

**RADERWERK is de rubriek waar we het willen hebben over het gebouw op zich. Het meer technische aspect, de hardware van het jeugdverblijfcentrum, zeg maar. Hierbij kan het bijvoorbeeld gaan over materiaalkeuze, de legionellaproblematiek, inrichting van bepaalde ruimtes,... In het themanummer over duurzaamheid lag de keuze voor de hand om in te zoomen op een aantal duurzaamheidsaspecten van je gebouw.**

## DUURZAAM DUURT HET LANGST

HAALBARE TIPS VOOR EEN DUURZAME UITBATING VAN JE GEBOUW

Wat is duurzaamheid? Voor de ene staat het synoniem met een lange levensduur van materialen. Iemand anders denkt bij het begrip aan de mate waarin iets milieuvriendelijk is. Anderen leggen bij duurzaamheid dan weer direct de link naar een hoog kostenplaatje. Dat laatste hoeft echter niet altijd te kloppen: RaderWerk toont aan hoe ook kamphuizen met een beperkt budget een bijdrage kunnen leveren aan een duurzame samenleving.

### DEFINITIE VAN DUURZAAMHEID

Wat verstaan wij onder duurzaamheid? Een goede definitie is: "voorzien in de behoefte van de huidige generatie zonder daarmee voor de toekomstige generatie de mogelijkheden in gevaar te brengen ook in hun behoeften te voorzien". Dit veronderstelt dus dat wordt rekening gehouden zowel met comfort en lage kostprijs (huidige generatie) als met grondstoffen- en energiegebruik, eerlijke handel, milieubelasting enz. (toekomstige generatie). Je zou ook kunnen zeggen dat duurzaam bouwen gelijk staat aan meer realiseren met minder. Je kan het bijvoorbeeld warmer maken met minder brandstof door goed te isoleren. Of



door de ruimte optimaal te benutten, kan een klein gebouw zeer praktisch zijn. Enzovoort.

### DUURZAAM BOUWEN EN VERBOUWEN

De meest ingrijpende manier waarop je als kamphuiseigenaar duurzaam kan handelen, is tijdens bouw- of verbouwingswerken. Duurzaam bouwen is vooral duurzame constructies realiseren. Werken met duurzame ma-

terialen in gebrekkige constructies is zonde van het materiaal.

Je kan kiezen voor materialen waarvan bewezen is dat ze over een langere levensduur beschikken. Of je werkt met milieuvriendelijke materialen doordat ze bijvoorbeeld weinig energie vragen om ze te maken of doordat ze gemaakt zijn van onuitputbare of gerecycleerde grondstoffen. Denk aan betonblokken die werden gerecycleerd uit het puin van "gewone" stenen. Wie graag hout

gebruikt, kiest beter voor houtsoorten die over een FSC-label beschikken. FSC staat voor Forest Stewardship Council en het betekent dat dit hout uit duurzaam beheerde bossen afkomstig is. Muren bepleisteren kan op basis van leem en met natuurlijke kleurstoffen. Net zoals je voor verfwerken voor natuurverf zoals kalkcaseïneverf, leemverf, kookverf of verf op basis van water kan kiezen.

Isoleren kan je doen met nagroeibare materialen zoals vlasisolatie of isolatieschuim op basis van soja. Bij het isoleren komt het er vooral op aan om dit correct te doen. Isolatie moet je opsluiten in een wind- en luchtdicht scherm, ze moet koudebrugvrij zijn en voldoende dik. Een pak info over isoleren vind je op [www.dialogo.be](http://www.dialogo.be). Als je wil weten welke milieuvriendelijke materialen bestaan en waar je ze kan vinden, moet je zeker een kijkje nemen op [www.vibe.be/waar](http://www.vibe.be/waar). Ook op [www.milieuvadviswinkel.be](http://www.milieuvadviswinkel.be) en [www.bouwwijzer.be](http://www.bouwwijzer.be) vind je een schat aan informatie.

Voor bepaalde zaken zoals het plaatsen van een isolerende beglazing en zonnepanelen kan je zelfs premies krijgen (zie de rubriek SchrijfWerk in deze HuisWerk). Die financiële steun is ook best welkom, want deze vorm van duurzaamheid valt vaak iets duurder uit. Anderzijds kan je ook heel ver geraken met relatief eenvoudig denkwerk: compact (ver)bouwen, juiste oriëntatie e.d. kunnen een groot verschil maken.

## BEDDEN

Mensen brengen één derde van hun hele leven in bed door. Ook in de slaapkamers is duurzaamheid dus een belangrijk begrip. Je kan je in de eerste plaats richten op het verlengen van de levensduur van de bedden en matrassen. Bedden kunnen met een paar extra schroeven of vijzen makkelijk nog wat extra verstevigd worden. Deze kleine ingreep kan ervoor zorgen dat bedden heel wat langer meegaan.

