

Beboerbladet

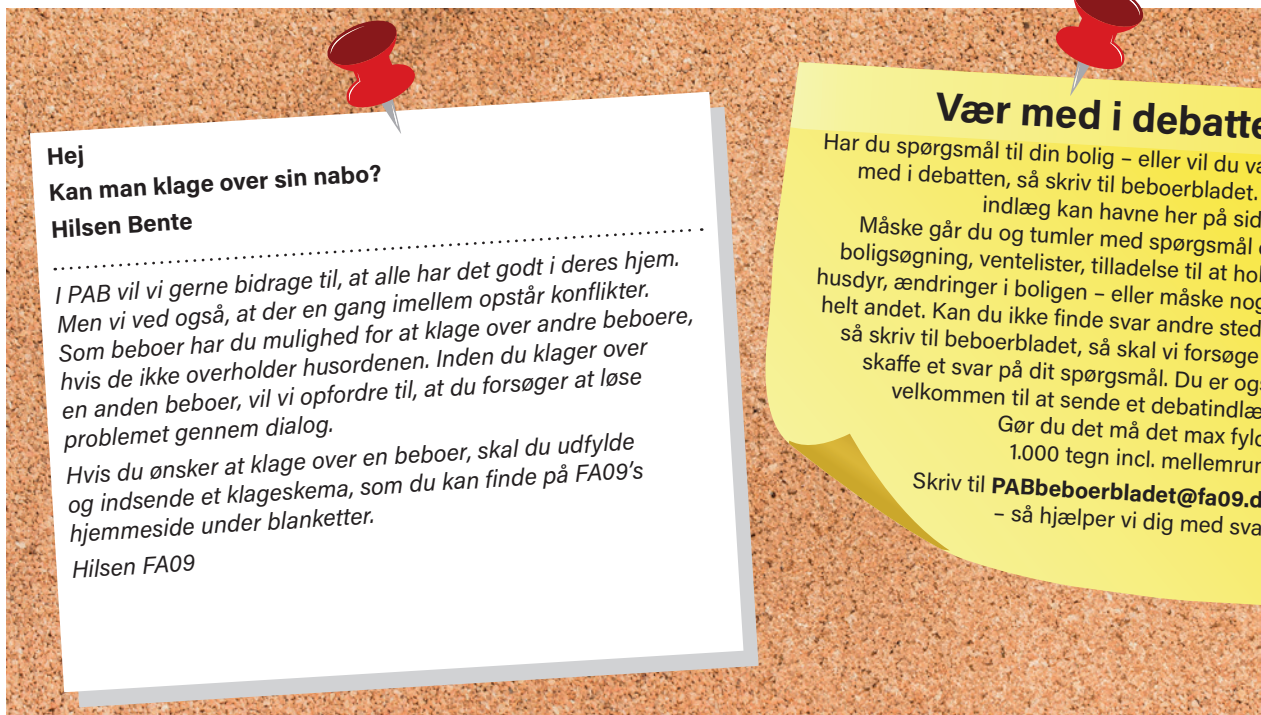
Medlemsblad for Postfunktionærernes Andels-Boligforening

Nr. 1 • 2025



**Ny aftale sætter fart på
totalrenovering i Brøndby Strand**

Læs mere på side 4-5



Hej

Kan man klage over sin nabo?

Hilsen Bente

I PAB vil vi gerne bidrage til, at alle har det godt i deres hjem. Men vi ved også, at der en gang imellem opstår konflikter. Som beboer har du mulighed for at klage over andre beboere, hvis de ikke overholder husordenen. Inden du klager over en anden beboer, vil vi opfordre til, at du forsøger at løse problemet gennem dialog.

Hvis du ønsker at klage over en beboer, skal du udfylde og indsende et klageskema, som du kan finde på FA09's hjemmeside under blanketter.

Hilsen FA09

Vær med i debatten

Har du spørgsmål til din bolig – eller vil du være med i debatten, så skriv til beboerbladet. Dit indlæg kan have her på siden.

Måske går du og tumler med spørgsmål om boligsøgning, ventelister, tilladelse til at holde husdyr, ændringer i boligen – eller måske noget helt andet. Kan du ikke finde svar andre steder, så skriv til beboerbladet, så skal vi forsøge at skaffe et svar på dit spørgsmål. Du er også velkommen til at sende et debatindlæg.

Gør du det må det max fylde 1.000 tegn incl. mellemrum.

Skriv til PABbeboerbladet@fa09.dk – så hjælper vi dig med svar.



PAB-beboerbladet udgives af den almene boligforening PAB og administreres af FA09, Stationsparken 24, 2., 2600 Glostrup.

Redaktion: Jens Gregersen, Elsebeth Reventlow og Kenneth Wöhlisfelt, journalist (DJ).

Ansvarshavende redaktør: Nikolaj Jørgensen, formand for organisationsbestyrelsen.

