

## **Reparationer, underhåll, ventilation och värme mm.**

### **Vitvaror (spis, frys, etc.)**

Byts ut vid behov. En bedömning sker från fall till fall: reparationskostnad ställs mot kostnaden för nyanskaffning.

### **Trägolv i furu eller parkett**

Slipning sker vid behov. Vid inflyttningsbesiktning görs en bedömning av slitaget. Du kan även kontakta kundservice så görs en bedömning av besiktningsman och eventuellt beslut om slipning och lackning.

### **Övriga golv**

Byte sker vid behov. Vid inflyttningsbesiktningen görs en bedömning av slitaget. Du kan även kontakta kundservice så görs en bedömning av besiktningsman och eventuellt beslut om byte.

### **Dags för nya tapeter?**

Om du ska få målat eller tapetsera i din lägenhet får du välja tapeter och färg, vi har en standardkollektion på kontoret som man får välja ur. Vill du måla och tapetsera själv? Det går bra, bara det blir fackmannamässigt utfört och inte är extrema färger och tapetval. Kontakta kundservice för rådgivning.



### **Besiktningar**

Den lägenhet du flyttar in i övertar du i befintligt skick- såvida inte annat avtalas. När du kvitterar ut nycklar till din nya lägenhet får du även en kopia på besiktningsprotokollet. Eventuella skador och onormalt slitage finns noterat på besiktningsprotokollet, besiktning utförs och bedöms utifrån en skala på 1-5. 4:or och 5:or i besiktningsprotokollet kommer att åtgärdas. Tyvärr har vi inte möjlighet att reparera/måla/tapetsera direkt vid inflyttning. Självklart lagar vi väsentliga fel direkt (t.ex. trasig spis), men övriga åtgärder görs så fort våra underleverantörer har tid. Vi ber dig att noga kontrollera om det finns några fel/skador, som inte finns noterade i besiktningsprotokollet. Om du upptäcker fel i lägenheten, som inte finns noterade på besiktningsprotokollet, måste du anmäla dem till Nykvarnsbostäder, senast inom åtta dagar efter din tillträdesdag. Du riskera annars att bli ersättningsskyldig för någon skada, som den avflyttade hyresgästen är skyldig till, den dagen du flyttar. Det är alltså angeläget att också du själv noga granskar den nya lägenheten, som du övertar ansvaret för. Ibland gör Nykvarnsbostäder besiktningar i lägenheterna för att t.ex. kontrollera ventilationen, vattenkranar etc. Du får alltid ett meddelande från oss om sådana besiktningar ska ske.

### **Extrautrustning i lägenheten**

Nykvarnsbostäder ansvarar bara för utrustning som tillhör Nykvarnsbostäder. Om du monterar extra utrustning eller förändrar i lägenheten – och senare säger upp lägenheten för att flytta – är du skyldig att återställa lägenheten i ursprungligt skick. Det betyder att du inte

utan godkännande av den inflyttande hyresgästen får lämna kvar annan privat utrustning än fungerande persienner, extra telefonjack och liknande. Kontakta Nykvarnsbostäder om du är osäker.

## Vad innebär ”fackmannamässigt utfört arbete”

Här är några av de viktigaste punkterna att tänka på, men listan gör inte anspråk på att vara komplett.

- Takmålning ska inte vara flammig eller randig
- Glansvärdet för tak i rum och hall är 2 och för tak i kök och badrum 20.
- Snickerifärg har glansvärde 80
- Sprutlackering har glansvärde 30
- Luckor målas på bägge sidor. Luckor och de flesta dörrblad sprutlackeras.
- Snickerimålning ska täcka väl, samt vara fri från rinning och främmande föremål (damm, sand, hårstrån)
- Beslag, strömbrytare, eluttag och dygigt demonteras innan målning/tapetsering
- Tapetsering utförs utan dubbelskarv (dvs. gamla skarvar får inte synas).
- I vägghörn utförs skarvning, vägghörn får inte vara rundade
- Löst sittande tapeter tas bort innan tapetsering
- Tapetskarvning mot sockel och takvinkel ska utföras rakt och jämt
- Mönsterpassning ska utföra enligt tillverkarens anvisningar



## Vitvaror

Installationer av disk- och tvättmaskiner, torkskåp och andra hushållsmaskiner måste göras av fackman. Alla fasta elinstallationer ska utföras av behörig elektriker. Saknas förberedd anslutning för el, måste du själv kontakta och bekosta en elektriker. Anslutning av diskmaskin till vatten och avlopp ska också utföras av fackman. Intyg på behörighet ska uppvisas till Nykvarnsbostäder innan installation. Vattenskador kan vara påfrestande och mycket kostsamma. Nykvarnsbostäder kräver att du använder ett särskilt plastunderlägg som maskinen ställs ner i. Arrangemanget gör det möjligt att snabbt upptäcka en vattenläcka.

