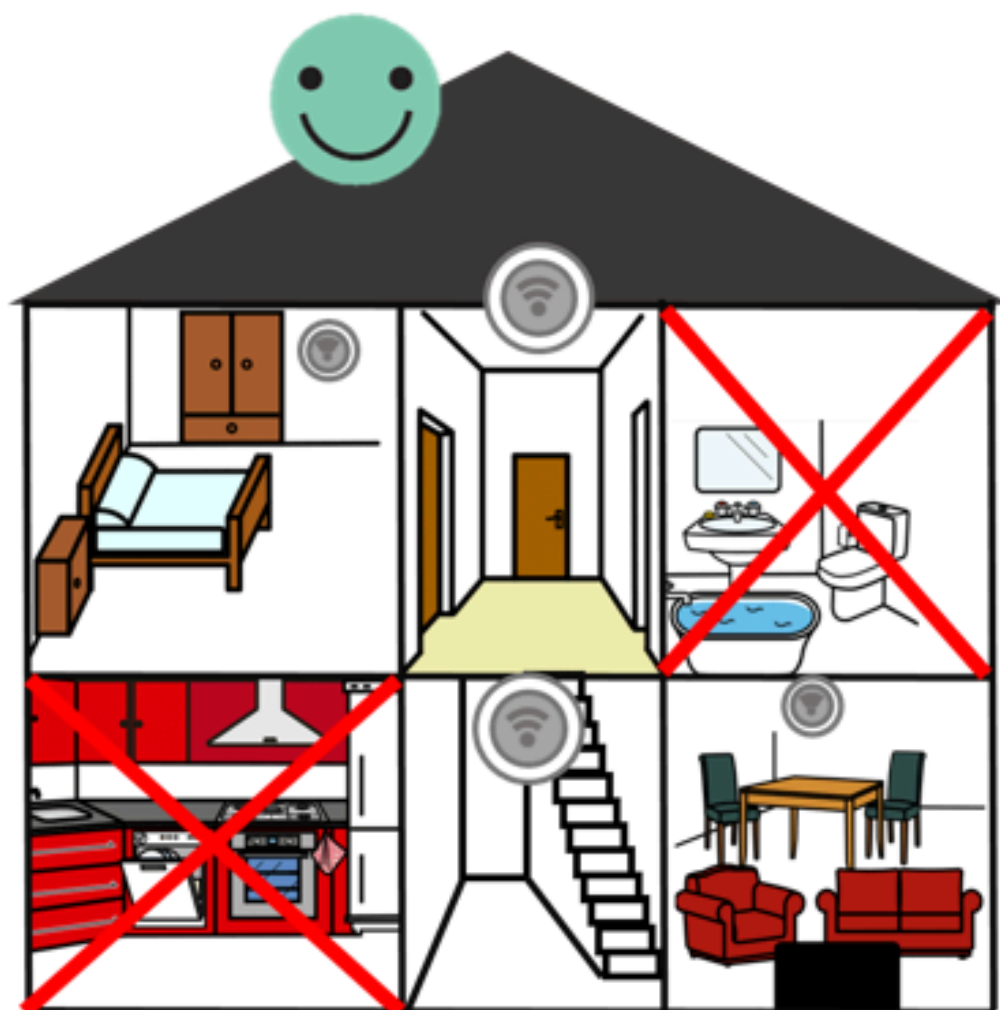
Ga naar buiten

Bel de hulpdiensten





# Rookmelder



Verplicht in elk appartement.

Vooral in de gangen en slaapkamers.



Plaats de rookmelder zo ver mogelijk, uit de buurt van een waterdampbron.



Stof uw detector regelmatig af om te voorkomen dat deze vuil wordt.

Test de detector: druk op de knop, deze zou het « BIP » geluid moeten laten horen.

Vervang de batterijen op tijd. Een hoorbaar signaal (een ander geluid dan het « BIP » geluid van het alarm) geeft aan dat de batterijen leeg zijn.