Oplag: 3.600 eksemplarer, der omdeles til afdelingerne.

Produktionsstyring: Melgaard & Wöhlisfelt.

Layout og tryk: Stibo Complete.

Har du gode idéer til bladet, eller vil du i kontakt med redaktionen, så skriv til:

PABbeboerbladet@fa09.dk

Næste nummer udkommer i midten af juni.

Indhold

- 2 Debat, kolofon & indholdsfortegnelse
- 3 Gennem tiderne lever og lærer vi
- 4 Totalrenovering af kæmpe projekt et skridt nærmere
- 6 Vi bygger som aldrig før
- 8 Solceller i PAB
- 10 Er bygas farligt?
- 12 Giften i hjemmet
- 14 Sådan bruger du ladestanderne
- 16 Skal vi ikke tage i sommerhus?

Forside: På billedet underskrives kontrakten, der giver virksomheden Nordic Office of Architecture Danmark rådgiveransvaret for totalrenoveringen i Brøndby Strand. Til venstre er det Jess Sørensen fra arkitektfirmaet og Kai Dinesen, organisationsbestyrelsesmedlem i PAB. Læs mere side 4 og 5.

Gennem tiderne lever og lærer vi



Af Nikolaj Jørgensen,
formand for PAB

Kære beboer

I min leder for et år siden skrev jeg om, at PAB skulle påbegynde et projekt om nedtagning af højhusene i Brøndby Strand. Det var et projekt, som berørte mange familier og alle os i PAB-familien. I denne leder vil jeg skrive lidt om, at vi nu, et år efter, netop har indgået en rådgiverkontrakt om lavhusene i Brøndby Strand. Det betyder, at de næsten 300 boliger, som blev opført i 1970'erne, nu skal igennem en gennemgribende fornyelse, så de kan leve op til de store forventninger, der er til det NYE Brøndby Strand, som skal skyde op på byggetomterne, hvor højhusene stod.

I vil i dette blad finde en artikel om, hvordan man skal finde samhørighed og sikre et godt klima i alle faser mellem bygninger, beboere og natur. Formanden Berit Duus beretter lidt om renoveringen, og hvordan man skal sikre boligerne, for at ældre kan blive boende – blandt andet ved at tilføje elevatorer.

Jeg nævnte lidt tidligere, at vi i PAB er en stor familie, og sammen er vi stærke og kan tage hånd om de største problemer – men med respekt for det enkelte og den enkelte.

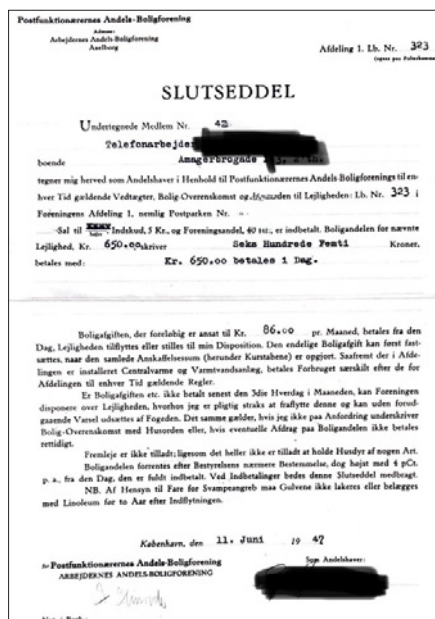
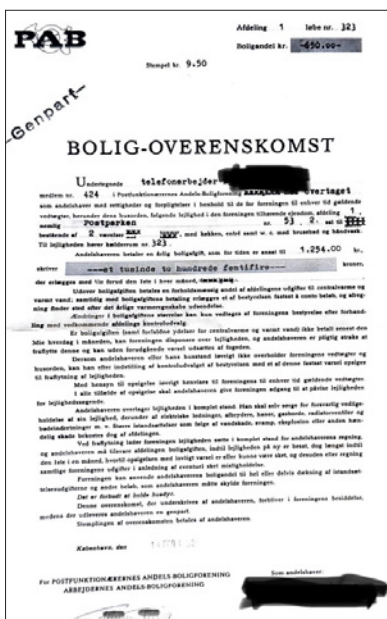
Jeg havde personligt en sådan oplevelse af, hvordan vi mødes, knytter bånd og hører sammen på forskellige måder. I januar 2025 var jeg på besøg hos en beboer, som havde kontaktet mig i tiden op til mødet. Hun havde desværre mistet sin mor, men syntes alligevel, hun ville dele lidt "kulturarv" fra oprydningen i moderens bo. Hun havde nemlig fundet en lejekontrakt iblandt dokumenterne fra boet. Ikke bare en almindelig kontrakt, men kontrakten fra den første indflytning i den bolig, min hustru og jeg i dag bebor. Hendes forældre var nemlig de første, som flyttede ind i "vores" lejlighed tilbage i 1948, hvor Postparken stod ny, fin og smuk.

