**Gezond binnen – dat lucht op!**

Wil je extra aandacht besteden aan gezonde binnenlucht maar weet je niet hoe te beginnen? Met deze tips kom je al een heel eind. Dat lucht op, toch?

1. Beperk vervuilende stoffen

In de eerste plaats zorg je ervoor dat de binnenlucht zo weinig mogelijk vervuild raakt. Gebruik je dampkap, vermijd (geur)kaarsen of wierook, sprays en producten met gevaarsymbolen.

1. Ververs de lucht in je huis

Verse lucht is een must! Gebruik je ventilatiesysteem, laat ventilatieroosters open of zet een raam op een kier. Zet je raam wijd open bij activiteiten die veel vocht produceren zoals douchen, de was drogen, poetsen of bezoek ontvangen.

1. Vermijd CO-vergiftiging

Koolstofmonoxide of CO is een gevaarlijk gas dat kan vrijkomen bij verbranding. Laat je verwarmingsketel jaarlijks controleren door een vakman. Zorg voor voldoende verse lucht tijdens het gebruik van verwarmingstoestellen met verbranding.

Wil je graag nog meer te weten komen? Bekijk meer tips op [www.gezondbinnen.be](http://www.gezondbinnen.be).