

První, s čím se seznámí příchozí do vašeho bytu, je čerstvý vzduch. První nadechnutí je nejen vaší vizitkou, ale také signálem, že váš interiér žije v souladu s okolní přírodou.



*Zbavte se všech svých dosavadních problémů s těžkým spánkem. CO<sub>2</sub> metr vám pomůže řešit únavu, bolesti hlavy i nekvalitní spánek.*

# VĚTREJTE

Stejně tak jsme my sami součástí přírody. Zvykli jsme si třídit odpad, instalovat úsporné spotřebiče, neekologické kotle nahrazujeme moderními s minimem emisí. Kvalitě prostředí, ve které žijeme, zkrátka musíme věnovat patřičnou pozornost.

Doma a v práci strávíme zhruba osmdesát procent dne a téměř jednu třetinu dne prospíme. Je jasné, že kvalita vzduchu, který nás obklopuje, nesmí způsobovat zdravotní problémy. V dlouho uzavřených prostorách však může vzduch obsahovat škodliviny, které při určité koncentraci způsobí malátnost, ztrátu koncentrace.

# PRO ZDRAVÍ

## *Spánek, nejsladší věc na světě*

Tak to má být, ale někdy se stane, že vstáváte rozlámaní a absolutně neodpočinutí. Čím to je? Spali jste osm hodin po lehké a zdravé večeři? Pak je jasné, že na vině může být oxid uhličitý, CO<sub>2</sub>. Je přirozenou složkou čerstvého vzduchu, ale jen čtyři setiny procenta patří k normální koncentraci. To

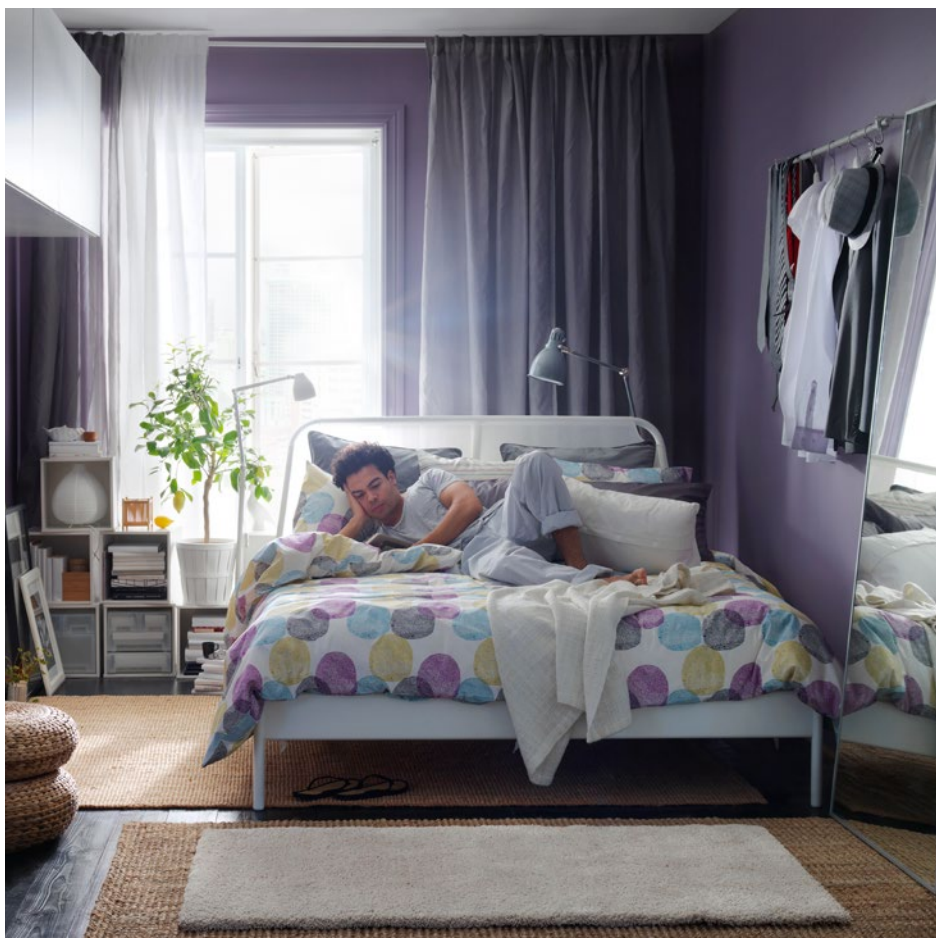
odpovídá 400 ppm, objemovým jednotkám, kterými měříme koncentraci plynů. Ale my vdechujeme vzduch, ve kterém je CO<sub>2</sub> stokrát více, tedy 40 000 ppm. V uzavřené a dobře zateplené místnosti se tedy rychle zvyšuje jeho koncentrace, aniž bychom si to uvědomovali.

Plyn je bezbarvý a bez zápachu. Během krátké doby jeho hodnoty dosáhnou až 1000 ppm, a to už se projevují první příznaky únavy. Naše hygienické normy zakazují pobyt v prostředí, kde koncentrace kyslíčnicku uhličitého přesáhne 1500 ppm.

## *Naučte se správně větrat*

Ihned vás napadne, že je nutné vyvětrat. Náhrada části vnitřního vzduchu vzduchem zvenku okamžitě sníží koncentrace škodlivých látek. Ale co s tím, když máte pod okny silný automobilový provoz? A co v zimě, kdy si větráním vyženete z domova velké množství tepla? Pak je důležité, odhadnout potřebu i dobu, kdy je nutné vyvětrat. Ideálním pomocníkem je CO<sub>2</sub> metr.

Naučíte se větrat správně a hlavně, kdy je to nejvhodnější. Metr vám okamžitě prozradí, jaká je hladina CO<sub>2</sub> v místnosti a díky zabudovanému alarmu vás pokaždé upozorní na vydýchaný vzduch.



Nejen váš domov, ale všechna místa – školní třídy a pracoviště, kde je nutné, aby se dospělí i děti soustředili na práci a cítili se dobře – by měla být pod kontrolou.

CO<sub>2</sub> skener 500;  
více na [www.wellnessair.cz](http://www.wellnessair.cz)