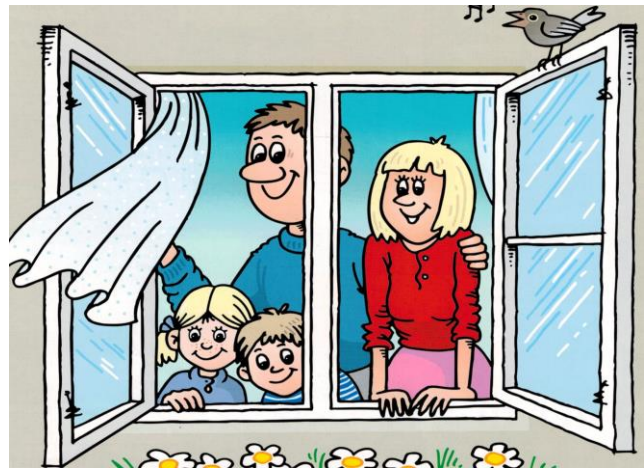


Godt indeklima i kolde tider

Det er blevet koldere i vejret, og vi opholder os mere indendørs. Derfor skal du sørge for, at du har et godt og sundt indeklima. På den måde undgår du husstøvmider, skimmelsvamp, fugtskader og andre ubehageligheder.

Hold luftfugtigheden nede. Luft kraftigt ud med gennemtræk nogle gange om dagen. Jo mere du er hjemme, jo oftere skal du lufte ud. Det er ikke kun godt for indeklimaet at lufte ud, også for varme-regningen er det bedst at lufte kraftigt ud i kort tid i stedet for at lade et vindue stå på klem hele tiden.

Ved at lufte ud nedsætter du luftfugtigheden, og så nedsætter du også risikoen for, at der udvikles husstøvmider og skimmelsvamp. Sørg også for at tørre tøj udendørs, bruge emhætten og grydelåg, når du laver mad og sørg for at udluftningsventilerne er åbne. Det hjælper alt sammen til at holde luftfugtigheden nede.



Undgå unødige kemi. Selvom det er mørkt udenfor og stearinlys giver hygge, så begræns alligevel mængden. Tændte stearinlys udsender mange små partikler, der kan være sundhedsskadelige. Sørg altid for at vægen er kort, og at lysene ikke soder – sod er nemlig partikler. Duftlys indeholder parfume, der kan være allergifremkaldende. Stearinlys kræver udluftning!

Luft ud på badeværelset. Skrab gulv og vægge af, når du har været i bad, så der ikke bliver ved med at være fugtigt. Sådan kan du i øvrigt også undgå at få mange sølvfisk. De trives bedst i fugtige omgivelser. Støvsug også i sprækker og revner, for sølvfisk lever blandt andet af støv og sæberester, og de foretrækker mørket.



Med venlig hilsen
Agenda Center Albertslund
"For et bæredygtigt Albertslund!"