

MILJÖAVDELNINGEN

DÄMPA DINA ELKOSTNADER I VINTER

Vintern kan bli dyr för dig med rörligt elpris eller tillsvidareavtal, men det går att hålla kostnaderna nere genom att hålla igen på energikonsumtionen. Om du exempelvis byter ut tio av dina glödlampor mot lågenergilampor kan du spara 500 kWh per år. Med ett elpris på 1,25 kr/kWh betyder det att du sparar 625 kr per år.

Här är några ytterligare råd:***För dig som har elvärme:***

Se till att ha lagom temperatur inne. Det räcker att ha 20 grader i vardagsrummet och något lägre i sovrummet. Du kan kanske sänka temperaturen ytterligare någon grad utan att behöva frysa. Ta på dig en kofta eller använd en filt. Tänk dock på att äldre och sjuka inte bör ha kallare än 18 - 20 grader inomhus.

Täta dragiga fönster och dörrar för att minska kallras och drag, istället för att höja temperaturen. En snabb och enkel lösning är att dra för gardinerna eller fälla ner persiennerna på nätterna. Då behåller du värme i rummet.

När du reser bort kan du sänka temperaturen inne till cirka 15 grader. Även rum som du sällan använder kan ha lägre temperatur.

Ställ inte möbler för nära elementet. Då får värmen svårt att nå ut till resten av rummet.

Belysning:

Byt till lågenergilampor. 1 kWh el räcker till att få en lågenergilampa att lysa i 111 timmar medan en glödlampa bara lyser i 25 timmar.

Släck lamporna när du lämnar ett rum.

Byt ut halogenlampan mot en LED-lampa som drar betydligt mindre el.

Hemelektronik:

Stäng av både TV:n och datorn med strömbrytaren och dra ur batteriladdaren till laptop och mobiltelefon när den inte används. Alla apparater i hemmet som inte är avstängda med strömbrytaren stjälar energi när de står i standby-läge.

Ha inte på TV eller datorn på om du inte tittar på eller använder den.

Matlagning:

Just nu kan du fundera över om du under en kortare period kan undvika långkok, det vill säga äta mat som går snabbare att tillaga. Om du har varmluftsugn kan du passa på att laga flera rätter samtidigt.

Dessutom rekommenderas alltid följande råd: Ställ in rätt temperatur i både kyl och frys. I kylan rekommenderas +5 grader och i frysen -18 grader. Varje extra grad kallare ökar energianvändningen med cirka 5 procent.

Frosta av frysen om det är is i den.

Om du tinar mat från frysen, ta ut den i god tid och låt den tina i kylan.

Sätt lock på kastrullen när du kokar mat och använd vattenkokare när du ska koka upp vatten.

Kom ihåg att stänga av köksfläkten när du lagat klart. Dels drar den energi, dels drar den ut uppvärmd luft från rummet.

Vattenanvändning:

Vänta med att tvätta till du har så mycket smutsvätt att den fyller maskinen.

Använd tvättmaskinens sparprogram när du har lätt smutsad tvätt.

Undvik om möjligt att använda torkskåp eller torktumlare, lufttorka tvätten istället.

Använd inte varmvatten för att skölja av disk som ska in i diskmaskinen.

Kör inte diskmaskinen förrän den är full och koppla ifrån torkfunktionen om det går.

Duscha snabbt och effektivt istället för att bada i badkaret.

Om du har en elektrisk handdukstork i badrummet, glöm inte att stänga av den när den inte används, eller använd den inte alls under en period.