

## **Belysning**

Ungefär en fjärdedel av hushållselen går åt till våra lampor. Men så gott som alla kan lätt dra ner 15-20 procent på belysningskostnaden. Det gäller att ha rätt belysning på rätt ställe och vid rätt tidpunkt.

### Energismarta tips:

- Byt ut glödlamporna mot lågenergilampor. De drar 80 procent mindre el och håller tio gånger så länge.
- Släck lamporna när du lämnar ett rum. Använd gärna ljussensorer, rörelse-vakter eller timers.

## **Kök och badrum**

Spis, ugn, diskmaskin, frys, kyl, tvättmaskin och torktumlare är självklara hjälpredor i våra hem. De står för ungefär 40-50 procent av hushållselen och kostar villaägaren omkring 3 400 kronor per år.

Hur mycket el maskinerna drar beror på hur du använder dem och hur energisnåla de är. Spisar med induktionshäll drar hälften så mycket energi som en med gjutjärnsplattor. En modern diskmaskin klarar en stor disk på 14 liter vatten. Att handdiska samma disk under rinnande vatten kräver 70-100 liter! Att torktumla en tvätt drar upp till fyra gånger så mycket el som att tvätta den.

### Energismarta tips kyl/frys:

- Dammsug bakom kyl och frys två gånger per år. Du sparar 120 kronor per år och elanvändningen minskar med 20 procent.
- Frosta av frysen två gånger per år. Du sparar 170 kronor per år och elanvändningen minskar med 20 procent.

### Energismarta tips Spis:

- Använd lock, så sparar du 80 procent av energin.
- Använd vattenkokare. Den förbrukar endast en tredjedel av energin i jämförelse med gjutjärnsspisplattan.
- Använd kastrull eller stekpanna som passar spisplattan.

## **Tvätt**

Moderna tvättmaskiner är energisnåla och har hög centrifugeringshastighet på 1 400 varv per minut. De drar cirka 1 kWh-1,4 kWh per 60-graderstvätt, ungefär 1,40-1,80 kronor per tvätt. En 60-graderstvätt gör av med cirka 60 liter vatten. Det blir 22 kubikmeter vatten per år om du tvättar en tvätt per dag. Torktumla drar upp till fyra gånger så mycket el som en tvättmaskin. Elanvändningen ligger runt 5 kWh, eller drygt 6 kronor, för en torkning av 7 kilo tvätt.

### Energismarta tips:

- Hängtorka gärna tvätten, helst utomhus. Det drar tre-fem gånger så mycket energi att torka tvätten i torktumlare som att tvätta den.
- Välj att tvätta lätt smutsade kläder på 40 grader istället för 60 grader, så kan energiförbrukningen nästan halveras. Dessutom blir tvätten klar snabbare.

## **Disk**

En modern diskmaskin gör av med 10-20 liter vatten per disk. Diskar du istället för hand under rinnande gör du av med cirka 100 liter. Genom att diska med en fullmatad modern diskmaskin, istället för under rinnande vatten, sparar du med andra ord 29 000 liter per år!

Trots att diskning i maskin drar mindre el och vatten än diskning för hand blir totalkostnaden per disk högre i maskin. Det beror på att maskindiskmedlet är ungefär tio gånger dyrare än handdiskmedel. Handdisk i balja kostar runt 2-3 kronor per disk, maskindisk 4 kronor och handdisk under rinnande vatten 6-7 kronor.

### Energismarta tips:

- Skrapa av matrester i stället för att skölja, diskmaskinen diskar. Ha en slickepott i diskmaskinen för att skrapa

av matrester.

- Diska med full maskin, en diskmaskin rymmer ungefär 12 kuvert, det vill säga över 120 delar.

### **Hemelektronik**

**Vi skaffar fler och fler tv-apparater, datorer och annat till hemmet. Idag har nio av tio svenskar minst en dator i sitt hem och hälften av alla hushåll mer än en tv. Stereo, radio, dvd, tv och datorer står för cirka 20 procent av vår hushållsel.**

#### **Apparaterna drar el även i standbyläge**

Koppla gärna tv:n, stereon och dvd:n till ett grenuttag med strömbrytare. Då kan du lätt stänga av alla apparater med en enda knapp. Ett annat sätt är att koppla in en fjärrkontrollströmbrytare. Du stänger då av dina apparater med en fjärrkontroll.

#### **Energismarta tips:**

- Stäng alltid av tv:n när du inte tittar.

- Det bästa är om tv:n har en avstängningsknapp så att du kan slå av strömmen.