Jeg fik en lang samtale med Pia, som fortalte om, hvordan det var at bo i Postparken, da det var nyt, hvordan sammenholdet blomstrede, og hvordan man betød noget for hinanden. Jeg fik overdraget "slutseddel" og Boligoverenskomst (ja, sådan hed en lejekontrakt dengang), så dette originale hændelsesdokument kunne forblive en del af PAB's kulturarv og fortælle lidt om en tidslomme i efterkrigsårene.

Se, sådanne hændelser betyder oprigtigt meget for mig, fordi det også vidner om det

fællesskab, der eksisterer, eller de bånd, som bliver knyttet på sådan en formiddag, hvor jeg og Pia fik en lang snak om beboerdemokrati, formandskab i afdelinger, og hvor dejligt det var at bo i en af PAB's afdelinger.

Pia kunne nemlig fortælle, at hun gennem en tid havde boet et andet sted på Amager, men at hun var glad for at være flyttet tilbage og blevet en del af PAB – og dermed fik mulighed for at nyde de ting, en afdeling og fællesskabet kan byde på.





Lavhusene i Brøndby Strand er sammen med højhusene tegnet af arkitekten Svend Høgsbro.

” **Arkitekturen er på én gang rå og meget menneskelig, og vi vil gøre os umage for at kunne bevare alle de fysiske og kulturhistoriske værdier, som byggeriet rummer...**

Totalrenovering af kæmpe projekt et skridt nærmere

PAB har netop fundet ny rådgiver til totalrenoveringen af de ikoniske lavhuse i Brøndby Strand. Nordic Office of Architecture har bl.a. erfaring fra lignende renoveringer i Mjølnerparken.

De karakteristiske lavhuse i Brøndby Strand Parkerne står overfor en totalrenovering og PAB har netop udpeget Nordic Office of Architecture til at være deres totalrådgiver på renoveringen af de 280 lejemål, der blev opført i starten af 1970'erne.

I marts gik rådgiverne derfor i gang med de indledende arbejder og projektering af den omfattende renovering, der inkluderer både bygningernes ydre og indre. Der er tale om en totalrenovering af de i alt 10 blokke, der på ydersiden skal have nyt tag, nye facader,

vinduer og døre, mens lejlighederne skal have skiftet alle tekniske installationer, have nye gulve, nye badeværelser og potentielt også nye køkkener. Den fysiske renovering forventes at kunne påbegyndes i starten af 2029 og være afsluttet ultimo 2031.

Styre godt igennem

– At finde den rigtige rådgiver er et af de første og vigtige skridt i en lang proces, og vi ser frem til et tæt samarbejde over de næste mange år. Der er stor tillid i at skulle finde en rådgiver til så stor og kompliceret en sag, og vi tror på, at

Nordic Office of Architecture kan løfte opgaven og hjælpe os med at styre godt igennem, siger Kai Dinesen, der er medlem af organisationsbestyrelsen i PAB og har været organisationens bindeled i den store udvikling af Brøndby Strand området, der har været i gang i mange år.

– Det her er ikke bare ”en almindelig” renovering. Først og fremmest er der alle de byggetekniske og arkitektoniske faktorer, der naturligvis skal være helt styr på, men der er også mange menneskehistorier og følelser forbundet

med området her. Renoveringen skal derfor foregå i tæt dialog med beboerne i afdelingen og med en forståelse for, at der bor mennesker tæt på, som stadig skal have en hverdag til at fungere, fortsætter Kai Dinesen.

Bevaring af fysiske og kulturhistoriske værdier

Nordic Office of Architecture er et af de seks rådgiverfirmaer, som FA09, der er administrator for PAB, i 2023 indgik en rammeaftale for totalrådgivning med, og her glæder man sig også til det fremtidige samarbejde.

– Det bliver utrolig interessant at arbejde med den markante bebyggelse i Brøndby Strand. Arkitekturen er på én gang rå og meget menneskelig, og vi vil gøre os umage for at kunne bevare alle de fysiske og kulturhistoriske værdier, som byggeriet rummer – samtidig med at vi giver bebyggelsen et tiltrængt løft, siger Britt Nemmøe, der er fagansvarlig partner for almene boliger hos Nordic Office of Architecture Danmark.

Nordic Office of Architecture har mange års erfaring fra lignende sager. Eksempelvis Mjølnerparken hvor Nordic Office of Architecture har været totalrådgivere helt fra begyndelsen.

En del af en helhed

Det er ikke kun PAB's lavhuse, der skal renoveres. Det er alle lavhusene igennem Brøndby Strand Parkerne, der står overfor renovering. Nordic Office of Architecture er dog udelukkende udpeget af PAB til at være rådgiver for deres lejemaal, mens de tre andre

boligorganisationer, der ejer de resterende lavhuse, hyrer deres egne rådgivere. Det vil ligeledes være forskelligt, hvad der skal renoveres i de forskellige boligorganisationers lavhuse.