## Kyl och frys

Kyl och frys måste vara anslutna till jordade eluttag. De som ingår i lägenhetens grundutrustning är alltid jordade. Om du köper extra frys till din lägenhet är det ditt ansvar att se till att den blir installerad på rätt sätt och har en droppbricka. Kylskåp ska ha en temperatur på +4 - +8 grader för att matvarorna ska hålla. Temperaturen mäter du genom att ställa in ett glas vatten mitt bland matvarorna ett par timmar och sedan maten temperaturen i vattnet. Frysaren bör hålla 18 – 20 minusgrader, men vid infrysning bör temperaturen sänkas till -25 grader under max 24 timmar. Du bör heller inte frysa in för mycket på en och samma gång. Då höjs temperaturen i skåpet. Frostas av frysaren regelbundet. Då blir temperaturen jämnare och livslängden ökar. Tjocka islager ökar energiförbrukningen. Försök dock aldrig hacka loss isen, då kan skåpet skadas. När du frostas av din frys måste du vara aktiv och se till att skydda omgivande skåpinredning och golv från de ganska stora vattenvolymer som bildas när isen

smälter. Blir det skador på skåpinredning eller golv kan du bli ersättningsskyldig. Moderna kylskåp är i regel självavfrostande. Principen är att vattnet leds till en skål ovanför kompressorn. Där dunstar vattnet av den värmen som uppstår. Ibland kan det bli vatten på hyllor och i botten av skåpet. Då kan det vara den lilla tratten till kondensvattnet som blivit igensatt. Peta försiktigt upp hålet med en tandpetare eller potatisnål. Ställ inte varor direkt mot den kalla köldplattan i bakväggen i kylskåpet, då kan de frysa fast eller frysa.

Ventilationsgallret är lösttagbart. Den tas bort vid rengöring.

## Spis

Om plötsligt en del eller delar, av din spis upphör att fungera: kontrollera säkringarna innan du ringer efter hjälp. En spis har ofta fler än en säkring. Alla ingrepp i en spis ska utföras av en fackman. Är det någonting som inte fungerar hör du av dig till felanmälan. Har felet uppkommit på grund av vårdslöshet så debiterar vi våra reparationskostnader. I dag byter vi inte spisar, eller andra vitvaror, efter årsintervaller. Vi gör i stället en bedömning där vi tittar på hur gammal spisen är, övrigt skick, reparationskostnader, etc. Utifrån det beslutar vi vilken åtgärd som ska ske. En spis håller normalt i 20-25 år.

## Lampor i vitvaror

Lampor i vitvaror byter du själv. Ugnslampan har en E14-sockel, märkt 230-240 V, 25 W och 300\*. I kylen är det ofta samma typ av lampa. Använd alltid samma typ av lampa som redan sitter i. De säljs i de flesta dagligvaruaffärer.

## Diskmaskin

I hus byggda, eller moderniserade, efter mitten av 70-talet brukar det finnas utrymme och förberedda anslutningar för diskmaskiner i köket. Diskmaskinen ska alltid anslutas av fackman.

Om du redan har en diskmaskin installerad så bör du tänka på följande:

- \* Diskmaskinen ska alltid vara ansluten till ett jordat uttag.
- \* Den måste stå placerad i en dropplåda.
- \* Det måste finnas ett avstängningsvred på din disklådsblandare. Det ska du stänga av när maskinen inte används.
- \* Maskinen ska vara ansluten till kallvattnet. Vattenskadorna blir så mycket mer omfattande när det är varmvatten som rinner ut i din lägenhet.

Vi ser gärna att det finns en slangbottenventil monterad. Du ska vara hemma när du diskar. Skulle något hända med maskinen hinner du ingripa. Diskmaskinens avloppslang ska alltid anslutas över vattenlåset. Säkra alltid med en slangklämma så att slangen inte hoppar av. Bänkdiskmaskiner har inget överfyllnadsskydd, och får därför bara placeras på diskbänken, inte i ett köksskåp el. dyl. De måste anslutas till blandare, men dock aldrig direkt på pipen då det kan leda till s.k. överströmning. Den dagen du flyttar är det mycket viktigt att du ser till att både till- och avloppet pluggas igen så att inga vattenskadorna kan uppstå. Även bänkdiskmaskin återmonteras vid avflyttning.

## Torkskåp och tumlare

Installation av torkskåp/torktumlare är beroende av vilket ventilationssystem ditt hus har. Du måste därför kontakta Nykvarnsbostäder och få tillstånd för installation.

## Tvättmaskin

Förberedda anslutningar för el, vatten och avlopp brukar finnas i badrummet i nyare lägenheter. Saknas sådana ska du kontakta oss innan du tar dit en egen installatör. Elanslutning för tvättmaskin i bad- eller tvättrum måste alltid vara fast eller förberedd med jordfelsbrytare. Installationen måste utföras av behörig elektriker. Du får aldrig ansluta en maskin i ett våtutrymme med en skarvsladd från annat rum. Det medför livsfara. Tänk på att maskinen alltid ska anslutas till kallvattenledningen. Om anslutning till avloppet är förberett så brukar det finnas ett rör som mynnar i ner i golvbrunnen. När maskinen installeras, sticks avloppsslangen ner i röret. Det går även att ansluta avloppsslangen direkt till handfatets avlopp. Då ska slangen anslutas ovanför handfatets vattenlås. Avloppsvattnet får inte tömmas i badkar, handfat eller toalett, det innebär risk för skador på emalj och porslin. Avloppsslangen ska alltid föras upp över tvättmaskinens vattennivå. Vattnet kan då inte rinna ur maskinen innan tömning. En tvättmaskin får endast installeras i ett utrymme med golvbrunn. Eftersom den saknar ett överflynnadsskydd så får den aldrig placeras i kök eller annat boningsutrymme.

## Vatten och avlopp

Vattenläckage i din lägenhet innebär stora påfrestningar eftersom den typen av skador tar lång tid att åtgärda. Var därför extra försiktig. Om vattenkranen börjar droppa eller toaletten att rinna ska du anmäla det direkt till oss. Då sparar vi både på vatten och värmekostnader. Dessutom orsakar en droppande kran med tiden bruna ränder i handfat och badkar. Det blir järnoxidbeläggning som missfärgar emaljen.



## Avlopp

Avloppsrören från diskbänk och tvättställ blir snabbt feta. Matrester och annat avfall fastnar lätt i avloppet. Bästa sättet att undvika stopp i avloppet är att kasta kaffesump, teblad och liknandedirekt i soporna eller eventuellt komposten, samt att undvika att hälla ner ris eller stora mängder av matlagingsolja. Avloppet rensar du enklast genom att då och då peta bort hår och annat från bottenventilerna i badkaret, disklådan och tvättstället. En vaskrensare är till god hjälp vid mindre stopp. Om vattnet börjar rinna långsamt, så försök få loss det som täpper till ventilen och avloppsröret. Går inte det måste du ringa felanmälan. Stopp i avloppet är allvarigt och måste genast åtgärdas. Du får inte på några villkor använda propplösare som består av t ex kaustiksoda eller andra kemiska medel. Dels är de farliga för miljön och dels kan de ge ordentliga frätskador på hud och ögon hos den som rensar avloppet.

## Vattenlås

På avloppsröret under diskbänk och tvättställ finns en vattenfylld krök eller bottenkopp. Det är ett vattenlås, som är till för att hindra dålig lukt att tränga upp från avloppet. Det finns många olika typer av vattenlås. De flesta tillverkas av plast. Om inte avloppet



används under längre tid dunstar vattnet, om det är varmt räcker det med några dagar. Vattennivån sjunker och lukt kan tränga upp ur avloppet. Att vattennivån sjunkit syns tydligt i toalettstolen. Be blomvakten att spola toaletten och fylla vatten i övriga avlopp lite då och då under din frånvaro.

## **Tvättställ och badkar**

Det finns några olika varianter av vattenlås, men de flesta är antingen försedda med renslock, en s-böj eller bottenkopp. Ställ en hink under vattenlåset innan du öppnar det så att vatten och smuts inte rinner ut på golvet. Bottenkoppen skruvar du enkelt av för hand. Om det saknas renslock eller pluggar måste hela vattenlåset skruvas bort när det rensas. Skrapa koppen ren från avloppsrester, och spola ur den med vatten. Ofta kan man plocka bort de hårstrån som sitter i silen genom att lyfta upp ventilproppen och ta dem därifrån. Om tvättställets bottenventil ska rensas underifrån så måste du ta bort vattenlåset. Placera en hink under och peta loss det som fastnat. Spola sedan igenom med hett vatten. En begagnad tandborste är ett oslagbart hjälpmedel. För att komma åt badkarets bottenventil måste du lyfta av badkarsfronten. Lyft bort silen till golvbrunnen och ta loss avloppsröret. Spola rent avloppsröret.

## **Blandare/vattenkran**

Börjar blandaren pipa eller tjuta, eller om vattenstrålen verkar svag, så har det kanske samlats skräp i strålsamlaren. Den sitter ytterst på pipen för att göra vattenstrålen jämn. Strålsamlaren lossar du med en rörtång eller polygrip. Lägg gärna en bit trasa mellan så att du inte repar kromet. Spola ur den ”baklänges” med vatten och skaka ur avlagringarna. Sedan är det bara att skruva tillbaka på plats igen. Har du en engreppsblandare kan strålen även minska när den keramiska packningen blir igenkalkad och trög. Då ringer du felanmälan. Nykvarnsbostäder servar bara dom blandare som tillhör lägenhetens grundutrustning. Byter du blandare själv så får du också själv stå för all framtida service, kontakta fastighetsskötare.

