

# Månedsråd NOVEMBER



- Nå er høsten her, og barna blir mer inne. Da er inneklimatekstra viktig, også for barn uten allergier:  
[Les våre 5 råd for godt inneklimate for barn](#)
- I en innetid er renhold ekstra viktig. Det er nå støv i kroker og oppe på skap, bør ut. Se våre råd om godt renhold:  
[Hva er et godt renhold i hjemmet og hva betyr det for inneklimate å ha et godt renhold?](#)
- Bor dere i eldre bolig med lite isolasjon der yttervegger ofte blir kalde om vinteren, kan en luftespalte på ca. 5 cm mellom seng og annet inventar bidra til litt luftsirkulasjon. Dette er et enkelt tiltak som kan forebygge at det blir kondens med muggsopp i (på) vegg eller inventar.

- Påse at det er luftespalte som sikrer luftsirkulasjon mellom kald (kjeller)vegg og ting du lagrer. Esker som må settes direkte på kaldt (betong) gulv der det kan komme fuktighet fra undersiden, bør plasseres på egnede knotter/lister som sikrer at det blir luftespalte mellom eske og kaldt/fuktig gulv. Dette reduserer muligheten for fuktskade og muggsopp. Vær påpasselig med dette også ved lagring av esker under barne-senger på kalde gulv!
- I november synker utetemperaturen og er den beste tiden for å forsikre seg om at lufteventilene er åpne.
- Sjekk at nettingen i ventilene er hel og ikke rustet i stykker så fugler, mus og rotter kan komme inn.



**NFBIB**

bedreinnemiljoforbarn.no | nfbib.org

- Sjekk at lufteventiler er åpne på kaldloftet og at isolasjon ikke tetter luftespaltene langs vegg. Det skal lukte friskt på loftet.
- Vet du hvor stoppekranene er? Påse at kranen er godt merket og at hele familien vet hvor den er og kan bruke den. Marker også den utvendige kranen, slik at den kan finnes også når det er snø. (Noen stoppekraner trenger en «nøkkel»). [Se også våre råd om fukt.](#)