

## Памятка «Отапливаем и проветриваем правильно»

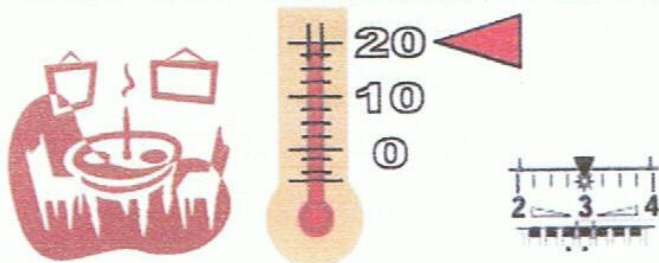
Расходы на отопление постоянно растут и составляют значительную часть коммунальных платежей. Высокие расходы на отопление могут объясняться различными причинами: недостатки конструкции и стройматериалов (не путать с конкретными строительными дефектами) или неправильный подход нередко приводят к повышенному потреблению энергии.

А идея по пути ложной экономии, порой можно всё лишь ухудшить: образовавшаяся плесень может сказаться на здоровье и представляет угрозу для самого здания.



### Как правильно отапливать и проветривать?

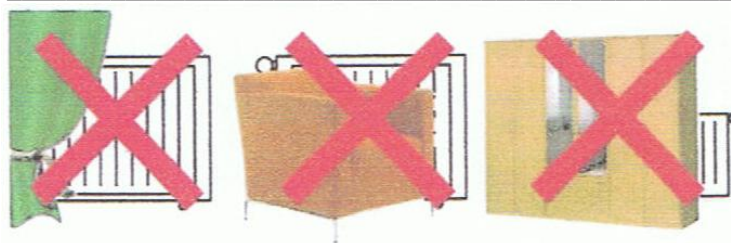
**Обратите внимание на некоторые основные правила:**



#### **С чувством меры, но регулярно**

Температуру в жилых помещениях желательно поддерживать на уровне 20°C, что обычно соответствует положению "3" на термостате. Помните: при повышении температуры на 1° расход энергии увеличивается на 6%!

Стены должны быть достаточно тёплыми, от них не должен исходить холод. Поэтому на ночь следует уменьшить температуру, но не выключать отопление полностью. Если имеется система автоматического снижения температуры в ночном режиме, то вам ничего не нужно менять в настройках термостата!

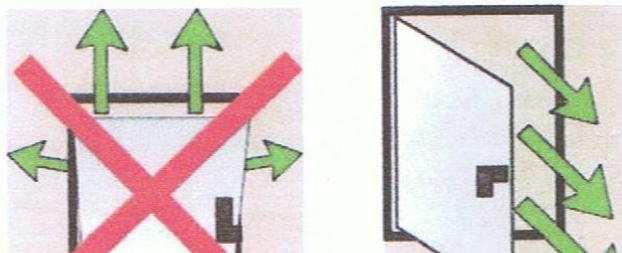


#### **Не загрождать радиаторы**

Гардины или экраны перед радиаторами мешают полноценному распространению тепла в помещении и тем самым увеличивают счёт за отопление. Если к термостату плохой доступ, становится сложно правильно регулировать температуру.

#### **Контролировать влажность воздуха**

Влажность воздуха в жилых помещениях не должна превышать 60%, иначе в углах и за шкафами может появиться плесень. Возможные причины повышенной влажности: комнатные растения, аквариумы, испарения от приготовления пищи, принятие ванны или душа, сушка белья. Поэтому по возможности не сушить бельё в спальне и жилых помещениях. Используйте специальные сушильные помещения!



#### **Проветривание**

должно обеспечивать полный обмен воздуха. В теплое время года, когда отопление выключено, сложно допустить ошибку. А вот зимой в отапливаемых помещениях необходимо избегать приоткрытых окон! Эффект вентиляции от этого невелик, но над окнами может образоваться плесень.

#### **Продолжительность проветривания**

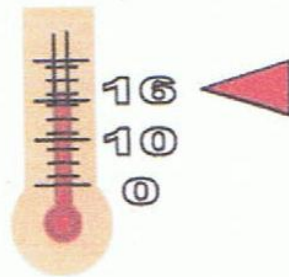
Лучше всего проветривать несколько раз в день в течение трех-пяти минут, открывая окна настежь и создавая сквозняк. При этом в отопительный



сезон уменьшать температуру на термостате. Как только в помещении станет холодно, закрыть окна! В этом случае тёплый и влажный воздух в помещении вытесняется сухим и холодным наружным воздухом, а мебель и стены не выступают.

### **Обращать внимание на разницу в температурных режимах**

Держите двери, в частности в спальню, закрытыми, чтобы тёплый влажный воздух из ванной или кухни не попадал в более прохладные помещения и не конденсировался там на внешних стенах. Ведь из-за этого может незаметно образовываться плесень, особенно за большими шкафами.

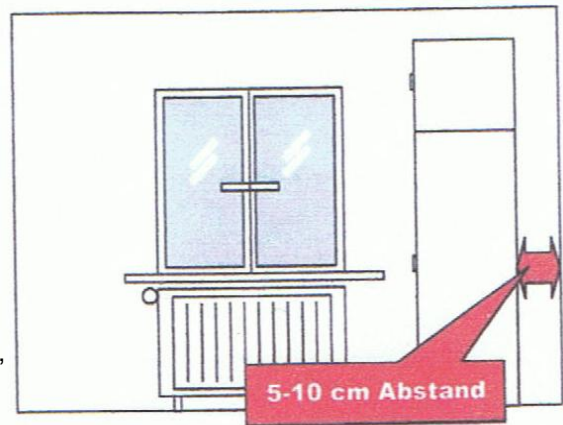


### **Температура в спальне**

Спальни могут оставаться прохладными. Для здорового сна достаточно 16 °С. При закрытой двери термостат должен быть соответствующим образом отрегулирован, чтобы предотвратить выхолаживание. Если в течение дня комнату не удаётся проветрить, то в порядке исключения в прохладной спальне окна на ночь можно приоткрыть (при этом выключив отопление).

### **Не придвигать мебель к холодным наружным стенам**

Если поверхность стены более чем на 5° холоднее, чем температура в помещении, при высокой влажности воздуха на стене может образоваться плесень. С помощью термометра измерьте температуру в разных местах. Особенно низкая температура бывает за шкафами и за мягкой мебелью, вплотную придвинутой к внешней стене. Поэтому отодвиньте мебель от стены на расстояние не менее 5-10 см. В случае крупногабаритных шкафов обращать внимание на наличие зазоров над шкафом и под ним, чтобы обеспечить циркуляцию воздуха (поэтому предпочтительнее шкаф на ножках, а не на цоколе).



**Квартиросъёмщики должны правильно подходить к вопросам отопления и проветривания, учитывая погодные условия и состояние здания: это позволит избежать слишком больших расходов на отопление и не подвергать риску своё здоровье. После переезда в новую квартиру, возможно, потребуется изменить свои старые привычки, чтобы зря не расходовать электроэнергию и чтобы в доме не завелась плесень.**