



energideklarering väst ab

ÖSTRA HAMNGATAN 46-48, 411 09 GÖTEBORG

TELEFON 031-20 52 59

E-POST INFO@ENERGIDEKLARERINGVAST.SE

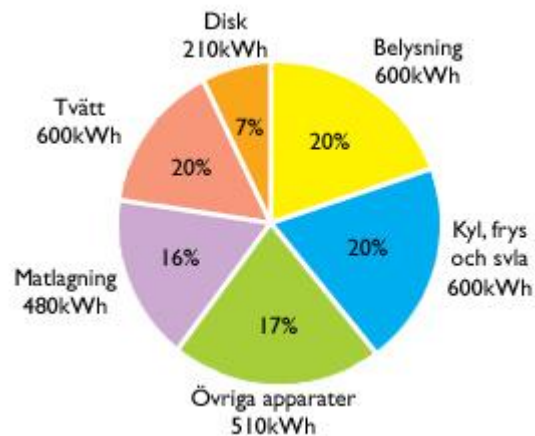
WEBB WWW.ENERGIDEKLARERINGVAST.SE

ORGANISATIONSNUMMER 556750-1399

FÖRETAGET INNEHAR F-SKATTESEDEL

Allmänna energispartips för hushåll

I ett hushåll fördelas energiförbrukningen ungefär enligt bilden nedan.



Nedan följer ett antal tips på hur man kan spara på den energin. I de flesta fall har det att göra med våra vanor och att vi inte tänker på att vi många gånger slösar energi i onödan. Så börja redan i dag att tillämpa några av tipsen så spar du på energin, miljön och dina egna kostnader.



energideklarering väst ab

Värme

Energispartips	Effekt
<ul style="list-style-type: none">• Täta dragiga dörrar och fönster.	<p>Ökat drag gör att man höjer innetemperaturen för att kompensera för draget.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Möblera inte framför elementen.	<p>Värmen får svårt att nå ut till resten av rummet.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Fäll ner persiennerna nattetid.	<p>Nerfällda persienner/nerdragna rullgardiner ger för vanliga 2-glasfönster ungefär samma effekt som ett tredje fönsterglas.</p> <p>Besparingen är svår att beräkna men kan uppskattas till 25-50 kWh/fönster och år.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Sänk inomhustemperaturen	<p>En grad lägre temperatur sparar 5 % av uppvärmningskostnaden.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Sänk värmen lite mer i rum du vistas sällan.	<p>Energiförlusterna minskar givetvis i detta rummet</p>
<ul style="list-style-type: none">• När du reser bort kan du sänka temperaturen inne till cirka 15 grader.	<p>Ger spareffekt då rumstemperaturen sjunkit.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Vädra snabbt med tvärdrag, stäng elementen under tiden.	<p>Man undviker att kyla ned väggar och möbler och kyler bara luften. Om man inte stänger av ventilerna under tiden öppnar de för fullt.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Håll dörren stängd mot kalla utrymmen, till exempel vind och veranda.	<p>Undviker både ovälkommet drag och värmeförluster.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Byt ut termostaterna efter 10-15 år eller när de går sönder.	<p>Icke fungerande termostater stänger inte då man får gratisvärme från t.ex fler personer i rummet.</p>



energideklarering väst ab

Belysning

Energispartips	Effekt
<ul style="list-style-type: none">• Byt glödlamporna till lågenergilampor.	Du spar 80 % elenergi och de räcker 6-15 ggr längre. Dessutom ger de ett ljus som växter gillar och det bränner inte sönder tapeter och lampskärmar.
<ul style="list-style-type: none">• Släck ljuset i rum eller på platser där ingen vistas. Det finns flera olika metoder för att se till att lampor är släckta när de inte behövs. Det kan till exempel vara ljussensorer, rörelsevakter och timer.	Du spar både energi och lampan håller längre innan du behöver byta.
<ul style="list-style-type: none">• Byt till lysrörslampor där brinntiderna är långa.	Lysrör utnyttjar energin betydligt bättre än glödlampor.
<ul style="list-style-type: none">• Byt, om möjligt, ut halogenlampan mot en LED-lampa, som drar mycket mindre el.	Halogenlampa drar mer energi än LED-lampa.





energideklarering väst ab

Varmvatten/Bad o dusch

Energispartips	Effekt
• Installera moderna duscharmaturer eller strypbrickor.	Vattenflödet kan halveras och då även kostnaden för uppvärmning av vatten.
• Duscha istället för att bada.	Till ett bad går det åt ca 250 l vatten eller drygt 7 kWh. Till en dusch i 5 min går det åt ca 40 l eller drygt 1 kWh, d.v.s. 7 gånger energisnålare.
• Håll nere duschtiderna.	Duschning 15 min förbrukar ca 4,5 kWh. En 5-minutersdusch förbrukar således drygt 1,5 kWh. På ett år blir det en besparing på ca 1000 kWh per person.
• Byt packning i droppande kranar.	En droppande kran kan bli 20 m ³ /år. Är det varmvatten går det åt minst 700 kWh.
• Om det är möjligt, anslut diskmaskinen till kallvatten så att den inte sköljer i varmvatten.	Nyare maskiner sköljer i kallt vatten.



