

Klushulp 11

Almelose woningstichting

Isolatie

Beter
WONEN



Wonen naar wens

Zelf uw woning isoleren

U wilt besparen op energiekosten. U verlangt naar een warmer huis. U zou graag bijdragen aan een beter milieu. Isoleer uw woning en u slaat drie vliegen in één klap. De meest winstgevende maatregelen – buitenmuren isoleren en dubbele beglazing aanbrengen – dient u aan de vakman over te laten. Daken, vloeren, binnenwanden en warmteleidingen kunt u echter zelf van isolatiemateriaal voorzien.

Deze Klushulp vertelt er meer over.

Kies het juiste materiaal

Isoleren betekent een buffer aanbrengen tussen het klimaat binnen (warme kant) en buiten (koude kant). Glas- en steenwol worden daarvoor het meest gebruikt. Deze materialen zijn licht, onbrandbaar, vochtbestendig en makkelijk te verwerken. Ze zijn verkrijgbaar als platen en als dekens, gewoonlijk 6 cm dik en al dan niet voorzien van een waterdampdichte laag aluminiumfolie. Materiaal zonder zo'n laag kan naderhand voorzien worden van plastic folie. De keuze hangt af van de plaats waar de isolatie wordt aangebracht en de manier waarop.

Warmte-isolatie met een dampdichte laag – aan de warme kant, dus aan de binnenkant – wordt vaak gebruikt voor daken, buitenmuren en vloeren. Voorwaarde is dan wel dat er aan de koude kant voldoende ventilatie is, anders ontstaat er condens die niet weg kan en die op den duur de constructie aantast. Daarom is een plat, waterdicht dak ongeschikt om van binnenuit te isoleren. Extra risico's gelden ook voor een schuin dak met een laag asfalt of folie; voor een buitenmuur die al behandeld is met een dampremmende glazuur of verfsoort; en voor een begane grondvloer waarop linoleum, vinyl, plavuizen en dergelijk liggen. Vraag bij twijfel altijd advies van een deskundige.

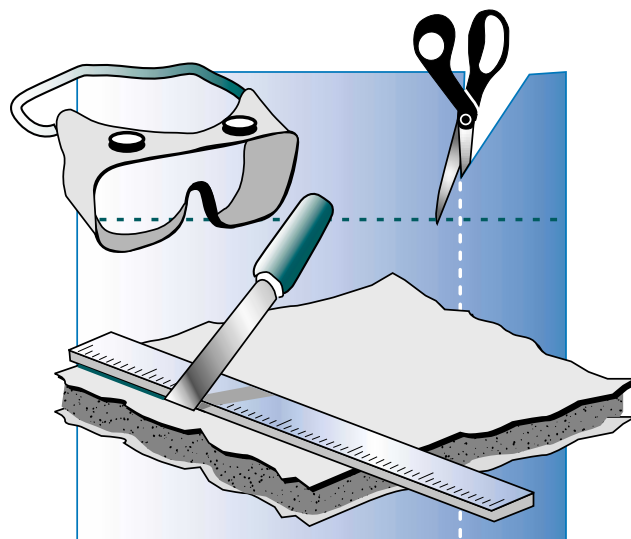
Het benodigde gereedschap

Voor een isoleerklus zijn de volgende gereedschappen nodig: rolmaat, scherp mes, stalen snijliniaal, schaar, boormachine, hamer, tacker. Bij de verwerking van glas- en steenwol kunnen schadelijke deeltjes vrijkomen. Draag daarom dichte kleding, handschoenen, een stofbril en een stofkapje.

Schuine daken

Bij schuine daken kan de isolatie op twee manieren worden aangebracht: tussen de gordingen (spanten) tegen het dakbeschot of op de gordingen met een luchtlaag erachter.

In het eerste geval gebruikt u platen. Snij deze 1 cm te



breed en klem ze eenvoudigweg tussen de gordingen. Borg ze met schuin ingeslagen spijkertjes en plak de naden af met isolatietape. U kunt ook spijkerflensdekens nemen; die hebben aan beide zijden van de rol een uitstekende rand papier, waarmee ze snel tegen latten geniet kunnen worden. Schroef hiervoor eerst balkjes ter dikte van de dekens tegen het beschot, op een afstand die overeenkomt met de breedte van het materiaal (exclusief flenzen). Bevestig de dekens met de nietmachine en plak de naden af.