## **Vattentemperatur**

Temperaturen på varmvattnet kan variera beroende på hur mycket vatten som förbrukas. Är du uppe tidigt på morgonen och duschar tar det längre tid för varmvattnet att nå fram än det gör på kvällen när alla i huset diskar, duschar och badar. Normalt ska varmvattnet hålla en temperatur på +45 grader. Temperaturen på vattnet ska inte överstiga +65 grader. Vid högre temperatur är det risk att man bränner sig.

## **Golvbrunnen**

Golvbrunnen i ett bad- och duschrum är försett med vattenlås. För att förhindra översvämning och dålig lukt måste vattenlåset rensas regelbundet. Rensa golvbrunnen gör du själv! Lyft av gallret/silen som täcker golvbrunnen. Är gallret av gjutjärn hålls det på plats av sin egen tyngd och är lätt att lyfta av. Om det är ett plastgaller lossar du det enkelt genom att lyfta upp det med en skruvmejsel. Ibland kan gallret vara monterat med ett par skruvar. Torka och borsta sedan bort hårrester och annat som fastnat i brunnen. I många brunnstyper går det att lyfta upp vattenlåstungan/-koppen för rengöring. Om det fastnat någonting inne i avloppsröret kan du försiktigt peta bort det med en rensspiral eller ståltråd. Sätt tillbaka vattenlåstungan/-koppen noggrant. Borsta ren brunnen och spola sedan ur med handduschen. Sätt fast gallret igen. Se till att det finns tillräckligt med vatten i golvbrunnen. Vissa golvbrunnar har en insats av

rostfritt eller plast. Lyft upp. Diska ur med diskborste. Sätt tillbaka rakt. Hamnar insatsen snett pyser det dålig lukt från avloppet.

## Rensa toalettstolen

Sjunker det långsamt i toalettstolen? Prova då att hälla en hink med vatten i toalettstolen. Fungerar inte detta, eller om det rinner trögt även på andra ställen i bad och kök, så ringer du felanmälan. Du ska inte spola ner någonting annat än vanligt toalettpapper och det du själv åstadkommer. Kasta inte blöjor, sanitetsbindor, trosskydd, topz, bomull eller hushållspapper i toaletten. Hushållspapper kan svälla upp och orsaka stopp i avloppet. Det är heller inte tillåtet att kasta kattsand i toaletten. Kattsanden slipar bort glasyren och kan orsaka stopp.



## Fukt och mögel.

Var vaksam mot fukt och mögel. Meddela oss om bad- eller duschrummet verkar onormalt fuktigt och börjar lukta illa. Likaså om det ser ut som golv och väggar inte håller tätt eller blivit missfärgade. Fukten i rumsluften bildas när vi badar, duschar, diskar och tvättar. Vi människor avger också själva en hel del fukt till rumsluften. För att det inte ska bli fuktigt behövs bra ventilation. Goda råd mot fukt och mögel i badrum: Vädra ut fukten ut badrummet. Öppna ventilationen för fullt när du badar, duschar eller när du hänger tvätt. Låt den stå öppen en stund efteråt. Låt badrumsdörren stå på glänt när badrummet inte används. Gör rent under badkaret och håll väggarna rena. Sitter det tvålrester kvar bildas det grogrund för alger och till slut även mögel. Duscha snabbt! Vid mer än fyra minuters duschning bildas normalt kondens på väggar, vilket kan orsaka fuktskador. Torka golven efter bad och dusch. Kontrollera och rengör ventilerna regelbundet.

## Självdraagsventilation

Självdrag är den äldsta av alla ventilationsformer. Redan i våra anfäders grottor drog den uppvärmda bostadsluften ut genom sprickor och håligheter i grottans tak. Genom det undertryck som då uppstod inne i grottan, sögs frisk luft in genom ingången och ersatte den skämnda koloxidhaltiga inneluften. Detta system fungerar genom en så kallad skorstensverkan. Utomhusluften kommer in i bostaden genom vädringsluckor, springventiler och otätheter i huset. Luften värms upp, stiger uppåt, och genom drag försvinner den ut genom frånluftsventiler i kök och badrum och klädkammare. På sommaren, när det är lika varmt ute som inne, fungerar denna typ av ventilation mindre bra.

## Frånluftsventilation

Frånluftsventilation är den vanligaste typen av fläktventilation. Den fungerar genom att en fläkt suger ut den förbrukade luften från bostaden via ventiler i kök, badrum och klädkammare. Utomhusluften (tilluften) kommer in i bostaden genom vädringsluckor, springventiler och otätheter i huset.

## Från- och tilluftsventilation

Från- och tilluftsventilation innebär att så väl från och tilluft drivs med hjälp av fläktar. I bostaden används ofta denna ventilation tillsammans med värmeåtervinning. Tilluften som kommer in i lägenheten filtreras och värms upp till rätt temperatur innan den förs in i lägenheten. Luften kommer in genom tilluftskanaler, som är placerade bakom värmeelementen eller nära innervägg. Frånluftsventiler finns företrädesvis i kök, badrum och klädkammare.