energideklarering väst ab

Matlagning - matförvaring

Energispartips	Effekt
<ul style="list-style-type: none">• En mikrovågsugn använder betydligt mindre energi än en spis eller ugn vid mindre matmängder.• Koka vatten i vattenkokare i stället för i kastrull på spisen.• Använd plana kokkärl och välj platta efter grytans storlek.• Försök att inte öppna ugnsluckan i onödan.• Sätt in maten samtidigt som du slår på ugnen.• Använd lock när du skall koka.• Utnyttja plattans eller ugnens eftervärme.	<p>Mikrovågsugnen kan vara upp till 3-4 gånger så effektiv som spisen.</p> <p>Du använder bara en tredjedel så mycket energi.</p> <p>Om kastrullen är en centimeter mindre än plattan försvinner 20 procent av energin utan att göra nytta.</p> <p>Ugnstemperaturen sjunker med cirka 25 grader varje gång luckan öppnas.</p> <p>Bättre utnyttjande av energin.</p> <p>Locket sparar 80 procent av energin när vattnet kokar. Gör det genom att stänga av någon minut innan maträtten är klar.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Håll rätt temperatur, i frysen, ca -18°C, i kylan ca 4-6 °C .• Använd rätt storlek på kyl och frys.• Ställ ej in varma varor i kyl eller frys.• Tina gärna djupfrysta varor i kylan.• Frosta av kyl och frys regelbundet och dammsug "gallret" på baksidan av kylan och frysen regelbundet.• Kontrollera att dörrar till kyl och frys ej läcker.	<p>Varje grads onödig kyla i kyl och frys ökar energiförbrukningen.</p> <p>En tom eller halvtom frys förbrukar mer energi än ett välfyllt.</p> <p>Låt dem svalna i rumstemperatur först.</p> <p>Kylan kommer kylskåpet tillgodo</p> <p>Med några lager dagstidningar över håller sig varorna frysta utomhus under den kalla årstiden. Damm fungerar som isolering och leder till ökad energiförbrukning.</p> <p>Lister kan ha skadats och oönskad värme kommer in i skåpet.</p>



energideklarering väst ab

Disk

Energispartips	Effekt
• Torkfunktionen i en diskmaskin är ofta onödig.	Den kan undvikas om man inte behöver diska upprepade gånger efter varandra.
• Fyll hela maskinen inför varje disk.	Du kommer att kunna minska antalet diskningar.
• Använd kortast möjliga diskprogram.	Många diskmaskiner har miljövänligare alternativ.
• Diska ej under rinnande varmt vatten.	En dyr och slösaktig ovana.
• Använd en balja som insats i slaskhon och skölj disken i denna.	Med sköljning i balja kan ca 2,5 kWh per 15-minutersdisk sparas + kostnaden för ca 60 l vatten.



energideklarering väst ab

Tvätt o tork

Energispartips	Effekt
<ul style="list-style-type: none">• Tvätta alltid med full maskin och välj rätt tvättprogram helst utan förtvätt och med så låg temperatur som möjligt. Använd sparprogram.	Detta ger totalt färre antal tvättar, kortare gångtider och mindre energiåtgång.
<ul style="list-style-type: none">• Använd hellre torktumlare än torkskåp. Använd med fördel torkskåpet men utan värme, det tar visserligen längre tid men du sparar energi.	Eluppvärmt torkskåp är det sämsta alternativet. Se till att inte tumlaren går längre tid än nödvändigt.
<ul style="list-style-type: none">• Torka tvätten ute då vädret tillåter.	Detta är det bästa om det är möjligt.
<ul style="list-style-type: none">• Centrifugera bort så mycket vatten som möjligt.	För varje liter vatten som kan tas bort genom centrifugering istället för eldriven tork eller torktumlare sparas ca 1kWh.

Elapparater och övrigt

Energispartips	Effekt
<ul style="list-style-type: none">• Stäng av TV och stereo med dess huvudströmbrytare	Stänger du endast av med fjärrkontrollen fortsätter de att dra ström i ett standbyläge.
<ul style="list-style-type: none">• Du kan själv ställa in att din dator ska stänga av skärmen när du inte har använt den på en stund.	Inställningen brukar heta "viloläge".
<ul style="list-style-type: none">• Använd motorvärmare till bilen det är skonsamt både för bilen och miljön. <p>Vid -15 grader - cirka 1,5 timme innan avfärd.</p> <p>Vid 0 grader - cirka 1 timme innan avfärd.</p>	Mätningar gjorda på en äldre bil utan katalysator visar att bränsleåtgången vid användandet av motorvärmare minskar med ca 1-1,5 dl per kallstart vid -15 grader. För en bil med katalysator minskar bränsle-åtgången med ca 0,7 dl per kallstart.