

# Tips och råd om inomhustemperatur

Upplevelsen av temperaturen är individuell och i samma rum kan olika personer uppleva det som både lagom, för kallt och för varmt. Här får du tips på vad du som hyresgäst kan göra för att få en temperatur du trivs med.



☾ 18–19°C

☀ 20–21°C

ABK strävar efter att hålla en temperatur på 20–21°C i våra bostäder under dagen och 18–19°C på natten. Detta för att så många som möjligt ska kunna vara nöjda med temperaturen, samtidigt som det blir en rimlig förbrukning och inte påverkar miljön i onödan.



## Kallt, varmt och lagom – olika för alla

Valet av inomhustemperatur är gjord för att så många som möjligt ska kunna vara nöjda med temperaturen, samtidigt som det blir en rimlig värmeförbrukning, värmekostnad och att det inte påverkar miljön i onödan.

En ökning av temperaturen i alla bostäder med två grader innebär en ökad värmekostnad med ca 7–8 miljoner kronor per år. Vilket i så fall hade tagits ut på hyran. Då är det bättre att den hyresgäst som är lite extra frusen av sig exempelvis tar på sig en extra tröja eller inneskor medan den som är varm har möjlighet att själv sänka termostaten på elementet.

## Så varmt ska det vara

ABK strävar efter att hålla en temperatur på 20–21°C i våra bostäder under dagen och 18–19°C på natten. Vid golvet ska det vara minst 16°C.

## Om elementet är kallt

Termostaten känner hela tiden av temperaturen i rummet. Om temperaturen i lägenheten är 21°C eller mer stängs termostaten automatiskt av och elementet blir kallt eftersom det uppnått den önskade temperaturen i rummet.

Oftast är elementet varmare upptill än det är nedtill.