## Ventiler

Det finns olika typer av ventiler. I köket och badrummet finns ventiler som inte kan stängas helt. Reglerbar ventil i badrum bör alltid öppnas fullt vid dusch, bad, när torkskåp/torktumlare är igång, när du hänger tvätt eller när det av andra orsaker blivit fuktigt i rummet. En del ventiler har automatisk återgång efter en viss tid. Vidare finns det ventiler som är inställda av montör. Dessa bör du inte ändra eller täcka över. Genom tilluftsventilerna kommer frisk luft in i lägenheten. Vanliga typer är tallriksventiler, vädringslyckor och springventiler. Tilluftsventiler är placerade uppe vid taket eller bakom radiatorer, är fast inställda och får inte ändras. Då råkar ventilationssystemet i obalans. Springventiler är ofta placerade över eller under fönstret. Fönstret kan också vara försett med en vädringslucka.

## Funktionskontroll

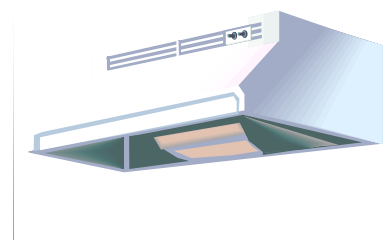
Så här kontrollerar du att frånluftsventilationen fungerar: Håll en bit tunt papper, t.ex. toalettpapper, över frånluftsventilen. Om pappret sitter kvar av kraften från utsuget fungerar ventilationen bra. Om pappret inte sitter kvar och ventilerna är öppna och rena så kan du prova att öppna ett fönster. Suger pappret då fast är lägenheten för tät.

## Rengöring av ventiler

Ventiler måste tas ner och tvättas emellanåt. De som har bajonettfattning tar du loss genom att vrida motsols och sedan dra rakt ut. De som har fjäderfattning drar du rakt ut. Gamla ventiler kan vara svåra att lossa. Ett sätt att rengöra dem är att försöka peta fram dammet med en krokad ståltråd. Därefter dammsugs och torkas ventilen. Ta för vana att rengöra samtliga ventiler två gånger om året. Använd ljummet vatten och mildt rengöringsmedel. Kommer du åt, rengör också den yttersta biten av kanalen med t.ex. dammsugaren. Ventilationskanalen från köket kallas inkanal. Den rengörs regelbundet.

## Så här vädrar du

Det effektivaste sättet att avlägsna fukt och förorenad luft är att vädra. Efter ett korsdrag på fem minuter är din lägenhet ordentligt vädrad. Öppna inte köksfönstret när du ska vädra ut matos vid matlagning. Luften bildar då ett övertryck i köket och driver ut matoset i resten av lägenheten. Öppna i stället ett fönster i ett angränsande rum och ha dörren till köket stängd. Luften sugas då in i köket genom springan under dörren. På detta sätt hindras matoset från att tränga in i andra rum.



## **Volymkåpa**

Några av våra hus har en volymkåpa över spisen. Typ av kåpa beror på vilket ventilationssystem huset i övrigt har. Om fettfiltret ska fungera måste det göras rent minst en gång i månaden. Ett smutsigt filter utgör dessutom en brandfara. Fettfiltret diskas du med vanligt diskmedel och hett vatten. Är det mycket smutsigt kan det ligga i blöt ett par timmar. Många fettfilter går att diska i diskmaskinen.

## **Imma/kondens**

Bildas ofta kondens på fönster är ventilationen sannolikt otillräcklig. Sträng kyla kan också orsaka imma på fönster utan att det är något fel på ventilationen. Likaså om tätningslisterna/dammlisterna mellan innerbågarna är för täta kan kondens bildas vid viss väderlek. Det är viktigt att varmluften från radiatorn kan svepa förbi innerrutan. Undvik att placera sådant som kan störa eller förhindra luftcirkulationen vid fönstret.

## **OVK, Obligatorisk ventilationskontroll**

Alla fastighetsägare är skyldiga att regelbundet utföra kontroll av ventilationen. OVK står för Obligatorisk ventilationskontroll, och är sedan ett antal år ett statligt regelverk för att ge oss bättre bostäder. Regelbundet kontrolleras ventilationen i din bostad av fackmän. Hur ofta beror på vilket ventilationssystem fastigheten har. Donen kontrolleras och luftflödet mäts. Finns det mekanisk ventilation kontrolleras att den fungerar. Hittas någonting att anmärka på så återvänder vi senare för åtgärd. I ditt trapphus, eller i närheten sitter ett intyg som talar om när kontrollen är utförd och att fastigheten är godkänd. Det är viktigt att luftventilerna inte är helt stängda i bostaden. Då sätts ventilationen ur funktion med risk för fukt och mögelskador. Förutom dålig luft kan det också ge upphov till huvudvärk, allergier och eksem. Är det kallt ute räcker det med att du låter springventilen eller vädringsluckan vara något öppen. Om den är helt stängd sugs luften in genom fönsterkarmar och dörrkarmar i stället. En följd av det kan bli att det bildas mörka fläckar på karmarna. Eller att du får in grannens matos genom trapphuset.