Renoveringen af lavhusene er en del af den store helheds-

plan, som gælder for hele området i Brøndby Strand Parkerne. Udover renoveringen af lavhusene omfatter helhedsplanen også renovering af de tilbagestående syv højhuse samt den nu overståede nedrivning af fem højhuse, der måtte rives ned pga. for høj pcb-kontaminering.



PAB's lavhuse deler sig over henholdsvis Tranumparken og Albjergparken i Brøndby Strand.

Formand: Jeg er glad for, at vi er nået så langt

– At der nu er udpeget en rådgiver til totalrenoveringen, er et stort skridt for os. Endelig kan vi se, at projektet flytter sig lidt. Vi har jo været i gang i mange år. Jeg er glad for, at vi er nået så langt.

– Dengang jeg flyttede ind i 2007, talte man allerede om renoveringen. Jeg kan huske, at beboerne stemte det første forslag ned – og så måtte vi jo i gang igen. Sådan siger Berit Duus, der er formand i afdelingen.

Berit Duus glæder sig til dialogen med den nye rådgiver og forudser et stort arbejde – for dem, FA09 og bestyrelsen.

Ældre kan blive boende

– Vi har jo mange nationaliteter her hos os, og mange kulturer mødes. Så der venter et kæmpe informationsarbejde. Det er vigtigt, at alle føler sig set og hørt i processen.

Der er dog særligt én ting, som Berit Duus glæder sig over.

– Vi får flere tilgængelighedsboliger i lavhusene. Flere steder kommer der også elevatorer. Det betyder, at mange af de ældre, som bor herude – og som er glade for deres bolig – kan blive boende i området. Det er jeg meget tilfreds med, slutter formanden.





Nybyg og renoveringer fylder som aldrig før for dit boligselskab.

Vi bygger som aldrig før

Gennem de seneste fem år har PAB renoveret og opført over 25 byggerier på Sjælland – og det kræver mange ressourcer

Det går stærkt i PAB i disse år. Det fortæller oversigten, du kan se her i artiklen. På bare fem år har selskabet renoveret og opført over 25 byggerier.

– Optællingen herunder gælder udelukkende afsluttede byggesager og dermed ikke alle de igangværende byggesager, eller de sager der aldrig bliver en realitet.

Optællingen, vi har lavet, er ikke retvisende for den mængde af ressourcer, der er lagt i bygge-



Når et byggeri står færdigt venter arbejdet med et og fem års eftersyn.

sagerne, siger Torben Hangaard, der er Bygge- og Udviklingschef i FA09, der er administrator for PAB.

” Udover de mange byggesager, der bliver realiseret, kommer alle de potentielle byggesager, der trækker rigtig mange ressourcer, men som af den ene eller anden grund aldrig bliver en realitet...

Byggechefen forklarer videre, at der bruges mange ressourcer før, under og efter en byggesag.

Før: Fx vil en helhedsplan, der afsluttes, typisk allerede have trukket ressourcer i en del år, før selve arbejdet rigtigt går i gang. Et eksempel er nedrivningen af de to højhuse i Brøndby Strand, der blev afsluttet i 2022/2023, men det arbejde startede allerede i 2011.

Efter: At en byggesag afsluttes, betyder ikke, at den ikke længere kræver ressourcer. Efterfølgende skal der laves et og fem årseftersyn, der også kræver tid fra både den lokale drift, driftschefen og en projektleder fra FA09.



Anneberg Bakke er et helt særligt fællesskab i Nykøbing Sjælland.



Erfaringer og nye ideer diskuteres, når byggerier besigtiges af beboere og bestyrelse.

– Udover de mange byggesager, der bliver realiseret, kommer alle de potentielle byggesager, der trækker rigtig mange ressourcer, men som af den ene eller anden grund aldrig bliver en realitet. Det gælder både for nybyg, men også renoveringer, slutter Torben Hangaard.

Her har PAB arbejdet de seneste fem år

2020

- Aksehuset, Opførelse
- Pladehallen, Opførelse
- Holdkærparken, udskiftning af vinduer
- Hvidovrevej, udskiftning af vinduer

2021

- Brøndby Strand, Helhedsplan 4 inkl. nedrivning
- Hornemanns Vænge, renovering badeværelse

2022

- Brøndby Strand, Helhedsplan 4 inkl. nedrivning
- De Grønne Porte, Opførelse
- Lerholm, Opførelse
- Æblehaven, Opførelse
- Anneberg Bakke, Opførelse Postparken, Helhedsplan
- Øresundskollegiet, Renovering tagterrasse
- Hornemanns Vænge, renovering facade
- Voldgården, renoveringer

2023

- Brøndby Strand, Helhedsplan 4 inkl. nedrivning
- Kornerup Kollegiet, Opførelse
- Tømmerup Parken, Opførelse
- Postparken, Helhedsplan

- Øresundskollegiet, 3. stk. omfattende hoved-entrepriserenoveringer
- Holdkærparken, udskiftning af døre

2024

- Holdkærparken, udskiftning af døre
- Televang, udskiftning af døre
- Kagshusene, udskiftning af døre

2025

- Brøndby Strand, Helhedsplan 4 projektering af renovering af lavhuse
- Højskolesletten, Opførelse
- Brunevang, Udskiftning af døre

Udsnit af helhedsplaner og andre igangværende længerevarende projekter, der har været i proces i flere år, og derfor trækker ressourcer, men endnu ikke er afsluttet:

- Brøndby Strand, helhedsplan
- Vinkelhuse, helhedsplan
- Televang, Tagudskiftning + nyt fælleshus + nyt bofællesskab m.m.
- Postparken, udeladelser, LAR m.m.
- Stenlængegård, Opførelse
- Herman Koch Gården, omfattende renovering
- Køb af og renovering af Bilharziosebygningen



Foto: freepik.com

Der er stor interesse for solceller ude i afdelingerne, fortæller Jannik Steen Andersen.

Solceller i PAB

Er solceller i vores boligafdelinger egentlig en god idé?

Vi har bedt Jannik Steen Andersen, der er energispecialist i FA09, kigge på erfaringerne, økonomien og problemstillingerne

I dag er der installeret vedvarende energi i form af solceller på syv forskellige boligafdelinger i PAB. Den samlede effekt af de installerede solceller er i alt på ca. 315 kW, som tilsammen producerer ca. 300.000 kWh om året. Fælles for solcelleinstallationerne på de syv forskellige boligafdelinger er, at solcellerne er installeret til at producere elektricitet til boligafdelingernes fælles forbrug af elektricitet til eks.

cirkulationspumper, ventilationsanlæg og fællesvaskerier.

Det betyder samtidig, at den del af den egenproducerede elektricitet, som ikke benyttes af boligafdelingen, i stedet sælges til det fælles elnet. Antog man, at vi slet ikke solgte egenproduceret elektricitet til det fælles elnet, og at prisen på køb af elektricitet var 2,5 kr. pr. kWh, så ville værdien af egenproduktion ligge på 750.000 kr. om året. Men da elprisen varierer time for time, kan man ikke udregne den præcise værdi.

Installationsprincipper

Når man skal tage beslutning om installation af solceller, skal man vide, at man kan installere solcellerne efter to

forskellige principper. Man kan enten vælge at installere solcellerne til boligafdelingernes fælles elmålere eller til boligafdelingens individuelle boliger.

Sidstnævnte installationsprincip er dog mere komplekst, da installationsprincippet kræver, at man udskifter alle lejemåle- nes individuelle netmålere med bimålere. Dette installationsprincip kaldes for et hoved-/bimåler system. Trods den øgede kompleksitet er sidstnævnte installationsprincip dog også den installation, som genererer de største besparelser for beboerne. Årsagen til de større besparelser er, at beboerne kan få dækket evt. tomgangsforbrug til eks. køleskabe, fryserne,

routerne og andet teknik som i dagtimerne har et standby forbrug. Ifølge sideaktivitetsbekendtgørelsen kan man installere helt op til 6 kW pr. bolig- og erhvervsenhed. Dog vil arealet af en installation på 6 kW pr. bolig- og erhvervsenhed blive så stort, at der sjældent vil være plads på boligafdelingens tagarealer.

Derudover viser de beregninger, vi har lavet, at man ikke skal investere i en større solcelleinstallation, end man reelt set har brug for. Til begge installationsprincipper kan man installere batterier til lagring af en eventuel overskudsproduktion, som så kan benyttes, når solen ikke skinner. Går man med tanker om en investering i vedvarende energi i form af solceller, gælder det, at det er mest rentabelt at etablere solceller i forbindelse med en tagudskiftning.

Udfordringer med et hoved-/bimålersystem

Ønsker man at installere solceller med et hoved-/



Jannik Steen Andersen.

bimåler system, skal man være klar over de potentielle udfordringer. En af de udfordringer, der kan opstå ved et hoved-/bimåler system, er, at når man først har fået installeret en bimåler i sin bolig, kan man ikke selv vælge, hvem man vil købe elektricitet af. Og det kan man ifølge elforsyningsloven godt kræve retten til. Men hvad sker der så, hvis en lejer ønsker retten til selv at vælge elleverandør?