Voor isolatie óp de gordingen kiest u het beste spijkerflensdekens. Spijker dan de balkjes waartegen de dekens geniet worden haaks op de dakspanten. Latten hebben als voordeel dat er meteen gipsplaat of een andere decoratieve afwerking tegenaan te schroeven is.

Buiten - en tussenmuren

Voor het isoleren van stenen buitenmuren is het plaatsen van een voorzetwand de oplossing. Dit gaat wel ten koste van de woonruimte. Zowel platen als (spijkerflens)dekens zijn voor deze klus geschikt. Platen kunt u direct tegen de binnenmuur lijmen; voor dekens dient u eerst een houten raamwerk tegen of voor de muur te maken. In alle gevallen is een dampdichte folie-laag noodzakelijk. Vervolgens werkt u de muur af met bijvoorbeeld plaatmateriaal en wandbekleding.

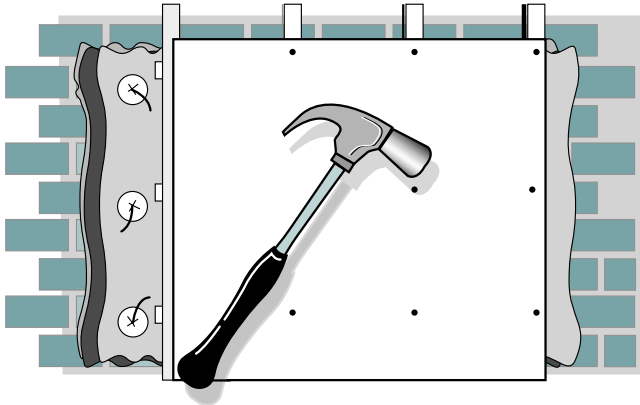
Een scheidingswand tussen twee vertrekken kunt u isoleren met elk materiaalsoort zonder dampdichte laag. In een badkamer is het aanbrengen van plastic folie, met zorgvuldig afgeplakte naden, noodzakelijk. Overigens bestaan er voor zowel daken als muren ook combinatieplaten: isolatiemateriaal en afwerklaag in één.

Begane grondvloeren

Het isoleren van houten vloeren komt vrijwel op hetzelfde neer als hierboven beschreven. U plaatst in de kruipruimte het isolatiemateriaal tussen of tegen de vloerbalken. De platen of dekens kunnen rusten op latjes die u aan beide zijden van de balken heeft gespijkerd of op

draden die u zigzag heeft gespannen om half ingeslagen spijkers. Een stijve isolatieplaat kan met montagekit tegen de onderkant van de balken gelijmd worden. Voor spijkerflensdekens maakt u een regelconstructie. In een vochtige kruipruimte mag het materiaal nooit direct tegen de vloerdelen aankomen.

Voor betonnen vloeren bestaan plakankers, speciale pinnen waaraan de isolatieplaten makkelijk klemmend te bevestigen zijn. De dampdichte laag moet in dit geval aan de bovenzijde.



- 4 Houten wand/plafondbekleding dient waterpas-recht te worden aangebracht.
- 5 Het bestaande stucplafond mag niet worden verwijderd.

Niet toegestane materialen zijn:

- board- en tempextegels;
- spaanplaten;
- polystreentegels;
- polystreenplaten;
- houtwolcementplaten;
- kurkplaten;
- jute;
- kunststof schroten;
- asbesthoudende materialen.