# Ontlucht uw radiator



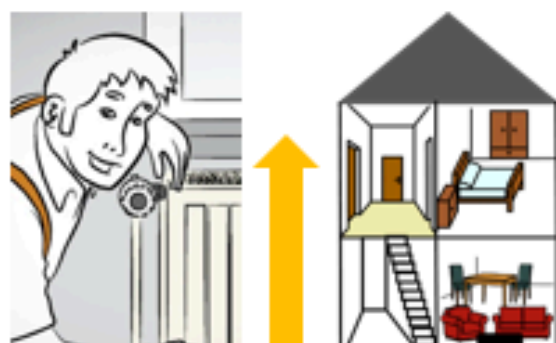
Open alle radiatorkranen in huis (stand 5).



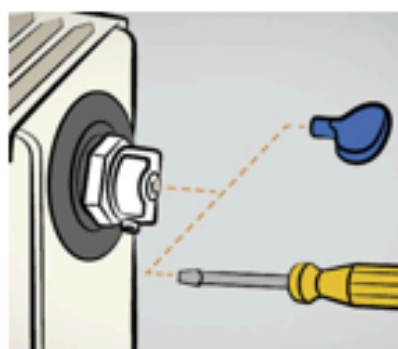
Zet de thermostaat op 25°



Wacht 10 minuten.



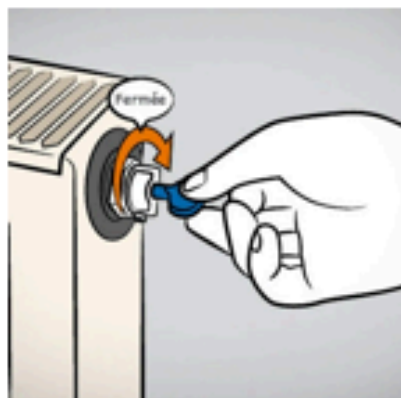
Ontlucht de radiatoren vanaf het laagste punt van het huis en ga vervolgens naar boven.



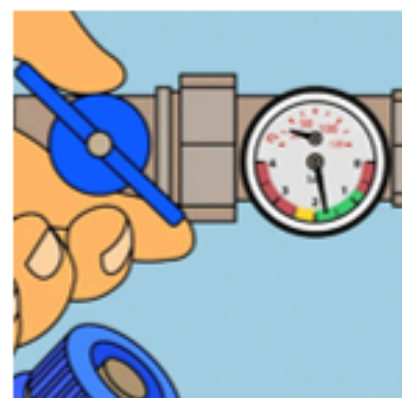
Gebruik een ontluftingsleutel of schroevendraaier.



Zet een bakje onder de kraan en open het voorzichtig.



Zodra het water eruit loopt, draait u de schroef dicht.



Stel op de ketel de waterdruk in het verwarmingscircuit in op 1,6 bar.



