

Riktvärde för värmen i lägenheter är +21 till +22 grader, vår tillförda värme bör ge ungefär den temperaturen. Värmen bör inte vara lägre än +20 grader, och den får inte vara så låg som +18 grader.

Men värmen i den enskilda lägenheten påverkas också bl a av följande:

- Om en gardin hänger över termostaten på elementet, då "tror" termostaten att det är varmare än det egentligen är i rummet. Så ta bort gardiner, möbler och annat som finns så nära termostaten att den kan påverkas.
- Ventilationen i våra lägenheter suger ut ca **25-30 liter luft per sekund** (i en 75 kvm bostadsyta). Den luftmängden måste således komma tillbaka in i lägenheten; det handlar om inkomster och utgifter. Fönsterventilerna måste därför hållas öppna. Om de inte hålls öppna då sugas luft in i de otätheter som alltid finns i en byggnad, fönsterkarmar, dörrar, otäta skarvar mellan de pre-fabricerade element som våra fastigheter är uppbyggda av. Detta upplevs ofta som drag eller annan bristande komfort.

### **Fakta: Så kallt får det vara**

Om lufttemperaturen, mätt med vanlig termometer, är under 20 grader kan miljöförvaltningen genomföra en utförlig mätning av den "operativa temperaturen", där man även väger in strålningstemperatur. Då gäller dessa riktvärden/rekommendationer:

16 grader: Lägsta tillåtna golvtemperatur.

18 grader: Lägsta tillåtna lufttemperatur.

20 grader: Lägsta temperatur för känsliga grupper.

20-23 grader: Rekommenderad temperatur.

22-24 grader: Rekommenderade temperatur för känsliga grupper.

Källa: Folkhälsomyndighetens allmänna råd.