



Spara energi - några enkla tips

Senast ändrad: 2022-09-12 15:31

Det finns mycket du kan göra för att minska din energianvändning och elräkning. Här har vi samlat några tips på energismarta vanor som sparar energi i hemmet och samtidigt minskar din påverkan på miljön.

Tips på hur du kan spara energi:

Sänk värmen inomhus

Speciellt om du har elvärme. Om du sänker värmen inne med en grad minskar din energianvändning för uppvärmning med ungefär fem procent. Se till att du inte ställer möbler i vägen för elementen och termostaterna.

Duscha kortare tid

Halverar du din duschtid så halverar du också el- och vattenförbrukningen.

Diska i diskmaskin

Undvik också att spola av disken före. Välj Eco-programmet. Att diska för hand drar upp till fyra gånger så mycket energi som att diska i maskin.

Tvätta i fylld tvättmaskin

Och välj inte högre temperatur än nödvändigt. Väljer du eco-programmet får du både låg energianvändning och ren tvätt.

Stäng av apparater och släck lamporna

När du lämnar rummet. Använd LED-lampor, de drar fyra till fem gånger mindre el än halogenlampor och den håller upp till 15 000 timmar.

Använd klädstreet

Häng kläderna för att torka utomhus när det går i stället för att använda torktumlare. Torktummlaren använder hela två till tre gånger mer energi än tvättmaskinen.

Vädra smart

Om du behöver vädra: öppna mycket och vädra under kort tid, i stället för att vädra lite under lång tid. Stäng av termostaterna på elementen under tiden.

Ställ in rätt temperatur i kyl och frys

+4 grader Celsius i kylan och -18 grader Celsius i frysen. Då får du både bra matförvaring och låg energianvändning.

Frosta ur frysen

Om det bildats is i den. Isen ökar energianvändningen och ger sämre matförvaring. Torka av baksidan av kylan och frysen så att kondensorn hålls dammfri. Även dammet gör att elanvändningen ökar.

Kontakta Energimyndigheten

016-544 20 00