I sådan et tænkt tilfælde vil det blive nødvendigt at etablere en særskilt elektricitetsforbindelse og samtidig genmontere en af netselskabets målere. Og det vil ikke være uden omkostninger. Men hvem skal betale for etableringen af den ene forbindelse til den ene bolig, hvor lejer ønsker at få monteret en af netselskabets målere? Er det boligafdelingen, eller den ene lejer som ønsker retten til selv at vælge el-leverandør? Dette tvivlsspørgsmål er på nuværende tidspunkt ikke blevet behandlet ved en domstol, hvorfor det heller ikke er muligt at besvare spørgsmålet. Sikkert er dog, at elregningen ikke bliver billigere, hvis man som lejer ønsker at udtræde af det fællesskab, hvor boligafdelingen selv producerer vedvarende energi fra solceller til hver enkelt bolig.

Særligt ikke da man årligt betaler netselskabet for at leje måleren, ligesom man heller ikke får del i den vedvarende og billigere energi fra boligafdelingens egenproduktion.

Men ikke desto mindre udgør dette tænkte scenarie, hvor en lejer ønsker at udtræde af fællesskabet, en potentiel økonomisk risiko.

Deling af elektricitet imellem bygninger

Uanset om man vælger det ene eller det andet af de to installationsprincipper, må man ifølge bekendtgørelsen om interne elektricitetsforbindelser ikke dele egenproduceret elektricitet imellem sine bygninger. Heller ikke imellem bygninger på samme matrikel. Det betyder samtidig, at man ikke kan nøjes med at etablere et stort solcelleanlæg på en enkelt bygning til hele afdelingen.

Man skal altså etablere flere solcelleinstallationer på flere tage i boligafdelingen, hvis alle beboerne skal have glæde af den egenproducerede elektricitet. Teknisk set er etablering af flere solcelleinstallationer heller ikke et problem. Det betyder blot, at rentabiliteten i investeringen udfordres, medmindre boligafdelingen alligevel skal have skiftet sit tag.

I FA09 oplever vi generelt en stor spørgelyst og interesse for solceller. Vi anbefaler i den forbindelse, at man så tidligt så muligt involverer FA09, hvormed vi i fællesskab kan undersøge boligafdelingens muligheder og beregne rentabiliteten ved de forskellige installationsprincipper.

Tekst: Jannik Steen Andersen, energispecialist i FA09

Er bygas farligt?

Nye studier fortæller, at et gaskomfur udleder skadelige partikler og store mængder af drivhusgassen metan – selv når det er slukket

Hvis du har prøvet at lave mad på et gaskomfur, så har du med stor sandsynlighed haft en god oplevelse. Varmen er nem at styre i forhold til et elkomfur. Induktion er også godt og giver hurtig, høj varme, men denne type komfur er besværlig. Gryder og pander skal passe til komfuret og må ikke få skrammer, for så virker de ikke. På et gaskomfur kan man bruge en hvilken som helst gryde eller pande uden problemer.

Men gas er bestemt ikke uden problemer, og har du et gaskomfur, så skal du måske overveje at skifte det ud, hvis du vil leve et par år længere.

Bygas har historisk været anvendt som energikilde i mange danske husholdninger, især til madlavning og opvarmning. Den traditionelle bygas blev produceret ved opvarmning af kul, hvilket resulterede i en gas med højt kulilteindhold. Det gjorde bygassen potentielt farlig, da kulilte er en giftig, lugtfri gas, der kan føre til alvorlige sundhedsproblemer og dødsfald ved høje koncentrationer.

Bygas og naturgas blandes

I perioden 1995-1999 blev der i Danmark registreret 22 dødsfald forårsaget af bygasforgiftning. Disse tilfælde omfattede både selvmord og ulykker, primært i Københavns- og Frederiksberg-området.

For at øge sikkerheden blev den traditionelle bygas i Danmark erstattet af en naturgasblanding, som er langt renere både at producere og afbrænde. Bygas produceres i dag ved at blande naturgas med luft i forholdet ca. 1:1.

Moderne bygas er tilsat et kraftigt lugtstof, der gør det muligt at opdage selv meget små utætheder i tide, hvilket reducerer risikoen for kulilteforgiftning betydeligt. Gasulykker er derfor blevet meget sjældne.

På Frederiksberg har Frederiksberg Forsyning besluttet at lukke for bygassen i 2030. Denne beslutning er truffet på baggrund af en omfattende analyse, der konkluderede, at det ikke længere er økonomisk bæredygtigt at opretholde bygasforsyningen på grund af et faldende kundegrundlag og udsigten til omfattende udgifter til ledningsrenovering. Og sådan er det også flere andre steder i landet.

Metangas fra et slukket komfur

Sammenfattende kan man sige, at mens den traditionelle bygas med højt kulilteindhold udgjorde en betydelig sundhedsrisiko, er moderne bygas betydeligt sikrere på grund af ændringer i sammensætning og sikkerhedsforanstaltninger. Ikke desto mindre er der en bevægelse mod at udfase bygas til fordel for andre energikilder, hvilket afspejler en generel tendens mod mere bæredygtige og sikre energiløsninger.