# Metalen dampkapfilters reinigen

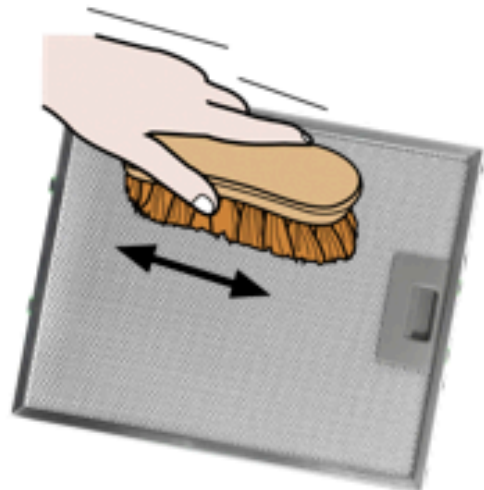
2 eetlepels  
zuiveringszout



Heet water

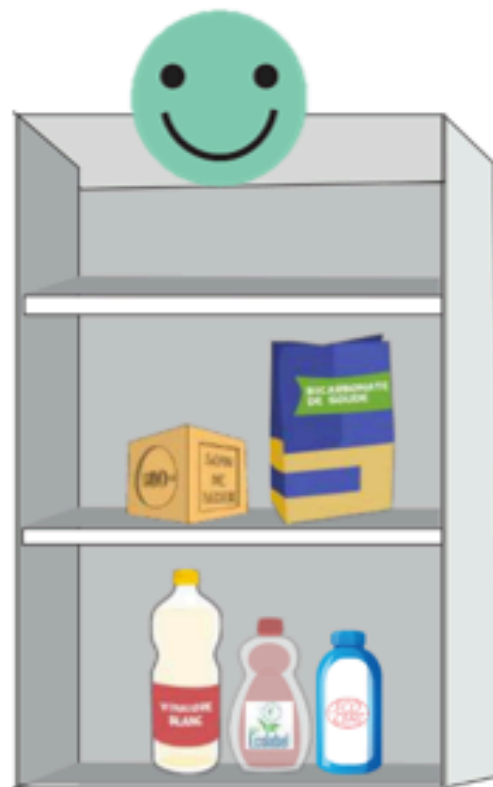


Meng met een spatel



# Schoonmaakproducten

Ik let op de keuze van mijn schoonmaakproducten. Ik beperk het aantal producten.



Ik beperk het aantal producten met gevarenpictogrammen.



Ik vermijd spuitbussen en aerosolen.



Ik geef de voorkeur aan eenvoudige en goedkope producten.



Ik geef de voorkeur aan producten met kwaliteitslabels.

**Schoonmaakmiddelen stoten vervuilende stoffen uit in de lucht die schadelijk zijn voor de gezondheid.**

**Ik vermijd het gebruik van:**

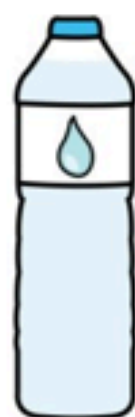
- spuitbussen
- geperfumeerde producten
- desinfectiemiddelen.

# Recept voor allesreiniger

1 eetlepel zuiveringszout



900 ml heet water



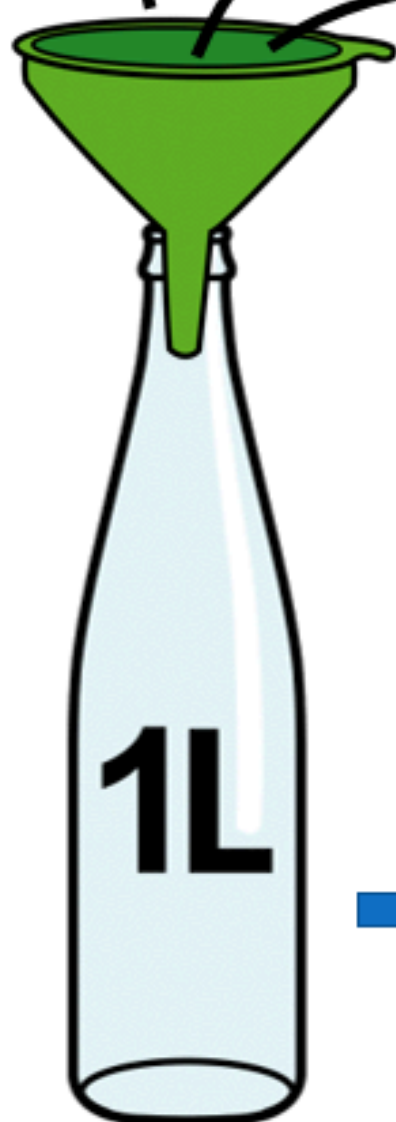
2 theelepels witte azijn



10 druppels etherische olie  
(citroen of lavendel)



2 theelepels milieuvriendelijke  
vloeibare zeep (optioneel)



Goed schudden voor elk gebruik

# Frituurolie en frituurvet

Comment les déposer ?



## Conditionner

Versez l'huile de friture froide dans **l'emballage d'origine** ou dans **une bouteille plastique vide**.



## Fermer

**Fermez bien la bouteille** et amenez-la au point de collecte le plus proche.



## Déposer

Déposez la bouteille fermée dans un **OlioBox près de chez vous**.