Dat geldt ook voor matrassen. Zorgen voor goede matrasbeschermers en goed onderhoud zoals het regelmatig verluchten om schimmelvorming te voorkomen, is absoluut noodzakelijk. Wil je nog verder gaan, dan kan je op zoek gaan naar bio-ecologische oplossingen. Ook die heb je in verschillende vormen. Zo kan je kiezen voor hoofdkussens, bedlinnen en dekbedden die uit natuurproducten werden vervaardigd. Daarbij denken we aan materialen zoals katoen, wol, kameelhaar,... Alleen moet je ook de afweging maken op welke manier je ze kan onderhouden.

Ook voor matrassen bestaat er een milieuvriendelijk alternatief. Matrassen van natuurlatex zijn niet alleen lichter, buigzamer en soepeler dan gewone matrassen. Het hevea natuurrubber is ook bacteriëstatisch, bestaat uit een herwinbare grondstof en kan milieuvriendelijk afgevoerd worden. Klein nadeel is dat ongeveer 1% van de mensen allergisch is aan latex, maar mits een paar "gewone" matrassen achter de hand te houden, kan je dat probleem makkelijk oplossen. Ook voor de bedden zelf kan je ecologische materialen kiezen. Inlands hout of hout met het FSC-label is kwalitatief even goed als andere minder milieuvriendelijke houtsoorten.

Let ook op de afwerking van de bedden. Kies voor natuurlijke harsen en oliesoorten en niet voor vernissen met giftige grondstoffen. Alternatieve lattenbodems bestaan ook. Ze zullen natuurlijk duurder zijn dan bijvoorbeeld een bodem uit vezelplaten. Deze platen bevatten wel lijmsoorten waarvan je het gebruik beter kan vermijden.

Net zoals bij de bedden kan je voor kasten milieuvriendelijke houtsoorten en afwerkingslagen kiezen. Gewaarborgd formaldehydevrije en FSC-gelabelde MDF-platen lijken ons bijvoorbeeld ideaal. Via zwaardere scharnieren of stevige poten kan je ook de levensduur verlengen, nog beter zijn kasten zonder poten.

## TAFELS EN STOELLEN

Tafels en stoelen hebben het zwaar te verduren in een kamphuis. Zorg er daarom vooral voor dat ze over een stevig onderstel beschikken. Hout kan, maar bepaalde metaalsoorten zijn in dit geval nog beter. Bij tafels is ook het bovenblad belangrijk. Kies waar mogelijk voor een krasvrij metaal. Daar hangt natuurlijk een prijskaartje aan vast, maar tafels vroeger dan voorzien vervangen kost ook handenvol geld. Overweeg bovendien om aparte





stoelen en banken voor buiten aan te kopen. Zo wordt meubilair dat binnen dient te staan, niet steeds naar buiten gesleurd, ook dat kan de levensduur enkel ten goede komen. Bankens voor buiten kunnen bijvoorbeeld gemaakt worden met twee betonblokken (al dan niet gerecycleerd) en houten balken. Heel wat adressen voor duurzaam meubilair kan je terugvinden op [www.vibe.be/waar](http://www.vibe.be/waar).

## TOESTELLEN MET WATER

Via een hele reeks kleine ingrepen kunnen we ook duurzaam omspringen met water. Zo kunnen we douches bijvoorbeeld uitrusten met spaardouchekoppen. Deze gebruiken tot 50% minder water per minuut dan de gewone douchekoppen. Je bespaart er ook een pak energie mee omdat veel minder water moet verwarmd worden. De prijs van een spaardouchekop ligt trouwens niet hoger dan die van een gewone douchekop. Kijk wel na of je doucheslang bestand is tegen een hogere druk, een spaardouchekop heeft immers een hogere weerstand. Het is aan te bevelen een doucheslang te kiezen die een druk van ongeveer 3 bar kan weerstaan en geen sporen van slijtage vertoont. Ook op gewone kranen kan je besparen. Kranen in keukens en waszalen kan

je uitrusten met een spaarperlator, bruismondstuk of volumebegrenzer. Dit is een kunststoffen mondstukje dat gewoon op de kraan wordt gemonteerd en het reduceert de waterstroom. Het kost 5 tot 10 EUR, maar je bespaart tot 40% water.

Een andere mogelijkheid is kranen en douches aansluiten op een automatisch regelsysteem dat ervoor zorgt dat de waterstroom na een aantal minuten stopt. Op die manier vermijd je dat water blijft stromen.

Kies ook niet voor het grootste formaat lavabo of afwasbak. In een kleiner type gaat minder water, wat de lavabo zuiniger en duurzamer maakt. Voorzie ten slotte ook stoppen bij de lavabo's. Op die manier stroomt het water niet meteen weg.

Water sparen kan daarnaast ook nog door je toiletten een klein beetje aan te passen. De meest ingrijpende is het kiezen voor een systeem met waterspaartoets. Maar ook gewone toiletten kunnen uitgerust worden met een spaarsysteem. De WC-waterstop bijvoorbeeld is iets dat in het reservoir wordt gehangen waarmee de spoeling direct ophoudt wanneer je de druk- of trekknop loslaat. Je bepaalt dan volledig zelf hoeveel water je toilet doorspoelt. Houd er wel rekening mee dat

kinderen niet altijd goed inschatten of ze voldoende water hebben gebruikt. Je kan daarom ook het watervolume in het reservoir permanent verminderen door er een petfles in te leggen. Of het doorspoelen van water kan automatisch geregeld worden, net zoals voor de kranen. Het meest eenvoudig is nog om in je toiletten regenwater te gebruiken bij het doorspoelen: dit kan zonder problemen en het betekent een hele besparing op het vlak van drinkwaterverbruik.

