

Gezond wonen



Wijksteunpunt Wonen

Oost

Wijtenbachstraat 34-hs | 1093 JC Amsterdam

De afdeling Milieu en Gezondheid van de GGD Amsterdam geeft in een serie artikelen voorlichting aan Amsterdammers over gezond wonen. Wijksteunpunt Wonen Oost werkt hier graag aan mee.

Luchtvervuiling in uw woning

Vieze lucht is slecht voor onze gezondheid. De lucht in onze huizen is vaak viezer dan de lucht die we buiten inademen. Omdat we een groot deel van onze tijd binnenshuis doorbrengen, is het belangrijk om de lucht in huis zo schoon mogelijk te houden. Maar hoe doet u dat?

Rook en verbrandingsgassen

Belangrijke bronnen van vieze lucht in huis zijn rook en gassen die vrijkomen bij verbrandingsprocessen in bijvoorbeeld geisers, houtkachels en gasfornuizen. Rook bestaat onder meer uit hele kleine stofdeeltjes, fijn stof genaamd. Blootstelling aan fijn stof vergroot de kans op ademhalingsproblemen en hart- en vaatandoeningen. Bij verbranding van hout, in bijvoorbeeld een open haard, ontstaan ook polycyclische aromatische koolwaterstoffen (P.A.K.). Deze kunnen kankerverwekkend zijn. Verder komt bij verbranding van aardgas in geiser, oven of gasfornuis het gas stikstofdioxide vrij. Dit gas kan de slijmvliezen van ogen, neus en keel beschadigen, waardoor bijvoorbeeld ademhalingsproblemen kunnen ontstaan.

Als er onvoldoende zuurstof beschikbaar is voor verbranding in een gastoestel, is er sprake van onvolledige verbranding (u herkent dit aan een gele vlam) en kan het gevaarlijke en reukloze gas koolmonoxide ontstaan. Koolmonoxide veroorzaakt hoofdpijn, duizeligheid en slaperigheid en kan bij blootstelling aan hoge concentraties een dodelijke afloop hebben.

advertenties

Pedicurepraktijk op IJburg

Uit in Balans



L. Cappon
P. d. Medinalaan 168
Steigereiland
telefoon 06 53 66 61 99
lid provoet

ook diabetische en reumatische voet

www.uitinbalans.nl

Wat kunt u zelf doen om de lucht in huis gezonder te maken?

Door tijdens het koken de afzuigkap te gebruiken en tot in elk geval een kwartier na het koken de ramen open te zetten, voert u de vrijgekomen gassen zoveel mogelijk af. Een geiser zonder afvoer kunt u het beste laten vervangen door een geiser met toe- en afvoer. Elke geiser dient u regelmatig na te laten kijken door een installateur. Tijdens en na gebruik van een geiser zonder afvoer ventileert u extra.

Houtkachels en open haarden kunt u beter

niet te vaak en niet bij windstilte gebruiken. Verder is het belangrijk om droog hout te gebruiken en tenminste eenmaal per jaar de schoorsteen te laten vegen. ◀

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de GGD

e-mail: lo@ggd.amsterdam.nl

tel. 555 54 05.

U kunt natuurlijk ook terecht bij WSWonen.

bron: afdeling Milieu en Gezondheid van de GGD Amsterdam

Huurverhoging 2010: maximaal 1,2 %

De huurverhoging per 1 juli aanstaande mag niet hoger zijn dan 1,2%. Het percentage komt overeen met het inflatiepercentage over 2009. Het kabinet heeft besloten in deze regeerperiode de huurverhogingen te koppelen aan het inflatiepercentage van het jaar ervoor. Op de 1,2% zijn geen uitzonderingen mogelijk behalve bij geliberaliseerde huurcontracten. Mocht u verhuurder toch een hoger percentage voorstellen, komt u dan langs bij Wijksteunpunt Wonen met het voorstel van uw verhuurder. Wij zullen u dan helpen met het invullen van een bezwaarschrift. De voorstellen voor huurverhoging zullen vóór 1 mei weer bij huurders in de bus vallen. ◀

VERF SIKKENS FLEXA LAMINAAT PARKET HOUT IJZERWAREN

DOE HET ZELF
hubo
WITTENBURG

MEUBELBESLAG DEUREN ZONWERING ZONNESCHEMERS

GEREEDSCHAPPEN SLEUTELS SCHUIFWANDEN KASTEN

KASTEN OP MAAT met schuifdeuren

Dealer o.a. Stanley de luxe – Mirror wall – Cando
Erkend SIKKENS specialist – FLEXA dealer

Hout – Plaatmateriaal – Vloeren – Zonwering
Unieke **OP MAAT ZAAG** kwaliteit

Kom eens langs bij: **DOE HET ZELF WITTENBURG**
Wittenburgergracht 103-113

Tel. 020 622 40 65 – www.doehetzelfwittenburg.nl

SANITAIR OP MAAT ZAGEN LEVERING AAN HUIS BOSCH

Bij inlevering van deze coupon
10% korting op schuifdeuren