## Où les déposer ?

→ Une OLIOBOX près de chez vous:

[www.oliobox.be/fr/points-de-collecte](http://www.oliobox.be/fr/points-de-collecte)

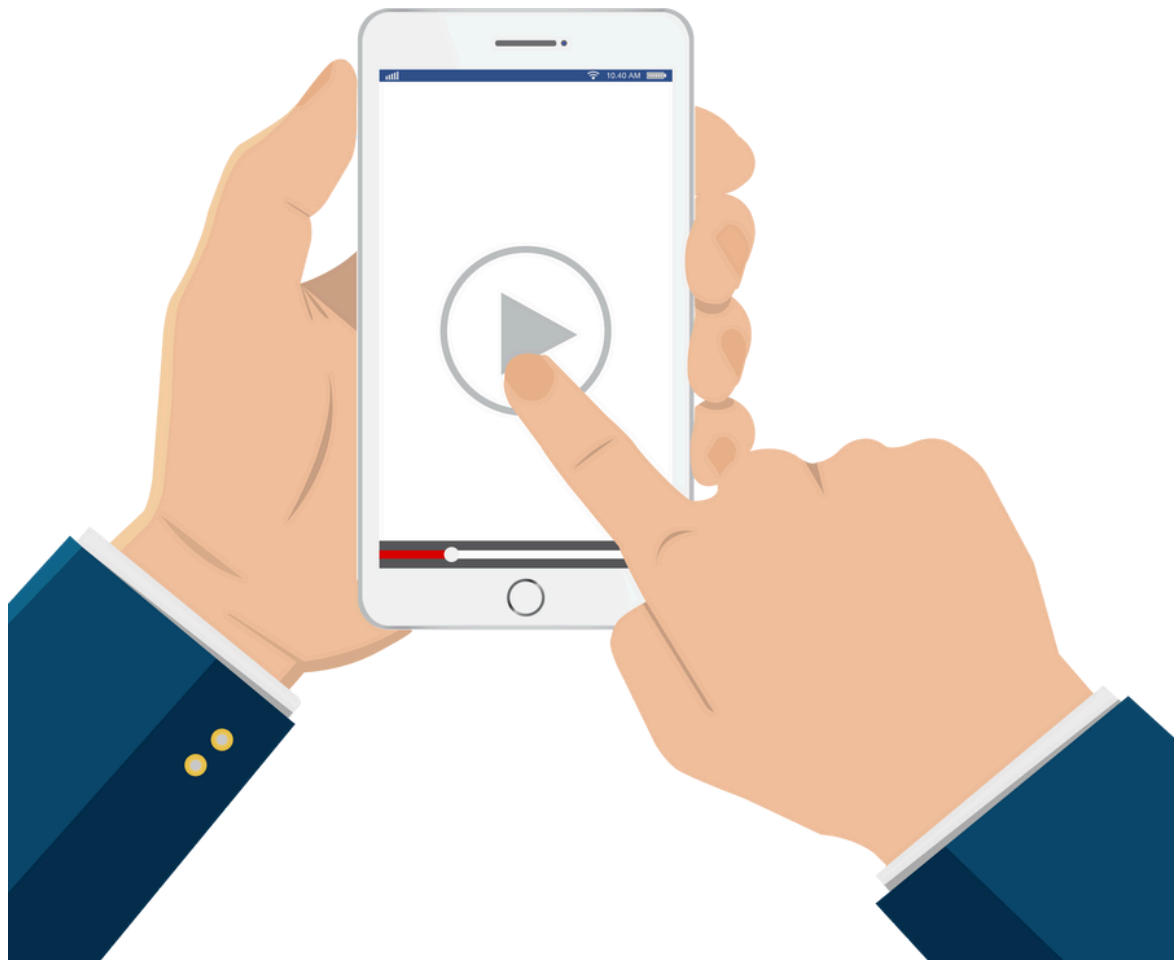
- Carrefour Rue quatre-vents et Rue de l'indépendance, Molenbeek
- Square de Noville 1, Koekelberg

→ RECYPARK



# Links naar de video's

[www.wgcdebrug.be/gezond-wonen/](http://www.wgcdebrug.be/gezond-wonen/)



# Adressen



## Buurthuis Bonnevie vzw

Bonneviestraat 40, Molenbeek  
tel: 02 410 76 31  
info@bonnevie40.be

### Huurderspermanentie:

Op afspraak:

- dinsdagnamiddag
- donderdagvoormiddag

### Permanentie renovatieadvies:

Op afspraak:

- woensdagvoormiddag
- vrijdagvoormiddag

## La Rue asbl

Ransfortstraat 61, Molenbeek  
tel: 02 410 33 03  
info@larueasbl.be

Huisvestingsondersteuning:  
Ransfortstraat 16, Molenbeek  
Op afspraak.