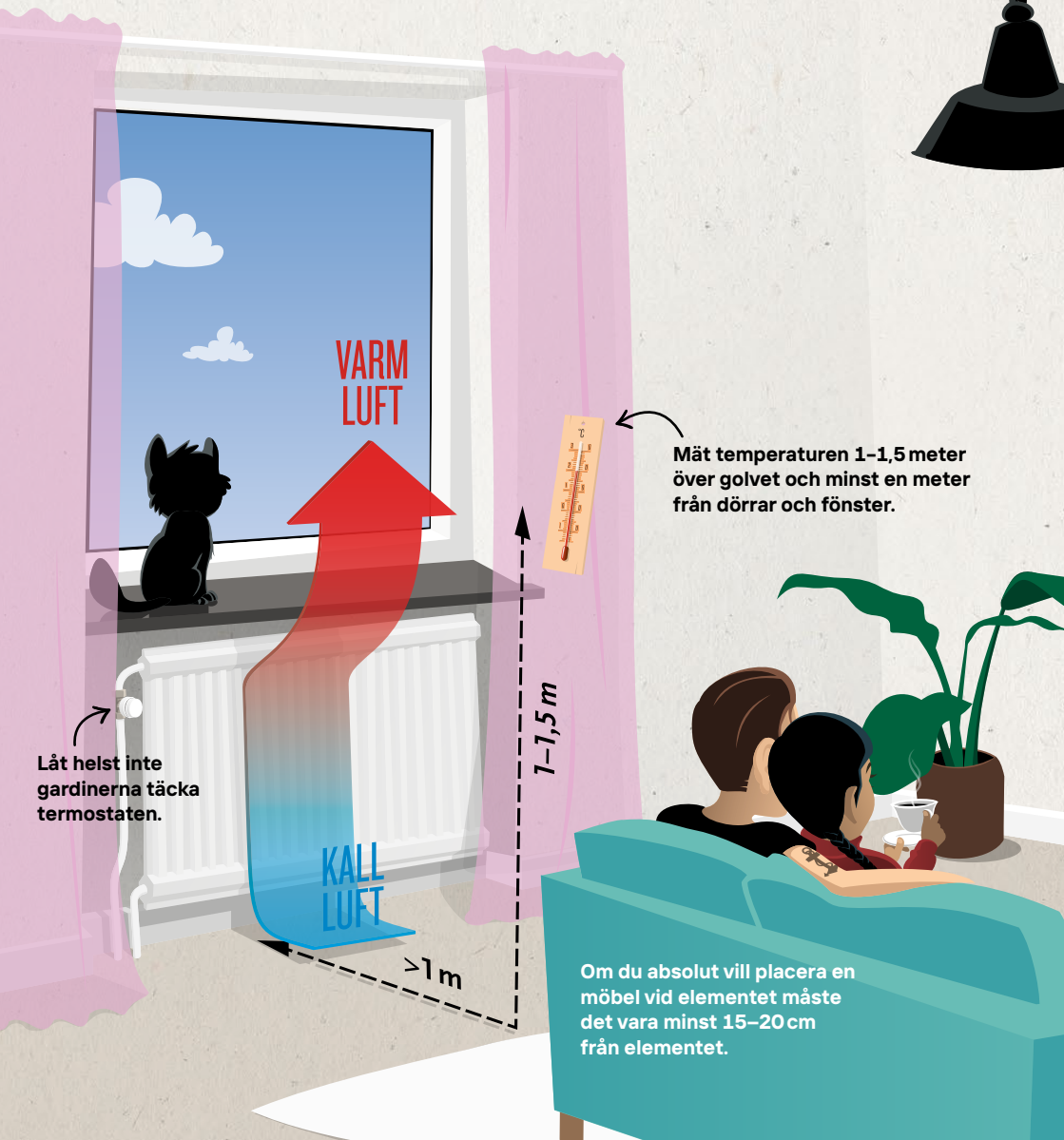
## Temperaturväxlingar

Under hösten och våren kan det bli temperaturväxlingar och då är det svårare att hålla en jämn temperatur inomhus. Man får då räkna med en viss variation i temperaturen. Detsamma gäller när temperaturen ligger omkring 0°C eller då det är väldigt varmt ute.

# Om du själv vill mäta temperaturen

Mät temperaturen 1–1,5 meter över golvet och minst en meter från dörrar och fönster. Om det visar sig att temperaturen är någon grad för hög eller för låg, kan du kontrollera att termostaten är rätt inställd. Upprepa kontrollen några dagar senare.

Är temperaturen fortfarande för låg eller för hög efter andra kontrollen ska du kontakta felanmälan så kommer vi ut och åtgärdar.



Låt helst inte gardinerna täcka termostaten.

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

Om du absolut vill placera en möbel vid elementet måste det vara minst 15–20 cm från elementet.



# Tips att tänka på!

## Reglera termostaten

Det kan hända att det blir stopp i reglaget i termostaten. Då blir elementet 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 tills det tar stopp.

Elementet ska då bli varmt inom 15–20 minuter under förutsättning att rumstemperaturen är mindre än 21 °C.

## Täck inte elementet

För att luften ska cirkulera fritt i rummet och termostaten ska kunna känna av luften i din bostad är det viktigt att inte ställa något framför elementet. Vill du absolut ställa en möbel vid elementet se till att det är minst 15–20 cm till elementet. Se även till att gardinerna helst inte täcker termostaten.

## När du vädrar

Det är bättre att skapa ett bra korsdrag under några minuter för att till exempel vädra ut matos, än att ha ett fönster öppet hela tiden. Att alltid ha öppet slösar på värmen och ger inte bättre luft.

## Felanmälan

Är temperaturen fortfarande för låg eller för hög efter andra kontrollen ska du kontakta felanmälan så kommer vi ut och åtgärdar.

På **Mina sidor** kan du enkelt anmäla icke-akuta fel i din bostad och/eller fastighet. Där kan du också följa ditt ärende. Det går även bra att anmäla fel till **044-780 68 00**. Akuta fel ska alltid ringas in.



*This text contains important information. If you can't understand the content, contact ABK at 044-780 32 00.*