## **Spara energi**

Den största delen av hushållens energiförbrukning går till att värma upp bostaden och varmvattnet. Genom förändrade vardagsrutiner kan förbrukningen hållas nere, samtidigt lär vi oss att hushållning av energi är en del av vardagen. Genom att energispara minskar vi påfrestningarna på miljön och håller nere kostnaderna.

## **Spis**

Här finns stora möjligheter att spara energi. Använd bara kastruller som har en jämn och fin botten. Välj kastrull efter platta, så lika storlek som möjligt, och locket på så kokar det upp snabbare. Du minskar energiförbrukningen med så mycket som 80 procent om du använder lock. Ugnen drar mest. Genom att laga flera rätter efter varandra sparar du många kilowatt. Låter du ugnen stå oanvänd mer än en halvtimme kan den lika bra stängas av. Stäng också av värmen och låt maten bli klar på eftervärmen. Gör du färre portioner än fyra brukar det löna sig att i stället använda mikrovågsugnen. Ska du bara koka upp vatten använd vattenkokare.



## Kyl och frys

Kontrollera att du har rätt temperatur. Varje extra kylgrad ökar energiförbrukningen med ca fem procent. Det räcker med +5 - +8 grader i kylen och -18 grader i frysen för att maten ska hålla sig. Frosta av minst en gång per år, gärna efter sommaren då det ofta är mer frost. Samtidigt kan du passa på att dammsuga kyl och frys på baksidan. Kontrollera också att dörrpackningen är tät och ren så att inte kyla strömmar ut. Se till att maten har svalnat ordentligt innan du ställer in den. Tina fryst mat i kylskåpet och du tar tillvara kylan. Gör korta besök i kyl och frys när du hämtar fram eller ställer in mat. Låt inte skåpsdörren stå öppen i onödan. Tänk på att en full frys drar mindre energi än en halvfull.



## Disk

Diskar du för hand kan du klara samma disk med mindre vattenförbrukning genom att tappa upp vatten för diskning i hon och skölja i balja. Diskar du i maskin diskar du alltid med fylld maskin. I det flesta fall räcker det med att använda +55 graders program. Spola inte av disken i varmt vatten, skrapa av matresterna direkt ner i avfallspåsen. Diskmaskinen ska alltid vara kopplad till kallvattnet, då använder maskinen bara varmvatten till de moment där det är befogat. Välj gärna ett program som hoppar över torkprogrammet och låt disken i stället lufttorka med öppen lucka. Handdiska bara sådant som inte klarar maskindisk.

## Tvättmaskin

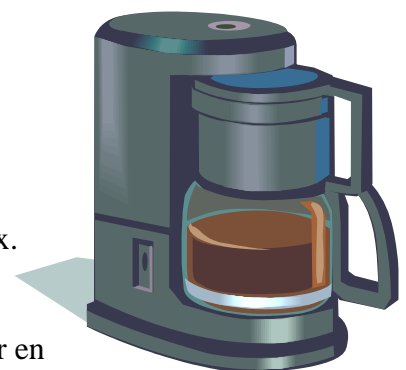
Tvätta vid lägsta möjliga temperatur. Moderna tvättmedel klarar att lösa smutsen vid lägre temperaturer än förr. Fyll tumlaren ordentligt, energiåtgången är densamma som om du tvättar ett par plagg. Centrifugera ordentligt på höga varvtal. Har du plagg som inte ska centrifugeras tar du ut dem ur maskinen när den tvättat klart och stoppar tillbaka de andra plaggen och ger dem en extra centrifugering. Du spar både el och vatten genom att fylla tvättmaskinen ordentligt.

## Torktumlare

Till skillnad från tvättmaskin ska en torktumlare inte fyllas helt. För mycket kläder i tummaren förlänger torktiden och kläderna blir skrynkligare.