Vele kleintjes maken één grote

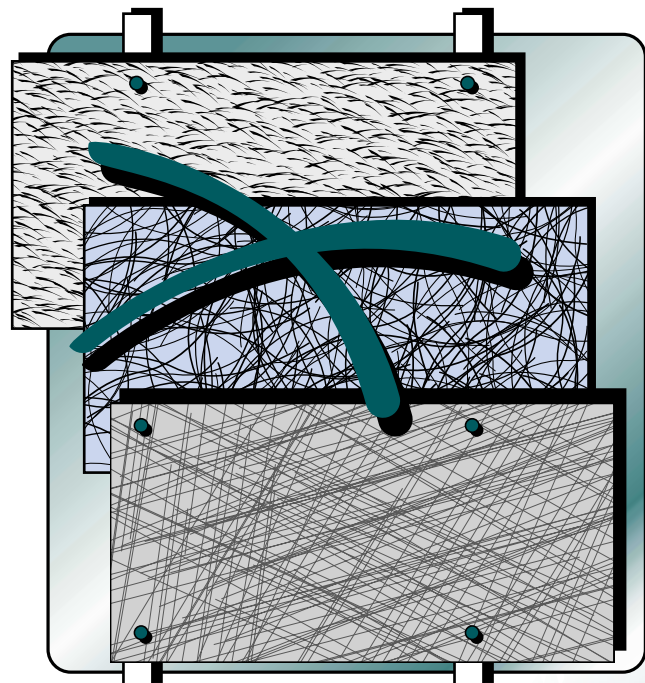
Wie niet meteen het hele huis wil isoleren, kan met allerlei kleine ingrepen toch aardig wat energie besparen. Ramen en deuren maakt u gemakkelijk tochtvrij met tochtband of -strips, kieren dicht u met kit, voor de brievenbus monteert u een afdekplaat met borstels. Ook het isoleren van warmwater- en CV-leidingen in de kruipruimte en op zolder is een kleine moeite. Hiervoor is buisisolatie in verschillende diameters verkrijgbaar. U vouwt de stukken open, legt ze om de leiding en dicht de naad, wanneer die niet voorzien is van een snelsluiting, met lijm of kleefband. Zo maken vele kleintjes één grote.

Spelregels

Het beleid "Wonen naar wens" biedt u de mogelijkheid om uw woning naar eigen wens aan te passen. Vanzelfsprekend zijn hier spelregels aan verbonden. Deze regels zijn verkrijgbaar aan de balie van de Almelose Woningstichting Beter Wonen. Op verzoek kunnen ze ook worden opgestuurd.

Bouwkundige en veiligheidstechnische aspecten

- 1 Het materiaal dient brandvertragend te zijn.
- 2 Alvorens de houten bekleding op wand/plafond wordt bevestigd, dient een houten raamwerk te worden aangebracht. Dit om oneffenheden van de ondergrond weg te werken.
- 3 Inbouwstopcontacten en schakelaars worden naar het raamwerk verplaatst. Dit dient door een erkend installateur te worden uitgevoerd.



In de serie 'Wonen naar wens' bestaan de volgende Klushulpen

Klushulp 1: Harde vloeren

Het leggen van parket, plavuizen of tegels op de vloeren

Klushulp 2: Wandversiering

Het aanbrengen van granol, sierpleister, steenstrips of structuurverf op de wanden

Klushulp 3: Scheidingswanden

Het plaatsen of verwijderen van een niet-dragende scheidingswand

Klushulp 4: Keukens

Het plaatsen van een nieuwe keuken of keukenonderdelen (kastjes, grepen, aanrechtblad e.d.)

Klushulp 5: Sanitair

Het plaatsen of vervangen van onderdelen in uw badkamer of toiletruimte, zoals een ligbad of douche

Klushulp 6: Binnendeuren

Het vervangen van binnendeuren

Klushulp 7: Elektra

Het plaatsen of verplaatsen van wandcontactdozen, schakelaars of buitenverlichting

Klushulp 8: Inbraakpreventie

Het aanbrengen van hang- en sluitwerk ten behoeve van inbraakpreventie

Klushulp 9: Tuinafscheidingen

Het plaatsen van een schutting

Klushulp 10: Dakramen

Het plaatsen van een dakraam

Klushulp 11: Isolatie

Het aanbrengen van isolatie



Almelose
Woningstichting
Postbus 327
7600 AH Almelo

Klimopstraat 2^a
(0546) 54 64 64

Geopend 8.00 - 16.30 uur

E-mail: info@awsbeterwonen.nl