

# Vinkit hyvään sisäilmaan.



## Poistoilmanvaihto päälle.

Huolehdi siitä, että poistoilmanvaihto on koko ajan päällä. Vedon ehkäisemiseksi moni kääntää venttiilit kiinni, jolloin kodin ilmanvaihto häiriintyy.

## Säädä kodin sisälämpötila 20–22 asteeseen.

Makuuhuoneessa lämpötila voi olla hieman tätäkin alhaisempi. Alhaisempi sisälämpötila on myös energiatehokkaampi.



## Minimoi vedon tunne.

Vedon tunnetta syntyy, kun iho jäähtyy paikallisesti. Vedon tunnetta voidaan vähentää ilmanvaihdon säädöillä ja hallitulla koneellisella ilmanvaihdolla. Vetoisuutta pienentämällä myös huoneen lämpötilaa voidaan laskea, mikä taas laskee lämmitysenergian kulutusta.

## Tarkkaile ilmankosteutta.

Etenkin talvikuukausina ja jos kodisasi on koneellinen ilmanvaihto, on hyvä kevyesti kostuttaa ilmaa. Käytä kuitenkin ilmankostuttimia maltilla, sillä liika kosteus voi kertyä rakenteisiin.



## Tarkista LTO-laitteen kunto.

Energian säästämiseksi useissa taloissa käytetään nykyään lämmöntalteenottojärjestelmää (LTO). Mikäli

LTO-laitteessa on vuotoja, pienhiukkaset kulkeutuvat helposti takaisin huoneilmaan. Laitteen painesuhteiden ja tiivisteiden tarkistaminen on nyt ajankohtaista.

## Varmista, että suodattimet vaihdetaan säännöllisesti.

Puhtaat ja laadukkaat suodattimet pitävät tuloilman raikkaana. Meneillään oleva erityistilanne ei sinällään vaadi suodattimien vaihtoa, pääasia, että suodattimet on vaihdettu säännöllisen rytmin mukaisesti. Suositus suodattimien vaihdolle on kaksi kertaa vuodessa. Taloyhtiöissä ilmanvaihdon suodattimien vaihto kuuluu Kiinteistöliiton vastuunjakotaulukon suositusten mukaan taloyhtiölle.



## Siivoa säännöllisesti.

Imuroi ja pyyhi tasot pölystä ja muusta liasta. Pesuaineilla lika irtaota tehokkaasti, mutta älä käytä aineita liikaa. Vältä aineita, jotka sisältävät ärsyttäviä ainesosia tai voimakkaita tuoksuja.

## Kiinnitä huomiota materiaalivalintoihin.

M1-luokitus takaa turvalliset ja päästöttömät materiaalit, joista haihtuu mahdollisimman vähän mitään yhdisteitä huonetilaan. Huomioi tämä esimerkiksi maalia valittaessa. Luokitus koskee nykyään myös pehmustamattomia kalusteita.



## Tilaa ammattilainen puhdistamaan ilmanvaihtokanavat vähintään 7 vuoden välein.

Samalla ammattilainen tarkastaa koneellisen ilmanvaihdon riittävän tehon ja tekee tarvittaessa muita huoltotöitä. Puhtaat ilmanvaihtokanavat näkyvät sisäilman laadun lisäksi myös pienempänä energian kulutuksena.



# CERVI