## Elektriska apparater

På alla elektriska apparater finns en etikett som visar dess energiförbrukning. Du kan bli förvånad när du vänder och läser på t.ex. en kaffebryggare hur mycket energi den drar. Brygg kaffet och håll över i termos i stället för att låta bryggaren hålla kaffet varmt. Det finns många saker som vi helt enkelt glömmer att tänka på när vi jagar en energislukare. Ett exempel är datorn: stäng alltid av din dator och skärm när du går hemifrån. Det är skärmen som drar mest energi. Installera energisparfunktion för bildskärmen. Eller stäng av skärmen när du går ifrån, även om det bara är för en kortare stund. Så fort en



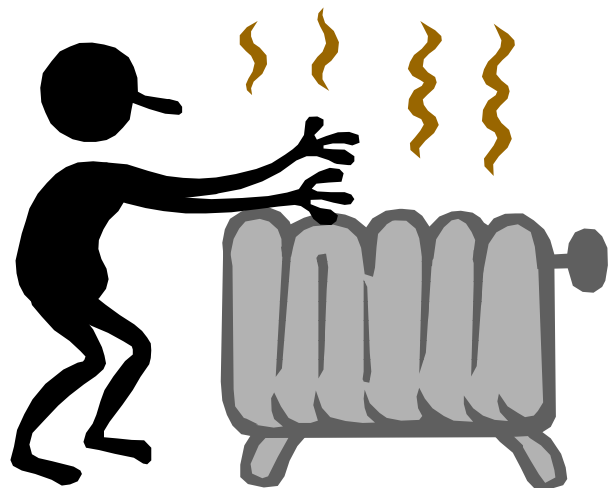
dator är nätansluten drar den el. Ta bort alla laddare för mobiltelefoner, radioapparater, el-verktyg, tandborstar, rakapparater etc., när de inte används. De drar ström så fort de är anslutna till ett vägguttag. Dessutom minskar brandrisken om apparater och laddare dras ur när de inte är i bruk. Det finns också en hel del dolda energiförbrukare i ett hem, t.ex. apparater med stand-by funktion. Stäng av TV, videon, DVD-spelaren och digitalboxen på strömbrytaren och inte med fjärrkontrollen. När du köper något nytt till hemmet kan du passa på att fråga även om stand-by-förbrukningen.

## Vatten

I genomsnitt förbrukar varje person 200 liter vatten per dygn. Vattenkostnaderna för en normal trerummare är ca 1800 kronor per år. Räknar vi även in energiåtgången för uppvärmning av varmvatten stiger kostnaderna till mer än det dubbla. Den kostnad bakas in i din hyra. Vi kan tillsammans påverka hyran genom att minska vattenkostnaderna om vi ändrar vårt beteende och blir sparsammare med vattnet. Några enkla saker som du själv kan tänka på är t.ex. att duscha i stället för att bada. En dusch drar mindre vatten än ett bad, om du duschar kortare än sju- åtta minuter. Fem minuter i dusch i stället för bad sparar ca 1000kWh per år ca 1000 kronor. En läckande toalettstol kan ge följder och kosta upp till 16000 om året! Ring felanmälan om det står och porlar i badrummet. Märker du att en kran står och droppar ringer du felanmälan. En droppande kran kan dra lika mycket vatten som en dusch på en dag. Det kan kosta 600 kronor om året. Stäng av vattnet när du tvålur in dig eller när du borstar tänderna.

## Värme

Vi människor fungerar på olika sätt. Vad som är normal temperatur för en kan vara för varmt eller kallt för en annan. En dagstemperatur på ca 20 grader och ett par grader kallare nattetid upplever de flesta som behagligt. Täck inte för radiatorerna med möbler eller gardiner. Ge värmen en chans att cirkulera i rummet.



## Vattenburen värme

Vattentemperaturen till radiatorerna styrs från fastighetens eller områdets värmeanläggning. Förr slog man av värmen centralt ett visst datum och lät almanackan styra även höstens påslaging. Nu är värmen alltid på, och det sitter en termostat som känner av uttemperaturen. Den styr hur mycket värme som ska lämna värmeanläggningen ut till lägenheternas radiatorer. Alla vattenradiatorer är dessutom försedda med ett reglage så att man kan ställa in temperaturen i bostaden. Har du en termostat monterad så regleras värmen i rummet automatiskt. Den brukar vara inställd på ca + 20 grader. Är rumstemperaturen högre slår termostaten av och radiatoren blir kall. Du kan alltså inte få högre temperatur än de +20 grader vi tilldelar dig dagtid, du kan bara välja en lägre temperatur med hjälp av ditt termostatvred. Var observant på läckage från radiatoren, och främst då vid ventilen.

## Cirkulation runt om

För att få en jämnare temperatur måste luften kunna cirkulera runt termostadvredet. Tjocka gardiner etc. Gör att termostaten uppfattar rumstemperaturen högre än den egentligen är. Luften måste också kunna cirkulera runt radiatorn för att värmen ska kunna sprida sig i rummet. Varmluft stiger som bekant uppåt. Radiatorn sitter oftast under ett fönster. Radiatorns uppvärmda luft drar då med sig ”kallrasen” från fönsterrutan uppåt, och luften börjar automatiskt cirkulera och sprida sig i rummet – om det inte står möbler i vägen.