### Permanentie renovatieadvies:

Ransfortstraat 16, Molenbeek  
Ook zonder afspraak:

- dinsdag 17u - 19u
- donderdag 9u - 12u30

## A.L.M.K. (huurdersvereniging Molenbeek-Koekelberg)

Jubelfeestlaan 54, Molenbeek  
tel: 02 410 29 65  
associationdeslocataires@ho  
tmail.com



## Groene ambulance

Een aanvraag kan enkel door uw  
arts schriftelijk aangevraagd  
worden bij:

RCIB  
Massartuin  
Waversesteenweg 1850  
1160 Brussel

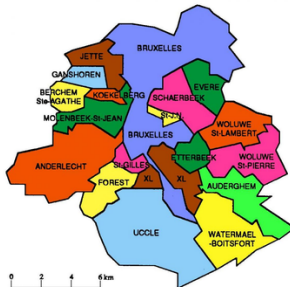
of: rcib@leefmilieu.brussels

Meer info:  
<https://leefmilieu.brussels/themas/binnenlucht/uw-interieur-schoonhouden/rcib/gebruiksaanwijzing.rcib>

## Antigifcentrum

070 245 245

# Adressen



Une Maison en Plus - Vorst



RenovaS - Schaarbeek



**Naam:** RenovaS

**Gemeente:** Schaarbeek

**Adres:** Colignonplein 41

**Tel:** 02 215 85 16

**Mail:** [info@renovas.be](mailto:info@renovas.be)

**Website:** [www.renovas.be](http://www.renovas.be)

Fabrik - Sint-Joost



**Naam:** Fabrik (ex-Huis van de Stadsvernieuwing)

**Gemeente:** Sint-Joost-ten-Node

**Adres:** Molenstraat, 85-87

**Tel:** 02 217 94 40

**Mail:** [info@fabrikfabrik.be](mailto:info@fabrikfabrik.be)

**Website:** [www.fabrikfabrik.be](http://www.fabrikfabrik.be)

**Naam:** Une Maison en Plus

**Gemeente:** Vorst

**Adres:** Britse Tweedelegerstraat 27

**Tel:** 02 349 82 40

**Mail:** [info@unemaisonplus.be](mailto:info@unemaisonplus.be)

**Website:** [www.unemaisonplus.be](http://www.unemaisonplus.be)

Convivence/Samenleven - Brussel-Stad



**Naam:** Convivence/Samenleven

**Gemeente:** Bruxelles-Ville

**Adres:** Zespenningenstraat 56

**Tel:** 02 505 01 30

**Mail:** [info@samenleven.irisnet.be](mailto:info@samenleven.irisnet.be)

**Website:** [www.convivence-samenleven.be](http://www.convivence-samenleven.be)

Habitat et Rénovation - Elsene, Etterbeek



**Naam:** Habitat et Rénovation

**Gemeente:** Elsene en Etterbeek

**Adres:** Troonstraat 101, 1050 Elsene

**Tel:** 02 647 47 10 (CR Etterbeek) & 02 649 77 46 (CR Elsene) & 0491 64 96 02 (DLI)

**Mail:** [reno@habitatetrenovation.be](mailto:reno@habitatetrenovation.be) (CR) & [participation@habitatetrenovation.be](mailto:participation@habitatetrenovation.be) (DLI)

**Website:** [www.habitatetrenovation.be](http://www.habitatetrenovation.be)

CRU - Anderlecht



**Naam:** CRU (Centre de Rénovation Urbaine)

**Gemeente:** Anderlecht

**Adres:** Bergensesteenweg 211,

**Tel:** 02 522 62 23

**Mail:** [info@cru-csv.be](mailto:info@cru-csv.be)

**Website:** [www.cru-csv.be](http://www.cru-csv.be)

CAFA - Sint-Gillis



**Naam:** CAFA (Centrum voor begeleiding en vorming van volwassenen)

**Gemeente:** Sint-Gillis

**Adres:** Schietbaanstraat 14

**Tel:** 02 600 57 31

**Mail:** [sbar@cpasstgilles.irisnet.be](mailto:sbar@cpasstgilles.irisnet.be)

**Website:** [www.cafa.be](http://www.cafa.be)