” Gas er bestemt ikke uden problemer, og har du et gaskomfur, så skal du måske overveje at skifte det ud, hvis du vil leve et par år længere...

Helt friske studier fra sidste år fortæller, at et gaskomfur udleder skadelige partikler og store mængder af drivhusgassen metan – selv når det er slukket og ikke i brug. Faktisk bliver 76 procent af metangassen udledt, mens komfuret bare står. Madlavning over gaskomfur udleder også kvælstofdioxid, som kan føre til en gennemsnitlig reduceret levetid på to år.

Så måske skal du ud at se på et nyt komfur?

Kilder: PSE Healthy Energy, Ugeskriftet.dk, Hofor, Frederiksbergnyt og Frederiksberg Kommune.



*Gasulykker er blevet meget sjældne, men gaskomfuret er ikke helt ufarligt, fordi det udleder metan-
gas – selv om det er slukket.*



Du skal ikke sove med tændt elektronik i nærheden. Det afgiver kemikalier, fortæller Grete Lottrup Lotus.

Giften i hjemmet

Kun 11 procent af os kender en af de største syndere til udledning af kemikalier i hjemmet. Ved du, hvad det er? Elles læs med her

Har du styr på de giftige stoffer i dit hjem?

Du ved måske godt, at afløbsrens, rengøringsmidler og væsken til olielampen ikke er det sundeste i verden. Men ved du også, at der er andre ting, du skal være opmærksom på?

Det vender vi tilbage til.

De kendte giftstoffer får os ofte til at ringe til Giftlinjen, fordi vi har mistanke om, at vi er blevet forgiftet i vores hjem. Ja, faktisk får Giftlinjen over 30.000 henvendelser om året. De fleste handler om børn, der går nysgerrigt til

verden og derfor kan komme galt afsted, hvis de fx får åbnet en forkert flaske.

Men måske er flaskerne med væske slet ikke det giftigste, vi omgiver os med. Vi opholder os i gennemsnit 80-90 pct. af livet indendørs – herunder to tredjedele af livet i vores hjem. Derfor har det også stor betydning for vores sundhed, om der er et godt indeklima i hjemmet.

Det hele handler ikke om rygning

En helt ny undersøgelse fra Miljøstyrelsen fortæller, at næsten halvdelen (45 %) af danskerne mener, at indeklimaet kan påvirke deres helbred. 83 % mener, at kemikalier i indeklimaet fra forskellige produkter også kan påvirke deres helbred.

Indeklimaet handler om andet og mere end rygning og skimmelsvamp. Indeklimaet bliver i mere eller mindre grad påvirket af de mange

Kontakt Giftlinjen

- ♦ Du kan ringe til Giftlinjen døgnet rundt på telefon 82 12 12 12.

produkter, vi bringer ind i hjemmet. Det gælder alt fra computere, mobiltelefoner, møbler, legetøj, rengøringsartikler, kosmetik og stearinlys til sprayprodukter.

Miljøstyrelsen vil skærpe vores fokus på kemikalier i hjemmet og lancerer nu en ny informationsindsats, primært målrettet børnefamilier, der skal gøre os opmærksomme på de mere "skjulte" udledere af kemikalier i hjemmet, der påvirker indeklimaet.

– Vi opfordrer danskerne til at tillægge sig nogle simple vaner, som sikrer, at der ikke bliver for store koncentrationer af kemikalier i luften og støvet i hjemmet. En god vane er eksempelvis at lufte ud med gennemtræk to gange dagligt og støvsuge mindst en gang om ugen, siger Grete Lottrup Lotus, funktionsleder i Miljøstyrelsen.

Hun fortsætter:

– En anden god vane er ikke at sove med tændt elektronik. Vi kan se i undersøgelsen, at kun 11 % af danskerne opfatter elektronik som problematisk i forhold til indeklimaet, og over halvdelen tror ikke, at elektronik afgiver kemikalier, når det er på standby. Men sandheden er en anden. Elektronik og generelt alle produkter afgiver kemikalier til luften og støvet, og det er vigtigt at være opmærksom på det.

Støv binder kemikalier

Generelt føler kun 1/3 af danskerne, at de har tilstrækkelig viden om udledning af kemikalier til indeklimaet fra produkter i hjemmet, fortæller Miljøstyrelsen i deres nye undersøgelse.

Nogle kemikalier binder sig til støv, hvilket ifølge Grete Lottrup Lotus betyder, at børn er ekstra udsatte.

– Børn kravler rundt på gulvet og befinder sig dermed tættere på støvet, som binder de kemikalier, der frigives fra produkterne. Selvom de enkelte produkter ikke frigiver kemikalier i så store mængder, at det i sig selv er skadeligt, er det kombinationen af kemikalier fra mange forskellige ting, der kan hæve kemikalietrykket i indeklimaet til et niveau, der er problematisk, siger Grete Lottrup Lotus.

