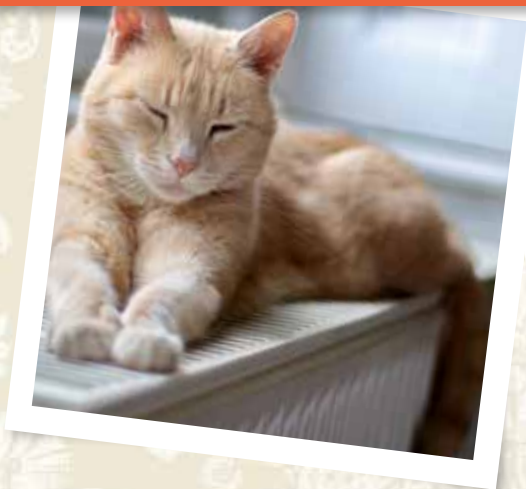




# Rätt inomhusklimat

så fungerar värmen



Stockholms hem

# 20–21 grader

i Stockholmshems  
lägenheter – en temperatur  
de flesta är nöjda med.



# Värme inomhus

Ett bra inomhusklimat är viktigare än vad man kan tro, både för att du ska må bra och trivas hemma.

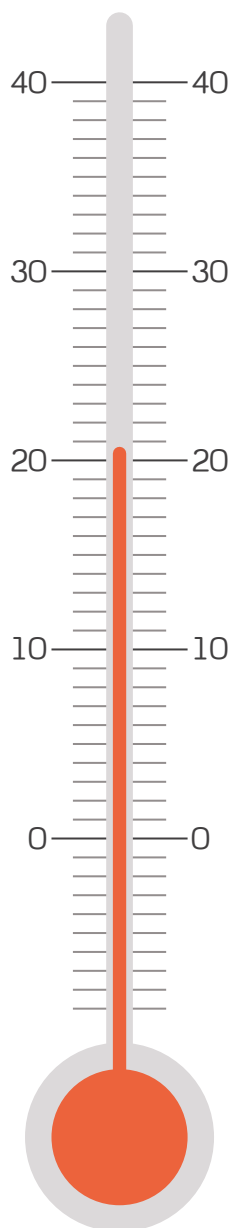
För att det ska vara en behaglig temperatur i din lägenhet håller vi en inomhustemperatur på omkring 20–21 C°. De allra flesta tycker det är lagom varmt, samtidigt sparar vi alla energi och minskar vår miljöbelastning och utsläppen av koldioxid.

I den här broschyren berättar vi mer om hur värmesystemet i din lägenhet fungerar samt om vad du själv kan göra för ett bra inomhusklimat.

## Ett viktigt miljöarbete

På Stockholmshem jobbar vi aktivt för att våra fastigheter ska ge så liten påverkan på miljön och klimatet som möjligt. Uppvärmningen av fastigheterna utgör den största delen av Stockholmshems koldioxidutsläpp. Därför arbetar vi för att sänka energiförbrukningen.

För oss är du som hyresgäst en viktig del i det arbetet. För varje grad vi höjer temperaturen i lägenheterna ökar energiförbrukningen med 5 procent. Tillsammans kan vi göra skillnad och bidra till en hållbar värld.



# Elementen i lägenheten

## **Så fungerar elementen**

De allra flesta av Stockholms shems lägenheter värms med element (vatten-radiatorer). Det varma vattnet i elementet värmer upp rummet. När vattnet avger värme svalnar det samtidigt, vilket innebär att elementen är varma upptill där det varma vattnet går in och svalare nedtill, där det strömmar ut.

## **Automatisk värme i ditt hus**

På elementen sitter det ofta termostater som känner av vilken temperatur det är i rummet och reglerar värmen automatiskt. De flesta termostater är inställda på att hålla 21 grader i rummet och stänger av vattentillförseln till elementet om rummet är varmare. Sjunker temperaturen under 20 grader släpper termostaten på det varma vattnet igen.

Värmesystemet anpassar sig till utomhustemperaturen. Om temperaturen utomhus växlar snabbt kan det uppstå lägen när det blir svårare att hålla en jämn temperatur inomhus. Det händer framförallt under vår och höst när det är varmt på dagarna och kallt på nätterna.



## Höst och vår

är nätterna ibland väldigt kalla och dagarna varma. Då kan det vara svårt för värmesystemet att snabbt ställa om till rätt temperatur.

# Några tips

## Tänk på att:

### möblera rätt

Om dina element täcks av stora möbler eller långa gardiner kan värmen inte komma ut i rummet. Det behövs fri yta framför ett element för att det ska fungera på rätt sätt. Om du vill möblera mot ett element, se till att skapa ett mellanrum mellan möbelen och elementet.



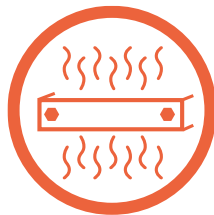
### vädra snabbt

Kom ihåg att hålla fönster och dörrar stängda. Annars finns risk att den kalla luften blåser in och det blir ojämn temperatur i din lägenhet. Om du vill byta luft i lägenheten är det bättre att vädra i fem minuter med helt öppna fönster och korsdrag, än att låta fönstren stå på glänt under en längre tid. Om du har fönstret öppet lite grann känner termostaten av kylan och slår på och av i onödan.



### hålla vädringsluckor och uteluftsventiler öppna

Ett hyreshus är byggt för att ha en fungerande cirkulation av luft. På många av våra hus sitter det luftventiler vid fönstren. Stängda luftventiler innebär att luften kommer in i lägenheten på fel sätt och kan ge följdproblem som att det blir kallt eller att du känner lukter från någon av grannlägenheterna.





## Vad du kan göra:

- ✓ möblera rätt
- ✓ vädra snabbt
- ✓ se till att luften kan cirkulera

Har du följt våra råd, men ändå tycker att du har för varmt eller för kallt, rekommenderar vi att du först kontrollerar temperaturen i lägenheten själv. Mät temperaturen i lägenheten 1 meter från ytterväggen och på cirka 1 meters höjd från golvet. **Är det under 20 grader, ring vår kundtjänst på 08-508 39 000.**

Ibland händer det att luft eller smuts har kommit in i värmesystemet så att elementen inte fungerar ordentligt. I vissa fall kan elementen då behöva luftas för att fungera bra. Kontakta oss så bokar vi en tid med en områdestekniker som hjälper dig!

# Kontaktuppgifter kundtjänst

## Öppettider

Måndag – torsdag 8.15-16.00

Fredag 8.15-15.00

Telefon: 08-508 39 000

E-post: [epost@stockholmskem.se](mailto:epost@stockholmskem.se)

## Stockholmskem



Hornsgatan 128 · Box 9003 · 102 71 Stockholm · tel 08-508 39 000  
[epost@stockholmskem.se](mailto:epost@stockholmskem.se) · [www.stockholmskem.se](http://www.stockholmskem.se)

*En del av Stockholms stad*