

# Din inomhusmiljö



NÅGRA ENKLA TIPS OCH RÅD

Din  
inomhus-  
miljö



### Några enkla tips och råd

Att ha en behaglig temperatur i lägenheten är mycket viktigt. Vi försöker hålla 20–21°C i alla våra lägenheter året runt men du kan naturligtvis själv påverka temperaturen i din lägenhet. I den här informationsfoldern förklarar vi hur du kan kontrollera och förbättra din inomhusmiljö. Det sparar tid, pengar och onödigt obehag för dig.

### Värmestyrning

Värmen är igång året runt och den styrs utifrån utetemperaturen, d v s temperaturen på vattnet som pumpas runt i elementen varierar beroende på hur kallt det är ute.

Därför är elementen varmare på vintern än på sommaren och kan också vara olika varma från dag till dag beroende på hur temperaturen ute förändras.

### Lagom varmt?

Om temperaturen i lägenheten är 21°C eller mer stängs termostaten automatiskt av och elementet blir därmed kallt. Om temperaturen är för låg kan du kontrollera att termostaten är vriden upp på max. Om temperaturen är för hög kan du själv vrida ner termostaten för att sänka temperaturen i lägenheten eller rummet.

### Reglera termostaten

Normala element är varmare upptill än de är nertill. Ju kallare det är ute desto varmare känns elementet.

Det kan hända att det blir stopp i reglaget i termostaten och att elementet därmed inte blir varmt. Om detta sker kan du vrida termostatvredet fram och tillbaka några gånger. Lämna sedan termostaten på max, det gör du genom att vrida den motsols tills det tar stopp. Elementet ska då bli varmt inom en kvart.

### Täck inte elementet

För att luften ska kunna cirkulera fritt i rummet är det viktigt att inte ställa något framför elementet. Om du absolut vill ställa exempelvis en soffa framför, se då till att det finns ett mellanrum på minst 15–20 cm mellan soffa och element.

## Långa gardiner lurar också termostaten

Även långa gardiner eller draperier som täcker termostaten gör att den blir lurad och då kan rumstemperaturen sjunka med flera grader. Se därför till så att inte heller gardiner, draperier eller andra textilier täcker termostaten så att den kan känna av rumstemperaturen.

## Ventilation

Temperaturen i din lägenhet kan förändras drastiskt om ventilationen stryps, hindras eller på annat sätt manipuleras. Kontakta därför din bovärd om du upplever problem med ventilationen.

## Vädra klokt

Om du vill vädra ut matos ur köket är det bättre att öppna ett fönster i ett annat rum än att öppna köksfönstret. Om du öppnar köksfönstret strömmar luften in i köket och för med sig matoset vidare in i lägenheten. Om du däremot öppnar ett fönster i ett angränsande rum sugts matoset ut genom köksfläkten.

## Vädra ut fukt och dålig lukt

Om du vill vädra ut fukt eller dålig lukt brukar det normalt räcka med att skapa ett korsdrag i fem minuter. Att ständigt ha ett fönster öppet är att slösa på värme och ger dig inte bättre inomhusluft.

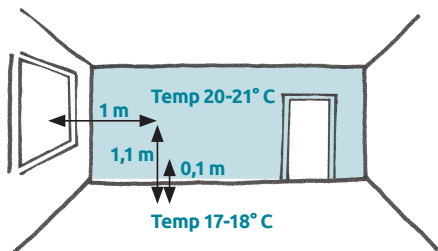


” PiteBo – det självklara valet för ett bättre boende ”



## Så här kontrollerar du temperaturen i din lägenhet

Mät temperaturen 1–1,5 meter över golvet och minst 1 meter från dörrar och fönster.



**Godtagbara värden: Mitt i rummet enligt skissen ovan = 20–21° C. Vid golvet 1 meter från fönstervägg enligt skissen ovan = 17–18° C**

## 20-21 grader

Vi strävar efter att hålla en temperatur på 20–21°C i alla våra lägenheter. Om temperaturen är lägre än 20°C när du mäter enligt anvisningarna här bredvid, så prova att mäta igen några dagar senare. Det kan vara ett tillfälligt fel.

Det kan vara svårt att hålla ett jämnt inomhusklimat vid snabba yttre klimatväxlingar man får vid sådana tillfällen räkna med en viss variation i temperen även inomhus. Om temperaturen i din lägenhet inte ligger inom angivna värden, kontakta din bovärd.

## Ecoguard

I alla PiteBos lägenheter finns en temperaturgivare, en liten vit dosa, monterad på väggen i hallen. Denna mäter temperaturen i din lägenhet och skickar sedan informationen, via internet, till oss så att vi kan läsa av mätvärdet.

