

## Tjekliste for optimering af indeklima:

### Optimering af det termiske indeklima, Vinter

- Sørg for at rumtemperaturen er imellem 20-24°C
- Sørg for at der er over 18°C i alle rum

### Optimering af det termiske indeklima, Sommer

- Sørg for der er slukket for gulvvarmeanlægget i badeværelset
- Brug den indvendige solafskærmning, når du ikke er hjemme.
- Udnyt den naturlige ventilation ved udluftning via vinduerne • Skab gennemtræk for at køle rummene ned
- Sluk evt. for ventilationsanlægget.

### Optimering af det atmosfæriske indeklima

- Tændes for emhætten når der laves mad eller koges vand
- Husk at lufte ud. Selvom Combi ventilationsvarmepumpen sikrer ren indeluft er det en god ide at lufte ud, for at undgå fugt og skimmelsvamp
- Suppler med udluftning via vinduerne, hvis du oplever en tung luft
- Sov med døren åben ind til stuen
- Minimer brugen af stearin lys i boligen
- Undgå at tørre tøj i opholdsrummet. Dette kan eventuelt gøres på altanen eller på badeværelset, hvor der er udsugning og vådrumsmembran.

### Optimering af det akustiske indeklima

- Vask filtrene på emhætten så emhætten støjer mindre
- Hæng ting på væggene, som kan være med til at reducere efterklangstiden i rummet
- Anskaf et tæppe, som kan være med til at reducere efterklangstiden i rummet

## Tjekliste til minimering af energi-, varme- og vandforbrug

### Spare råd EL

- Brug energirigtige hårde hvidevarer (Gerne A, B, C, D på den nye skala)
- Sluk lyset efter dig
- Benyt lavenergipære eller LED belysning (ligesom der er opsat i badeværelset)
- Drop standby på dine elektriske apparater
- Brug tørresnor i stedet for tørretumbler
- Hold styr på din temperatur i køleskab og fryseren

- Køleskab 5 grader
- Fryser -18 grader
- Sluk for ovnen 5-10 min før maden er klar
- Sæt vaskemaskine og opvaskemaskine til at køre om natten hvor strømmen er billig

### **Spare råd varme**

- I boligen er der installeret en kombineret ventilations- og brugsvandsvarmepumpe, som du selv kan indstille på det runde panel i teknikrummet. Her kan du blandt andet styre ventilationshastigheden og rumtemperaturen. Husk at indstille systemer, så det passer til dine behov og til årstidernes skiftet.
- Sluk ikke for gulvvarmeanlægget, når du ikke er hjemme over korte perioder. (1-2 dage)
- Dæk aldrig radiatorer eller termostater med gardiner, møbler eller lignende og brug aldrig din radiator til at tørretøj
- Hold temperaturen på minimum 18 grader, når du er hjemme
- Kan rumtemperaturen i boligen sænkes, hvorved du forsat vil føle dig komfortabel?

### **Spare råd vand**

- Brug det lille skyl på toilettet når du har tisset
- Under opvask og madlavning
- Hvis du vasker op i hånden eller skyller af, så brug en balje
- Sørg for at fyld opvaskemaskinen helt op inden du starter den
- Brug en balje når du vasker dine grøntsager
- I stedet for at tømme mad op ude på bordet eller under rindende vand, kan du sætte det i køleskabet, så sparer du både el og vand
- Kog grøntsager i mindst muligt vand
- I stedet for at lade vandet løbe, så det bliver koldt, kan du med fordel hælde det på flasker, og køle det ned på den måde
- Kontrol af dine vandinstallationer
- Tjek om toilettet løber, du kan ikke altid se om det løber
- Trick: sæt en serviet ned på den tørre kumme, forbliver servietten tør er wc'et i orden

### **Bad og toilet**

- Luk for vandet når du børster dine tænder
- Luk for vandet når du sæber dig ind
- Tag korte bade

## **Tøjvask**

- Fyld maskinen helt op
- Vent med at vaske tøjet til det trænger
- Spring forvasken over
- Vask ved lavest mulige temperatur