Her er en oversigt over, hvilke produkter du skal være opmærksom på i din bolig:

Undgå spraydåser:

- Indholdet fra en spraydåse hænger længe i luften som aerosoler, der er bitte små og derfor kan trækkes dybt ned i dine lunger, når du trækker vejret. Imprægning på spray er blandt de stoffer, som kan være farlige at indånde, så imprægner altid dine sko udenørs.

Begræns brug af stearinlys:

- Brug en lyseslukker-klemme, så vægen ikke soder unødigt, når du slukker lyset.

Brug ikke duftfriskere

Brug produkter til det, de er beregnet til:

- En sofa lavet af industripaller eller armbånd lavet af cykelslanger ser måske smart og kreativt ud. Men hensigten med materialerne har aldrig været at være i tæt kontakt med mennesker, og derfor kan de indeholde stoffer, som ikke er gode at være i kontakt med.

Hold øje med MAL-koden på fx maling, lim og fugemasse:

- MAL-koden fortæller, hvordan du skal beskytte dig mod den sundhedsrisiko, der kan være ved at arbejde med produktet. MAL-koden består af 2 tal med en bindestreg imellem. Det første tal angiver sundhedsrisikoen ved indånding (fra 00 til 5), det andet tal angiver sundhedsrisikoen ved direkte hudkontakt eller indtagelse (fra 1 til 6). Vælg det produkt med den lavest mulige MAL-kode – eksempelvis 00-1 – og husk grundig ventilation og evt. brug af åndedrætsværn ved høj MAL-kode før bindestregen.

Kilder: Forbrugerrådet Tænk Kemi, Miljøstyrelsen

Sådan bruger du ladestanderne

PAB har fået ny leverandør af el til bilerne

Du har måske allerede bemærket det? Der er sket noget, når du skal tanke bilen op med strøm til turen.

Nu skal du nemlig oprette dig hos Norlys – og ikke længere hos Sperto. Det er fordi, at Norlys har opkøbt Sperto.

– Hvis du som beboer, vil oprette dig, bestille ladebrik og hente informationer om el-priser til bilen, så kan du gå ind på PAB's hjemmeside, hvor vejledningen til oprettelse samt informationer om priser ligger, siger Jannik Steen Andersen, der er energispecialist i FA09, der er administrator for PAB.

Ladepriser

Ladeprisen har været variabel siden oktober 2024. Derfor har hverken PAB eller FA09 indflydelse på den variable ladepris. FA09 anbefaler brugerne at downloade Norlys app, hvor du kan følge den aktuelle ladepris. Du skal dog være opmærksom på, at der til den aktuelle ladepris skal tillægges 1 kr. pr. kWh til Norlys samt afgifter til netselskab og stat. Afgifterne til netselskabet er ofte højere mellem kl. 17 og 20 i vinterhalvåret.

På PAB's hjemmeside kan du løbende holde dig orienteret om eventuelle ændringer.



Tjek appen fra Norlys, hvis du vil fylde billig strøm på bilen.

Kom godt i gang med Norlys ladestandere



NORLYS

Ladestandere lige ved døren

Måske kører du allerede på el eller overvejer at gøre det. For at hjælpe dig har vi sat ladestandere op i din boligforening, så du kan lade let og effektivt – lige ved døren.

Så nemt er det

For at lade din el- eller hybridbil skal du blot bestille en Norlys ladebrik, og så er du klar til at bruge laderne. Bestil din brik på norlys.dk/ladekort/forening eller scan QR-koden.



Opladning på farten?

Få adgang til 500.000 ladere med vores app

Vi vil også gerne gøre det nemmere at lade, når du er på farten. Hent Norlys Opladning, hvor du henter apps, og få adgang til 500.000 ladere i Danmark og resten af Europa.

Hold styr på kroner og kilowatt

Med vores app kan du også tjekke den aktuelle ladepris og følge med i dit elforbrug, så du let kan se, hvor meget du bruger i både kroner og kilowatt. Læs mere på norlys.dk/opladningsapp

NORLYS

Vil du vide mere?

Ring til os på 8710 1540 eller send en mail på opladning.energi@norlys.dk. Så hjælper vi dig godt videre.

Har du spørgsmål til, hvordan du bruger Norlys Opladning-appen, er du også velkommen til at benytte dig af vores videoguides. Du finder dem norlys.dk/opladningsapp



Skal vi ikke tage i sommerhus?

*PAB ejer fire sommerhuse, du kan leje.
Brug QR-koden for at læse mere.*



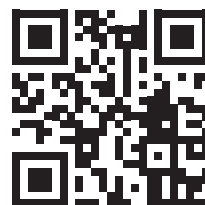
» FANØ



» SVERIGE



» NEXØ



Se mere på pab.dk
– eller benyt QR-koden.
Vi glæder os til at se dig!



» SKAGEN