

## SLIK BYGGER DU 5

### TILLEGGSISOLER GULVBJELKELAGET



**PAROC®**

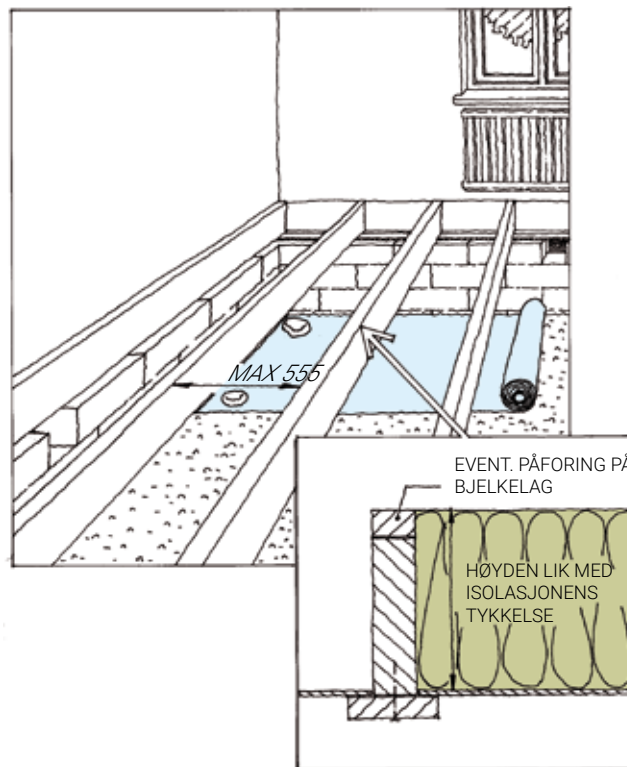
# VARME, PENE GULV GIR ET TRIVELIG BOMILJØ

Å tilleggisolere gulvbjelkelaget er en svært god investering. Du får lavere oppvarmingskostnader, unngår trekk og får et mer behagelig bomiljø. Du får også en verdistigning på huset.

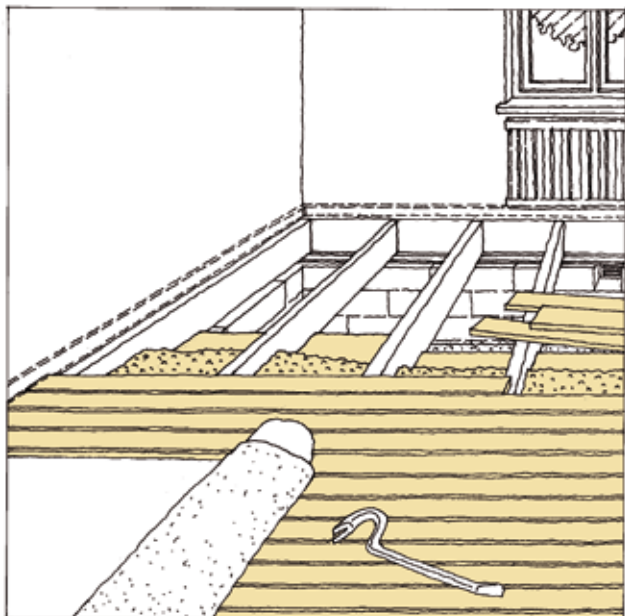
Det finnes to metoder når du vil tilleggisolere gulvet. En måte er å bryte opp gulvplankene og isolere ovenfra. Da får du samtidig et nytt, fint gulv som du kan glede deg over.

Det andre alternativet er å isolere nedenfra – fra kryp-kjelleren. Denne metoden velger du hvis du vil spare gulvet og har tilstrekkelig plass til å gjøre arbeidet nedenfra.

PAROC.NO



## TILLEGGISOLERING KRYPEROM OVENFRA



**1** Begynn med å bryte opp gulvplankene og fjerne den gamle isolasjonen. Sjekk om det er råteskader på bjelkelag. Eventuelle skader og årsak må utbedres

**2** Kontroller at du har en senteravstand (c-avstand) på høyst 600 mm på gulvbjelkene. Har du større avstand, bør du flegge ekstra bjelker.

Vi anbefaler minst 200 mm isolasjon. Hvis bjelkene er lavere, kan du bygge på over eller under bjelkene.

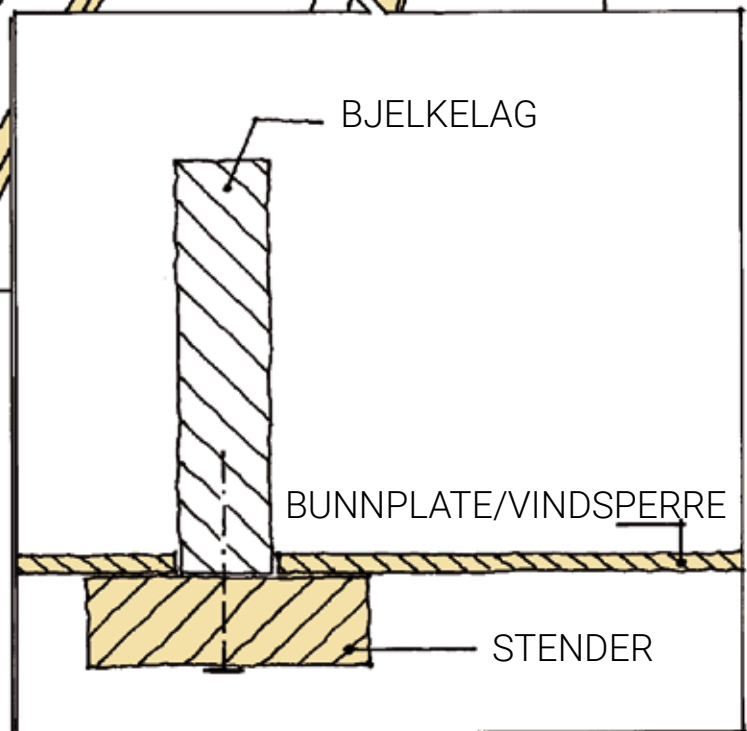
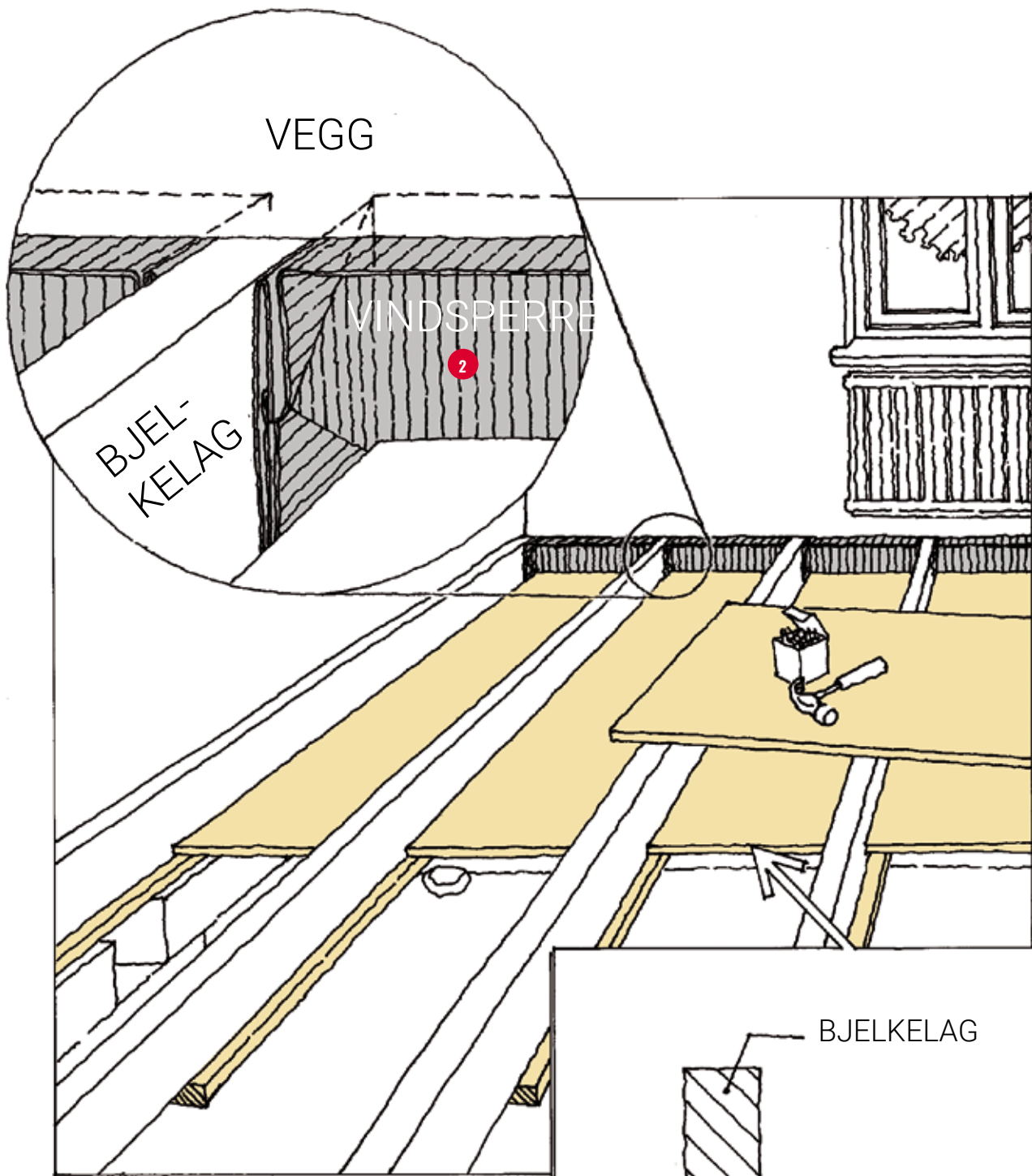
Høyden på isolasjonen skal være lik høyden på bjelkene.

Nå er det viktig å inspisere og eventuelt utbedre grunnen.

Fjern alt organisk materiale, f.eks. løse trebiter.

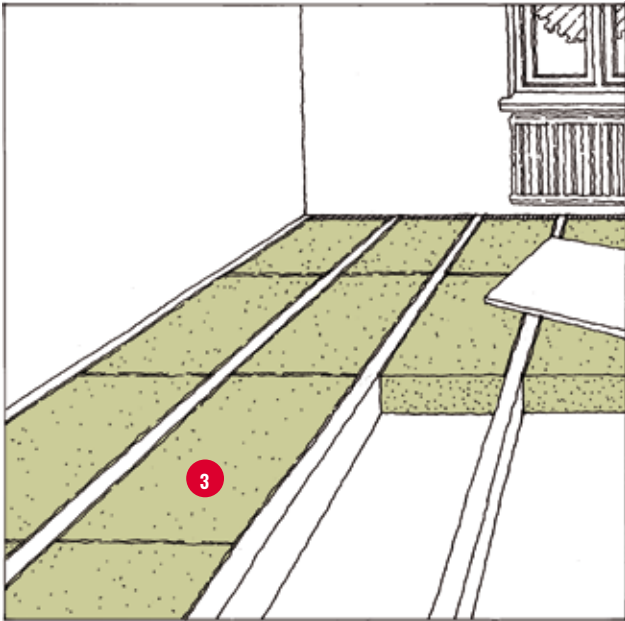
Kontroller at grunnen er godt ventilert gjennom ventiler i sokkelen.

Dekk marken med plastfolie som hindrer at markfuktigheten stiger oppover og at vann ikke legger seg i kryperom. Leg noen steiner over plasten for å holde den på plass.

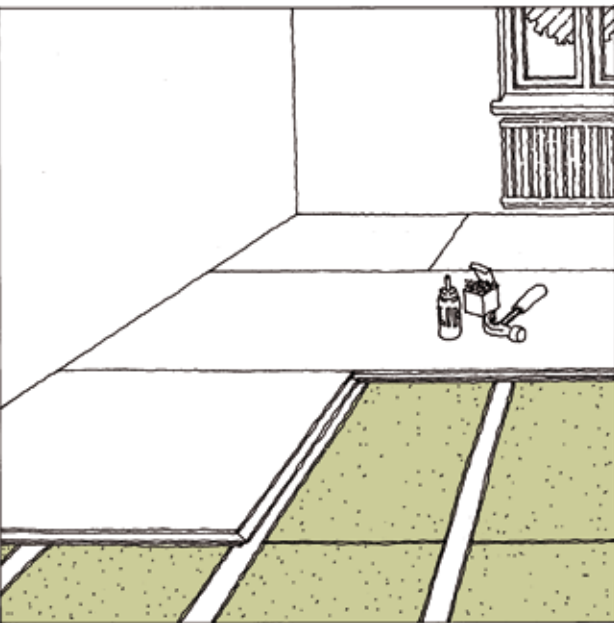


**3** Spikre fast bærebjelker for blindbunnen og legg på plass en trefiberplate som blindbunn.

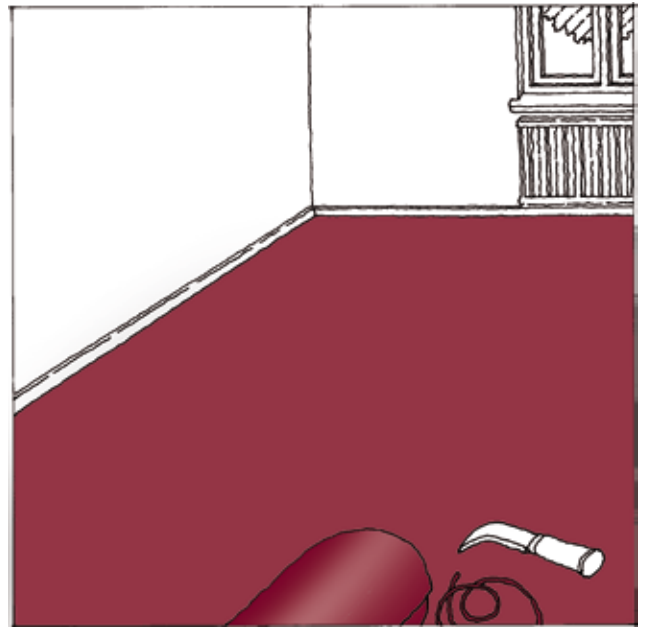
Tett nøye langs ytterveggene med tetningsremse eller vindsperre.



**4** Monter isolasjonen. Det må ikke bli sprekker, platene må slutte tett mot bjelkene. Isolasjonen skal nå helt opp til overkanten på gulvbjelkene.



**5** Monter nytt gulv – sponplater eller et vakkert tregulv.

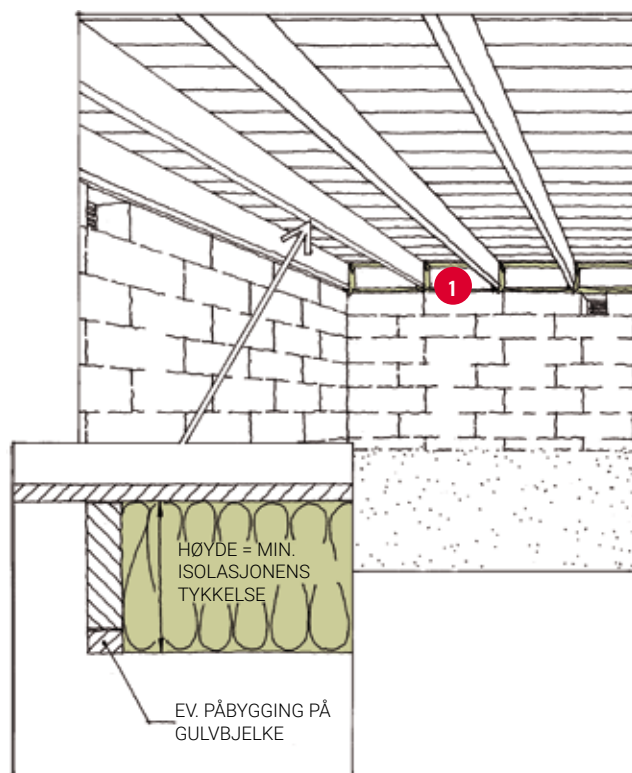


**6** Avslutt med å legge nytt gulv.

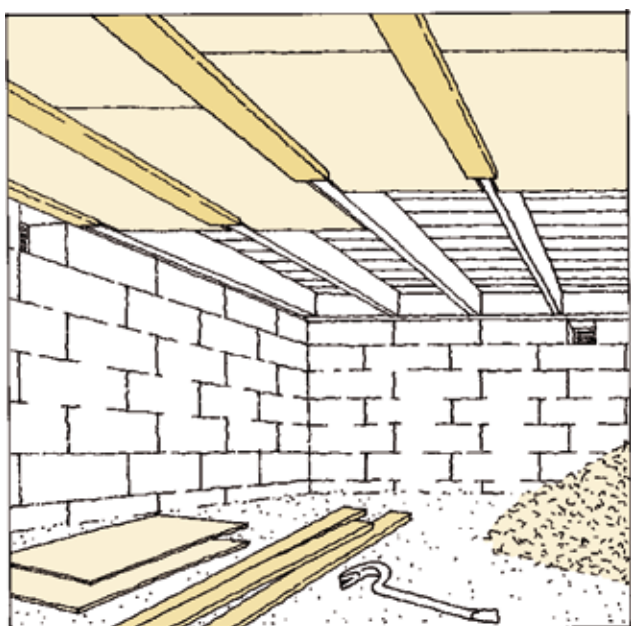
- 1 PAROC XMV 012zcf, Plastfolie
- 2 PAROC XSI 003, Tetteremse alt.  
PAROC XSI 004zdy, Tetteremse GDS  
PAROC XMW 060zdy, Vindsperre alt.  
PAROC XMW 060, Vindsperre
- 3 PAROC eXtra, A-plate

# EN ENKLERE MÅTE Å FÅ VARMERE GULV PÅ

Å tilleggisolere gulvet nedenfra er økonomisk fordelaktig hvis du har plass til det. Hvis krypkjelleren er tilstrekkelig høy, er det ofte den enkleste løsningen. Hvis plassen er så stor at du har tenkt å bruke den som lagerplass eller lignende, er det best å beskytte den nye isolasjonen med treplater eller panel. Pass nøye på at tilleggisolasjonen ikke dekker til eller reduserer størrelsen på ventiler i grunnen.



## TILLEGGSISOLERING NEDENFRA

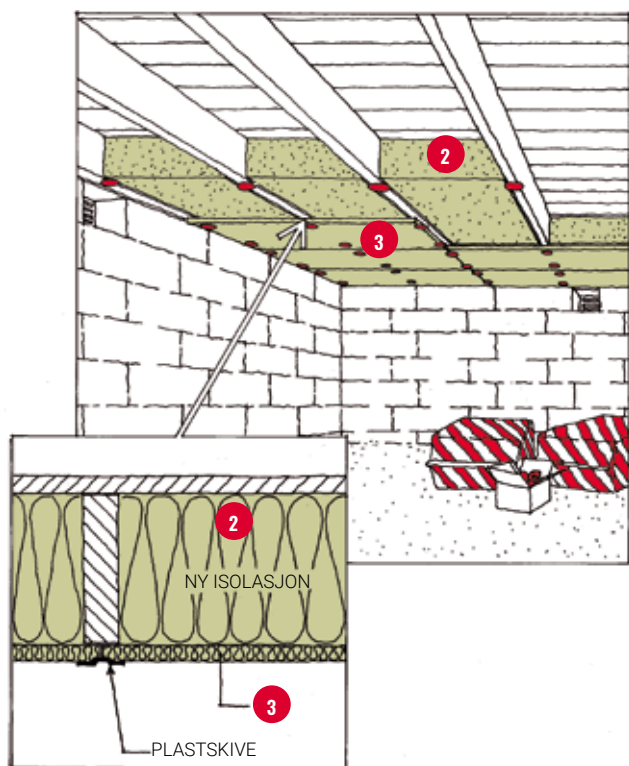


**1** Fjern blindbunnen og eksisterende isolasjon.

**2** Sørg for at det er lufttett mot ytterveggen gjennom å sette opp en remse med vind-sperre eller gjennom å tette nøye med en tetningsremse.

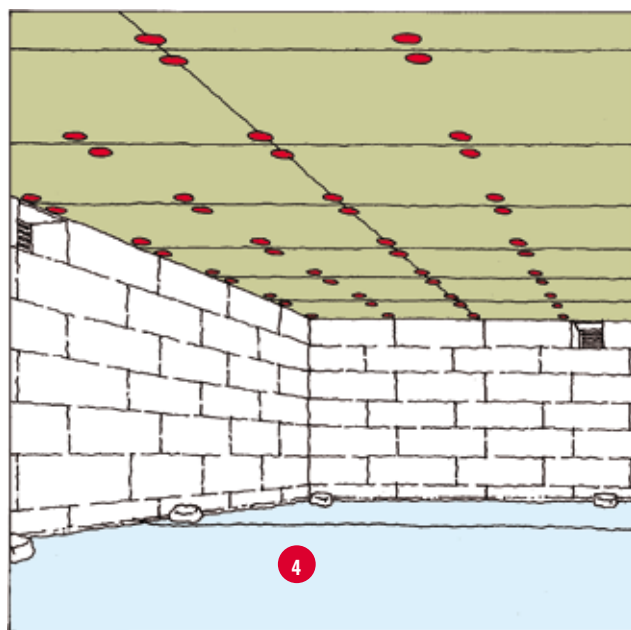
Det bør være plass til minst 200 mm isolasjon. Bygg på gulvbjelkene om nødvendig.

Kontroller at ventilasjonsåpningene ikke blir mindre hvis du bygger på bjelkene.



**3** Monter isolasjonen og kontroller at platene slutter tett mot bjelker, inngulv og mot yttervegg.

Etter hvert som du monterer isolasjonsplatene, spikrer du fast en ny blindbunn av steinull, som dessuten gir en ekstra isolasjon på kjøpet. For å holde isolasjonen på plass mens du spikrer, kan du hefte den fast med en plastskive og spiker eller støtte den opp med noen plankebiter.



**4** Avslutt med å jevne til og rydde i krypkjelleren. Det må ikke ligge igjen noen organiske materialer der. Dekk marken med plastfolie som hindrer at markfuktigheten stiger oppover. Legg noen steiner over plasten for å holde den på plass og at vann ikke legger seg i kryperom.

- 1 PAROC XSI 004zdy, Tetteremse GDS  
PAROC XMW 060 zdy, Vindsperre alt.  
PAROC XMW 060, Vindsperre
- 2 PAROC eXtra, A-plate
- 3 PAROC GRS 30, Grunnplate
- 4 PAROC XMV 012zcf, Plastfolie

#### HUSK!

- Bestem først om det er enklest for deg å isolere ovenfra eller nedenfra.
- Det må være godt isolert og lufttett ute ved ytterveggen. Hvis ikke, forringes varmeisolerings-effekten.
- Normalt trengs det ikke plastfolie i gulvet men det må være lufttett. Da kan du lime sponplaten mot gulvbjelkene for å unngå at gulvet knirker.
- Sørg for at krypkjelleren er godt ventilert.
- Fjern alt organisk materiale og alle byggrester fra krypkjelleren – hvis ikke, er det fare for muggangrep.
- Dekk marken med plastfolie som beskyttelse mot oppadstigende markfuktighet.

PAROC® står for energieffektive og brannsikre isoleringsløsninger av steinull for nybygg og renovering, VVS-løsninger, industriapplikasjoner, maritime løsninger og offshore-løsninger samt himlinger og andre akustikkprodukter. Vårt varemerke bygger 80 års erfaring med innovasjon, produksjon og teknisk know-how. Vårt tilbud innen byggisolering omfatter en rekke produkter og løsninger for alle typer bygninger, og brukes primært til varme-, brann- og lydisolering av tak, loftsbjelkelag, kjellertak, vegger, bjelkelag og grunnmurer. Innen akustikkområdet tilbyr vi lydabsorbenter og bæreverk for himlinger samt veggabsorbenter for alle typer miljøer. Vårt tilbud innen teknisk isolering inkluderer varme-, brann- og lydisolering for VVS-systemer, prosessindustri, maritime løsninger og offshoreløsninger samt en rekke kundespesifikke løsninger.

På grunn av den kontinuerlige utviklingen av våre produkter forbeholder vi oss retten til å foreta endringer og tilpasninger til vårt informasjonsmateriale.

**PAROC.NO**



Juni 2019  
2048BINO0619  
© Paroc 2019



**PAROC®**