## VERLICHTING

Niet alleen water kan automatisch geregeld worden. Ook met licht heb je een aantal mogelijkheden. Het beste is ervoor te zorgen dat elke ruimte kan genieten van voldoende daglicht. In ruimtes waar dit niet mogelijk is, kan je via een bewegingsdetector vermijden dat het licht een hele nacht blijft branden, bijvoorbeeld in douches of toiletten. Dit vergt natuurlijk enige investering en misschien kan je dus beter voor spaarlampen kiezen. Deze zijn er intussen in diverse vormen en maten, maar ze gaan gemiddeld tien maal langer mee dan een gewone lamp.

Een ander middel om te besparen op licht is het gebruik van reflecterende "nissen" rond de spaarlampen. Door het spiegeleffect wordt de lichtsterkte versterkt. Zo kan je minder zware lampen gebruiken.

## DUURZAAM KOKEN EN POETSEN

De makkelijkste manier om duurzaamheid na te streven, is te vinden in onze dagelijkse aankopen. Voor schoonmaakmiddelen kan je bijvoorbeeld op zoek gaan naar milieuvriendelijke varianten. Helaas is kiezen niet zo eenvoudig, want "bio" en "groen" wordt op heel wat verpakkingen gebruikt als verkoopargument.

Toch kan je volgende tips in het achterhoofd houden. Koop schoonmaakmiddelen die voor meer dan 90% biologisch afbreekbaar zijn. Volg de doseervoor-



schriften op het etiket (of maak dit duidelijk voor de groepen): vaak wordt te veel schoonmaakmiddel gebruikt, wat niet alleen verspilling is, maar vaak ook het poetsresultaat vermindert. Vermijd te agressieve schoonmaakmiddelen zo veel mogelijk: bleekwater, chemische ontstoppings- en ontkalkingsmiddelen en ammoniak zijn zeer belastend voor het milieu. Beter kies je voor producten van natuurlijke oorsprong: zepen, azijn of detergenten van plantaardige oorsprong (vaak kokosolie of palmpitolie). Koop ook geconcentreerde (af)wasmiddelen: ze zijn minder milieuvervuilend, maar even doeltreffend en omdat de pakjes kleiner zijn, bespaar je op afval. Het gebruik van deurmatten kan tot 80% van het vuil vermijden in je huis en werkt dus heel preventief. Ten slotte kunnen we het gebruik van microvezeldoekjes aanraden: je kan er zonder schoonmaakmiddel mee schoonmaken, droog of nat. Ze zijn iets duurder, maar ze gaan ook zeer lang mee. Schoonmaken gaat bovendien een pak sneller.

Daarnaast kan je ook proberen om duurzame producten aan de groepen aan te bieden. Wie drank of eten voor groepen aankoopt, kan kiezen voor biologisch geproduceerde voeding of producten waarvan je weet dat de opbrengsten goed worden besteed. Biologische producten kan je herkennen aan het Biogarantie-label. Ook op het vlak van verpakking kan je heel wat ecologische keuzes maken: kies voor recycleerbare verpakkingen en vermijd te kleine verpakkingen. Ook verstandig is om producten van eigen bodem aan te kopen. Transport weegt immers zeer zwaar door in het belastend karakter van een artikel op het milieu. Adressen van heel wat Vlaamse boeren vind je op [www.fermweb.be](http://www.fermweb.be), de meeste van hen produceren trouwens biologisch. Als je het aspect eerlijke handel meer wil laten doorwegen, is aankopen in een Oxfam Wereldwinkel steeds een goede optie, zie ook [www.wereldwinkel.be](http://www.wereldwinkel.be). Heel wat tips voor duurzame aankopen vind je op de websites [www.milieukoopwijzer.be](http://www.milieukoopwijzer.be) en [www.milieuvadviswinkel.be](http://www.milieuvadviswinkel.be).

## SLOPEN

Eigenlijk houd je bij aankoop best ook al rekening met de afbraak en eventuele recyclage van je materialen, zowel van het gebouw als van het meubilair en de toestellen.

Enkele voorbeelden. Voor stoelen en tafels bestaan heel wat milieuvriendelijke alternatieven. Er zijn producenten die het metalen onderstel bijvoorbeeld vervaardigen met recyclagematerialen en er voor zorgen dat hun eindproduct compleet recyclebaar is. Dat wil zeggen dat ze voor de bekleding van stoelen bepaalde stoffen gebruiken omdat die gemakkelijk recyclebaar zijn. Voor platte daken is er een tendens om de dakbedekking losliggend te plaatsen. Hierdoor zijn ze achteraf immers veel beter recyclebaar.

***Met dank aan Carlos Debuysere (Edugo Oostakker), Dominic Van Clé en Ivo Aerts (Dialoog vzw) en Peter Thoelen (VIBE vzw).***