

Där du känner dig hemma

A close-up photograph of a person's hand using a metal key to adjust a radiator valve. The valve is mounted on a white radiator. The background shows a white wall with a decorative panel. The lighting is bright and even.

**Några enkla råd**  
om din inomhustemperatur

 **Bostaden**

## Några enkla råd om din inomhustemperatur

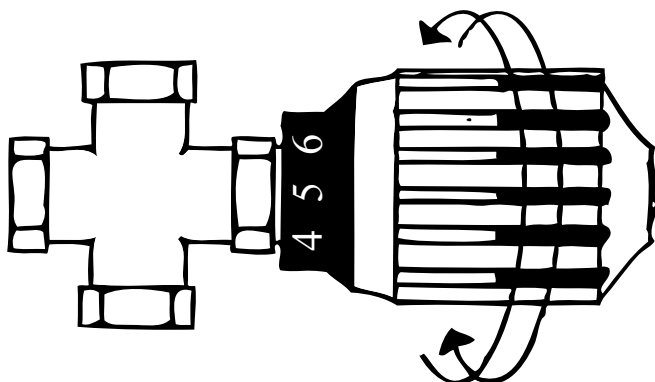
Att ha en behaglig temperatur i lägenheten är viktigare än man tror. Vi försöker hålla 20–21°C i alla våra lägenheter året runt, men du kan också själv påverka vilken temperatur du önskar i lägenheten. I den här informationsfoldern förklarar vi hur du kan kontrollera och förbättra din inomhusmiljö vilket sparar tid, pengar och onödigt obehag för dig som hyresgäst.

### 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 rätt inställd. Om temperaturen fortfarande är för låg eller för hög, kontakta då din kvartersvärd.

### 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 elementet blir därmed inte varmt. Om detta händer kan du vrida termostatventilen fram och tillbaka några gånger. Lämna sedan termostaten i fullt öppet läge, det gör du genom att vrida den motsols tills det tar stopp. Elementet ska då bli varmt inom en kvart.

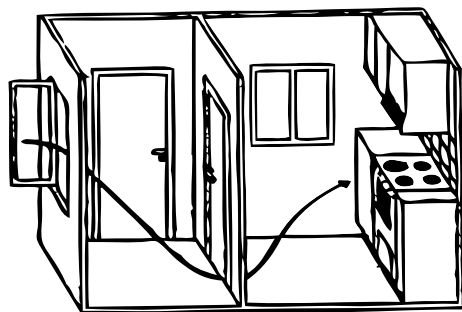
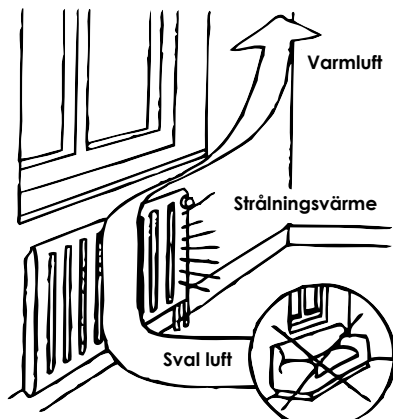


## Täck inte elementet

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

## Långa gardiner lurar termostaten

Om du har långa gardiner som täcker termostaten kan avkännaren bli lurad. Det kan göra att rumstemperaturen sjunker med flera grader. Se till att gardinerna inte täcker termostaten så att den kan känna av rumstemperaturen.



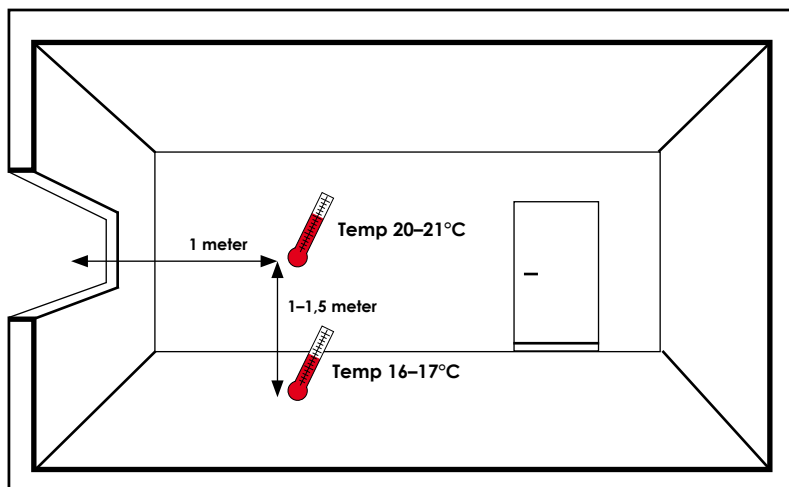
## Vädra klokt

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 öppnat ett fönster i ett angränsande rum sugs 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.

## 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  
Vid golvet 1 meter från fönstervägg

= 20–21°C

= 16–17°C

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

Det är svårt att hålla en jämn temperatur under hösten och våren på grund av snabba temperaturväx-

lingar. Man får då räkna med en viss variation i temperaturen. Detsamma gäller när temperaturen ligger omkring 0°C eller när det är väldigt varmt ute.

Om temperaturen i din lägenhet inte ligger inom angivna värden, kontakta din kvartersvärd.