



Jak správně topit a větrat?

Nachystejte otopný systém

- Termostatické ventily dejte naplno a **odvzdušněte** radiátory.
- Udržujte radiátory **čisté**. Prach může zvýšit spotřebu až o 10 %.
- Za radiátory dejte **panely**, které odrážejí teplo zpět do místnosti.
- Pokud máte vysoké stropy, nasměrujte teplo do místnosti **policí nad radiátorem**.
- Na radiátory nic **neodkládejte**, v dostatečné vzdálenosti udržujte také nábytek.


Zbytečně nepřetápějte

- Vytápění má největší podíl na spotřebě energie v bytě. Každý stupeň vytápění navíc znamená zvýšení spotřeby (i nákladů) o přibližně **6 %**.

Nastavte ideální teplotu pro každou místnost

- Ideální teplotu vnímá každý jinak, ale zdravé a zároveň příjemné prostředí v místnosti je při **19–22 °C**.
- V ložnici přibližně o 3 stupně nižší, tedy **16–17 °C**.
- V koupelně je doporučených **23 °C**.
- Ruční regulací pomocí **termostatických ventilů** může uživatel nastavit žádanou teplotu v místnosti samostatně, kde bude trvale udržována. V noci lze energii na vytápění šetřit přivřením hlavic o jeden díl stupnice, ráno pak paměťová ryska pomůže opět najít původní normální nastavení.

Při odchodu z bytu snižte teplotu

- **Nemusíte topit naplno**, když jste v práci a děti ve škole.
- Teplota se dá snížit i při kratších **cestách** na 15 °C.
- Odjíždíte-li na dovolenou, **temperujte** místnosti alespoň na 12 °C.
- Při nastavení **termostatického ventilu** na značku  se hlavice ventilu otevírá při poklesu teploty v místnosti pod 8 °C, a tím chrání místnost a vytápěcí soustavu proti zamrznutí.

Myslete na žaluzie a závěsy

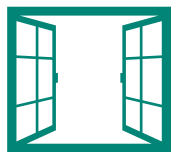
- Žaluzie na slunečné straně bytu nechávejte přes den vytažené. S vytápěním pomůže **sluníčko**.
- V **noci**, nebo když nesvítí sluníčko, zatahujte závěsy a venkovní žaluzie. Okny tak unikne méně tepla.

Utěsněte okna a dveře

- I když jsou staré, můžete **izolací** snížit únik tepla až o polovinu.
- **Zavírejte** dveře do místností, které jsou méně vytopené.

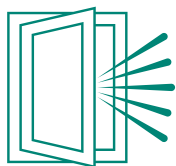


Tepelný komfort můžete zachovat i vhodným oblečením



Netopte pánubohu do oken

- V období topné sezóny větrejte okny energeticky úsporně aneb **krátce** a **intenzivně** tak, aby se v co nejmenší míře ochlazovaly vnitřní konstrukce objektu.



Větrejte ideálně průvanem

- Lze doporučit otevření oken na protilehlých stranách bytu, případně využít tzv. **komínový efekt**, je-li v bytě okno do světlíku apod.



Větrejte krátce a často

- Doporučená doba větrání je cca **5 až 6 minut**. Stihne se vyměnit celý objem vzduchu v místnosti.
- Toto větrání provádějte alespoň **dvakrát až třikrát denně**.
- V době, kdy venku **mrzne**, stačí větrat **3 až 5 minut** jednou za hodinu.
- Pomůže **průvan** (urychluje výměnu vzduchu).



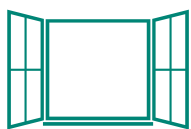
Spolu s teploměrem je vhodné si pořídit i vlhkoměr

- Optimální vlhkost vzduchu pro pocit tepla v místnosti je cca **45 - 55 %**.
- Sušší vzduch zbytečně více namáhá dýchací cesty (pomůžou rostliny nebo zvlhčovače), příliš vlhký může podporovat tvorbu plísní.



Termostatické ventily ve větrané místnosti nastavte na značku již před započítím větrání

- Tím se zabrání **zvýšené dodávce tepla** radiátorem při proudění chladného vzduchu do místnosti přes termostatický ventil.



Otevřete okno dokořán

- Čím je větší tepelný rozdíl mezi venkovní teplotou a vnitřní teplotou, tím rychleji dojde k výměně vzduchu v místnosti, a je proto třeba **kratší doba** k větrání.



Po vyvětrání dokonale zavřete okno

- Dotáhněte **kliky** okna.



Nastavte termostatický ventil na původní teplotu

- Tak, aby nebyla **zbytečně přetápěna** místnost.