

التهوية

# السكن المرّيح في المسكن النقي

هل يحصل كثيرا أن يتضّيب زجاج نوافذكم؟ هل تعانون من تكون التعفّنات الفطرية؟ هل ثمة ما يمكن تسميته بالجو "الضاغط" في البيت؟ إذا كان كذلك، فهذا يعني أن هناك رطوبة مفرطة في مسكنكم .

تنشأ مشاكل الرطوبة في أغلب الحالات بسبب تبخر المياه داخل المسكن. ويتأقّى معظم الرطوبة ممن يعيشون داخل المسكن من أناس وحيوانات ونباتات. إلا إن الكثير من الرطوبة تأتي أيضا من الطبخ والاستحمام ومن نشر وتجفيف الغسيل. من المهم جدا تهوية بيتكم لتفادي مشاكل الرطوبة. التهوية ليست جيدة لصحتكم فحسب، بل هي جيدة أيضا لمسكنكم وكذا لاستهلاككم للطاقة. سنحكي لكم فيما سيلي كيف يمكنكم أن تحافظوا على مسكنكم نظيفا ونقيا.

## التهوية في المطبخ

يطلق الكثير من الرطوبة خلال الطبخ. لذلك فعليكم خلال الطبخ أن تشغلوا ساحة الهواء إلى الدرجة القصوى واتركوها. شغالة حتى بعد الطبخ بنصف ساعة إلى ساعة من الزمن. وهكذا تسحبون من مسكنكم الهواء الرطب الناشئ عن الطبخ نظفوا مصفاة (فلتر) ساحة الهواء بانتظام وغيرها في الوقت المناسب. هكذا تتفادون أن لا يتم تصريف الهواء الملوث بطريقة جيدة. كما إنه من المهم أن تحرصوا على دخول الهواء الخارجي النقي عن طريق فتح نافذة أو شبّكة تهوية. وهو ما يسهل بدوره عملية التهوية على الفور.

### التهوية في الحمام

إذا ذهبتم للاستحمام سواء في الدش أو في حوض الحمام، فاشغلوا مروحة التهوية في درجتها القصوى واتركوها شغالة نصف ساعة إلى ساعة بعد استعمال الحمام. جففوا البلاط وكابينة الدش أو حوض الحمام جيدا بعد أن تكونوا قد انتهيت من الاستحمام. فهذا يحد من كمية الرطوبة في البيت. إذا لم تكن هناك تهوية ميكانيكية في حمامكم، فافتحوا النافذة قليلا خلال الاستحمام واتركوها مفتوحة هكذا لما يكفي من الوقت بعد انتهائكم. كما يمكنكم أن تفتحوا باب الحمام أيضا للرفع من حركة التهوية الميكانيكية أو من حركة الهواء من النافذة المفتوحة.

### التهوية والتدفئة

إن التهوية تحرص على العكس مما قد تتوقع على ادخار فيما يخص تكاليف الطاقة. فالهواء الجديد والنقي قليل الرطوبة يذفأ بسهولة أكبر من الهواء الرطب المتواجد في المسكن. لذلك فإن من الأفضل أن تشغلوا التهوية الميكانيكية بدرجة أعلى من أن ترفعوا الترموستات إلى درجة حرارة أعلى. لا تنسوا تنظيف مصافي (فلاتر) جهازكم للتهوية الميكانيكية بانتظام، وذلك لتفادي أن لا يتم تصريف الهواء الملووث بطريقة جيدة.

شغلوا الترموستات ليلا وعند مغادرة البيت على درجة حرارة لا تقل عن 15 درجة. فالهواء لا يعود بمستطاعه امتصاص الرطوبة إذا كانت حرارته تقل عن 15 درجة، وهو ما يجعل الرطوبة تلتصق بالجدران والنوافذ. فيتشكل على نوافذكم تركيز للبخار؛ وهذا يعني أن عليكم أن تديروا التهوية والأحرى أن تشغلوا خلالها التدفئة بدرجة حرارة أعلى. الهواء الدافئ يصرف قدرا أكبر من الرطوبة ويصبح الهواء الجاف/الصحي الذي يتخلف في البيت أكثر سهولة للتدفئة. الحرارة المريحة في بيتكم جيدة لصحتكم.

إذا كانت لكم شبكات التهوية في إطارات نوافذكم، فلتبقوها مفتوحة على الدوام. هكذا تحرصون على تدفق مستمر للهواء النقي في بيتكم.

### نصائح

- قوموا بالتهوية طوال النهار؛
- احرصوا بجانب تصريف الهواء الملووث أيضا على إدخال الهواء النقي؛
- إن في تدفئة الهواء النقي اقتصاد في الطاقة أكثر من تدفئة الهواء الملووث؛
- يمكن للهواء الدافئ أن يمتص قدرا أكبر من الرطوبة من التي يمكن للهواء البارد أن يمتص؛
- جففوا الغسيل ما أمكنكم ذلك خارج البيت أو في آلة تجفيف الغسيل؛
- شغلوا ساحة الهواء خلال الطبخ وبعده في أعلى درجاتها الممكنة؛
- شغلوا مروحة التهوية في الحمام خلال الاستحمام وبعده بقليل في أعلى درجاتها الممكنة؛ إذا لم تكن به مروحة تهوية، فلتفتحوا نافذة الحمام قليلا؛
- جففوا بعد الاستحمام بلاط الأرضية وجدران الحمام؛
- لا تتركوا الحرارة في مسكنكم تقل عن 15 درجة؛
- نظفوا مصافي (فلاتر) ساحة الهواء في المطبخ ومروحة التهوية الميكانيكية بانتظام واستبدلوها في الوقت المناسب؛
- إذا كان مسكنكم قد تمت معالجته في إطار الحفاظ على الطاقة، فعليكم أن تأخذوا في الحسبان أن الهواء الرطب والملوث لا يمكن تصريفه كما كان عليه الأمر في السابق، وهو ما قد يؤدي إلى نشوء تعفنات فطرية. وفي تلك الحالة تكون التهوية الجيدة مهمة جد !!

#### أسئلة ؟

إذا كانت لكم أسئلة أخرى بعد قراءة لكم لهذا المنشور، فلتصلوا هاتفيا بفريق توصيات السكن التابع لنا على رقم الهاتف 0883850800 أو تصفحوا موقعنا الإلكتروني : [ln.grubmilnenow.nl](http://ln.grubmilnenow.nl) كما يمكنكم أن تزورونا في أحد دكاكين الأحياء التابعة لنا .

رتبوا أموركم عن طريق

[www.wonenlimburg.nl/login](http://www.wonenlimburg.nl/login)



#### تحفظات

مع أنه قد تم إيلاء أكبر قدر ممكن من الاهتمام لمحتوى هذا المنشور، إلا إنه لا يمكن أن يُعتمد كمصدر لأي حق. المؤسسة السكنية Wonen Limburg لا تتحمل أية مسؤولية عن العواقب التي قد تسفر عنها أية معلومات غير صحيحة و/أو غير مكتملة .