## Kolla radiatorer

Normalt känns radiatorer varmare upptill än nertill. De kan t o m vara ljumna upptill och kalla nertill. Blir inte radiatorerna varma kan det bero på att smuts i vattnet kan ha förorsakat stopp i termostatventilen. Prova med att öppna och stänga ventilen ett par gånger så kan problemet försvinna. Lampor, solsken, hushållsmaskiner och människor ger värmestillskott som vi tar vara på. Därför har vi monterat termostatventiler på radiatorerna. Radiatorerna kan kännas helt kalla om värmestillskottet är stort.

Med nerfällna persienner nattetid sparar du på värmen. Fönstret blir nästan lika effektivt som ett nytt s.k. energifönster. På dagen ska du dra upp persiennerna för att ta tillvara solsvärmen. Vädra snabbt med tvärdrag. Har du ett fönster eller balkongdörr på glänt en längre tid så kyls rummet och dess inredning ner. Om du ska åka bort, drar du ner radiatorerna och sparar på så sätt lite värmekostnader. Dessutom tycker dina krukväxter att livet känns bättre så. Stäng entréporten bakom dig när du går in och ut ur ditt trapphus, i synnerhet under den kalla årstiden. Värmen väller ut ur huset och radiatorerna i trapphuset riskerar att frysa sönder.

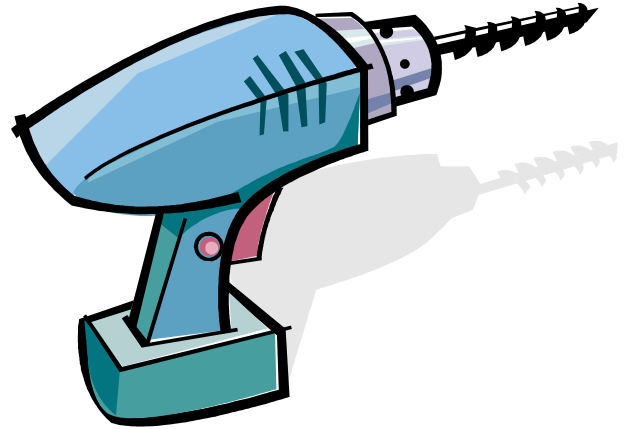


## Uppåt väggarna

Det är ju inte bara lösa möbler och mattor i bohaget. Vissa saker berör ju också väggarna. Hyllor ska hängas på väggarna och tavlor ska upp. Vägglampor, prydnadsaker ska hängas snyggt, och större möbler ska förankras. Plötsligt ska det borra en hel del hål i hemmets väggar. Det gäller att det blir rätt: sakerna ska ju inte trilla ner och hålen ska faktiskt vara diskreta som möjligt. Rätt bormaskiner, hammare och anpassade fästdon, helhetslösningen. Ibland kan det vara krångligt att sätta upp krokar. Det gäller att ta reda på vilket material du har i ditt hem. Blir du osäker så kan du fråga fackhandeln eller fastighetsskötarna. Var försiktig så att det inte blir hål i elledningarna. Undvik därför göra hål rakt under eller över, elcentral, strömbrytare och vägguttag. Det kan vara svårt att veta var kablarna går, även med ritning i handen kan det gå fel. Så ta det varsamt. Många hål per vägg eller illa borrade hål kan räknas som överslitage när du flyttar. Försök därför tänka igenom innan du börjar borra. En taklampa som ska flyttas kanske klarar sig utan extra krok om du köper en vridbar takarm som anslutits direkt till takkontakten.

## Håltagging

Hål i betong eller tegelvägg gör du enklast med en slagborrmaskin. Till riktigt hårda betongväggar behövs en borrhammare. Det är viktigt att använda en bra maskin som gör snyggt och rent hål och inte smular sönder väggen omkring. Många järnaffärer inte bara säljer, utan hyr ut slagborrmaskiner. Se till att ha borrstål som passar till det material du ska ta hål i. Det underlättar arbetet. I betongväggar borrar du några millimeter djupare än skruvens längd. Hål i väggar av betong, tegel, gipsskivor och ibland spånskivor, måste pluggas innan föremålet skruvas fast. På många pluggfabrikat har tillverkarna en lathund till vilken skruv på asken där det framkommer vilken plugg som passar till vilken skruv och vilket borrstål som ska användas. Till gipsskivor använder du särskilda gipsskruvar, expanderskruvar med gummiplugg eller gipsankare. Trä och spånskivor ger bra fäste för både spik och skruv. För att ta hål i väggen behöver du en pryl så att du får ett litet hål som fäste för skruven. Lättare föremål kan sättas upp utan problem. Ska du fästa tyngre saker på en spånskiva kan du behöva specialsruvar av samma typ som behövs för gipsskivor. I lättbetong- och tegelväggar används expanderskruv.



## Kakelplattor i kök eller badrum

Borra inte i kakelplattor! Kakelplattor går lätt sönder. Använd sugproppar, självhäftande krokar och andra lösningar som inte har sönder kaklet. Det är inte tillåtet att borra hål i badrum.