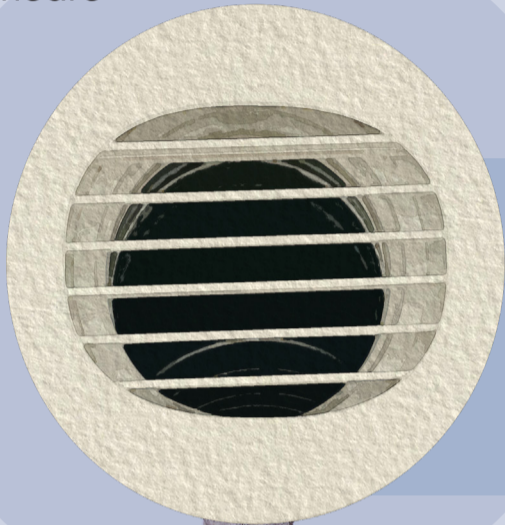


Jobbluften påverkar hur du mår och presterar

Hälsobesvär som orsakas av dålig inomhusmiljö

- Trötthet
- Huvudvärk
- Problem med: ögonen, näsan eller nedre luftvägarna



Dålig luft?

Prata med chefen eller ditt skyddsombud!

Det är arbetsgivaren som är ytterst ansvarig för att ingen ska drabbas av ohälsa på jobbet. Där spelar luften en jätteroll.

Var 3:e eller 6:e år.

Så ofta ska en så kallad OVK – Obligatorisk Ventilationskontroll – göras (om du inte har kontoret i ett en- eller tvåbostadshus, då gäller andra regler). Frekvensen avgörs av vilken typ av ventilations-system ni har på arbetsplatsen. När gjordes den senast på ditt jobb?



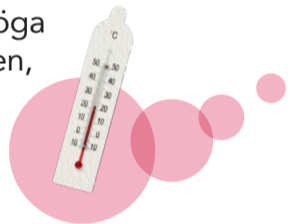
Luftföroreningsbovar:

Vi människor står för mycket av det som förorenar luften bara genom vår närvaro. Partiklar från kläder, vår utandningsluft och parfym behöver ventileras bort. Mat-os, byggmaterial, möbler, rengöringsmedel och kontorsmaskiner avger också ämnen som är skadliga om de inte ventileras bort. Kopieringsmaskiner är några av de värsta bovarna.



Temperatur påverkar effektiviteten

Om inomhustemperaturen är för varm kan effektiviteten minska. För höga temperaturer sänker prestationen, orsakar trötthet och bidrar till koncentrationssvårigheter.



Testa CO₂-halten själv!

I lokaler där det vistas mycket människor kan koldioxid(CO₂)-halten bli för hög om ventilationen inte fungerar som den ska. Det är enkelt att testa med en mätare som finns i välsorterade detaljhandelsbutiker.

Smittrisken sjunker med bra ventilation

Ju fler människor som samsas på samma yta inomhus desto större blir behovet av att ha ventilation. Ventilationen tillför frisk luft och för bort smittämnen och andra föroreningar som orsakas av såväl oss människor som av material i mattor och möbler och av apparater vi använder.

2X bättre hjärna

Tester på vuxna visar att om en person är i ett rum där det finns 20 liter luft per sekund istället för 10, så presterar hjärnan dubbelt så bra!



Investera i husets andning

Ett ventilationssystem som uppfyller kraven är redan från första dagen en lönsam investering eftersom du säkerställer produktiviteten, bland annat genom minskad sjukfrånvaro. Oavsett bransch.

Läs mer om ventilation på jobbet här:

