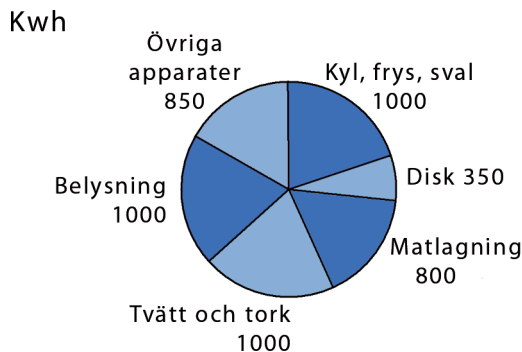
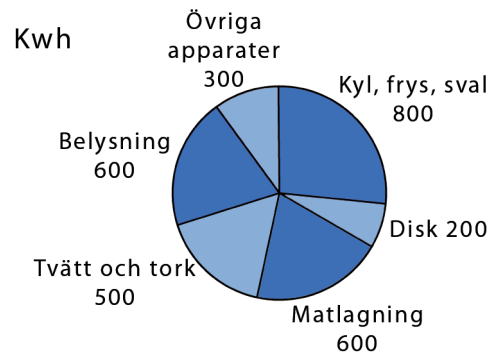


Hit går hushållselen

De tunga elposterna i hushållselen är kyl-, frysförvaring av mat, matlagning, belysning, tvätt och tork. Till- sammans utgör dessa 70-90 procent av hushållselen. På dessa delar går det att göra besparingar som ger resultat både i den egna hushållskassan och i minskade miljökonsekvenser. Energiproduktion i olika former är en stor miljöbelastning idag. Sparar vi på elenergi sparar vi på miljö samtidigt.



Elanvändning, 4 personer i villa. Gör av med ca 5 000 kWh per år i hushållsel. Det kostar ca 6 000 kr i rörliga avgifter.



Elanvändning, 2 personer i lägenhet. Gör av med ca 3 000 kWh per år i hushållsel. Det kostar ca 3 600 kronor i rörliga avgifter.

Spartips:

Kyl, frys och sval:

Om kylan eller frysen är gammal så är det ofta den som drar mest el i ditt hushåll. Normalt är energianvändningen ca 900 kWh/år för kyl och frysen, vilket motsvarar ca 900 kr/år. Följande åtgärder kan minska förbrukningen, men det går inte att säga exakt hur mycket du sparar på de olika åtgärderna.

- Håll rätt temperatur, 2-6 °C i kylan, 6-12 °C i svalen och -18 °C i frysen.
- Låt maten svalna och täck den väl före kylförvaring.
- Avfrostad regelbundet, en "isig" fryser kan dra upp till 25 % mer el.
- Håll baksidan fri från damm och se till att luftväxlingen är bra runt skåpet. Det är viktigare att det är dammfritt på baksidan än att frysen är avfrostad.
- Köp energisnålt när du köper nya vitvaror, helst energiklass A eller B.
- Använd infrysningsknappen bara vid infrysning av stora mängder. Kontrollera att den inte är intryckt annars eftersom frysens kompressor då går hela tiden.
- Kontrollera att tätninglisten är tät genom att sätta ett papper mellan dörren och skåpet. Om pappret inte sitter fast när dörren är stängd läcker det troligtvis ut kyla den vägen. Man kan också lägga en tänd ficklampa i frysen och när det är mörkt i rummet syns eventuella otätheter.

Disk:

- Skölj disken i balja, ej under rinnande varmvatten vid handdisk.

- Fyll diskmaskinen väl och använd inte högre temperatur än nödvändigt.
- Välj storlek på diskmaskinen efter behov.
- Anslut diskmaskinen till kallvattnet (gäller inte alltid)

Matlagning:

Normalt förbrukar matlagningen ca 500 kWh/år vilket motsvarar ca 550 kr/år.

- Använd kastrull som är lika stor eller större än plattan. Använd aldrig en kastrull som är mindre än plattan.
- Utnyttja eftervärmen både på plattorna och i ugnen.
- Använd ugnen för flera saker efter varandra, det går åt ca 0,5 kWh att värma upp ugnen till 200°C.
- Använd lock vid kokning. Energitillsatsen för att hålla vatten kokande i en kastrull utan lock är fem gånger högre än med lock.
- Använd microvågsugnen (för en kopp) eller ännu hellre en vattenkokare när du kokar tevattnen. Vid större mängder, använd spisen.

Belysning:

- Släpp in dagsljuset, det mår vi bäst av.
- Släck "onödig" belysning, låt tomma rum vara mörka.
- Använd timer för stämningslampor/mysbelysning.
- Byt ut glödlampor mot lågenergilampor. En kvalitetsmärkt lågenergilampa lyser 10 gånger så länge som en glödlampa men använder bara 20 % av energin. Det syns på elräkningen om flera glödlampor i ett hushåll byts ut mot lågenergilampor. På kvalitetsmärkta lågenergilampor står det "Rekommenderas av energimyndigheten".

Övriga apparater:

- Undvik att ha olika uppladdningsbara apparater inkopplade hela tiden.
- Köp timers till lämpliga apparater, t.ex. motorvärmare.
- Aktivera energisparläget på datorn (under Bildskärm i Kontrollpanelen) eller stäng av skärmen manuellt när du tar rast från datorn.
- Låt laddarna vila. Dra ut laddare och småtransformatorer ur eluttaget när de inte används, ”stand-by” förlusten för en laddare är ca 50 kWh/år eller 50 kr/år. Om du har en dator med scanner, skrivare etc. kan du ansluta dessa till ett gemensamt grenuttag med strömbrytare.
- Stäng av teven, videon, etc. med avstängningsknappen istället för med fjärrkontrollen. Då minskar både energiförbrukningen och brandrisken.

Tvätt och tork:

- Tvätta med full maskin.
- Slopa förtvätt vid normal smutsad tvätt.
- Centrifugera väl.
800 varv/minut ger 80 % restfuktighet,
1000 varv/minut ger 65-70 % restfuktighet,
1400 varv/minut ger 55 % restfuktighet.
- Torka tvätten utomhus om möjligt.
- Övertorka inte i torktumlaren.
- Köp energieffektiv tvättmaskin och torktumlare när du köper nytt. Helst energiklass A eller B. Nya maskiner centrifugerar så bra att en centrifug inte behövs

Hur mycket energi får du för pengarna?

Om du använder en	med effekten	så räcker 1kr, ca
Bastu	5 000 W	12 min
Dammsugare	1 000 W	1 tim
Glödlampa	25 W	40 tim
Glödlampa	40 W	25 tim
Glödlampa	60 W	17 tim
Infravärme	1 000 W	1 tim
Kaffebryggare	800 W	1 tim 15 min
Mikrovågsugn	1 400 W	43 min
Motorvärmare	700 W	1 tim 25 min
Radio	10 W	Drygt 4 dygn
TV	80 W	12,5 tim
Värmebläsk	2000 W	30 min

Källa: www.energiradgivningen.se och Rådrummet, Karlstad

Informationen i faktabladet är granskad och anpassad av de kommunala energirådgivarna i Värmland.

Hur stor blir årsförbrukningen för apparater som står på hela året?

	Ungefärlig kostnad/år	Åtgärd för att minska förbrukning
Dator med skärm, stand-by	1000-1200 kr	Stäng av, speciellt skärmen. Dra ur kontakt eller skaffa kopplingsdosa med avstängningsknapp
Fax, stand-by	200 kr	
Klockradio	25 kr	
Parabolantenn	200 kr	
Telefonsvarare	50 kr	
TV, stand-by	100 kr	Stäng av under natten, minskar även brandrisk. Skaffa kopplingsdosa med avstängningsknapp.
Vattensäng	1000-2000 kr	Bädda sängen, det isolerar och minskar kostnaden.
Video, stand-by	100 kr	Skaffa kopplingsdosa med avstängningsknapp.
Akvarium	200 - 1000 kr	Välj fisk som inte ska ha för varmt vatten.
Cirkulationspump	500 kr	Stäng av under sommaren.