



# Energispartips

**Har du funderat på hur du kan minska din energiförbrukning?** Det finns faktiskt massor du kan göra för att spara energi i din bostad. Nyckeln är att göra små, medvetna val varje dag. Här följer några exempel:

## Köket

- Ställ in rätt temperatur i kyl och frys, +4 grader i kylan och -18 grader i frysen. Då får du bra matförvaring och lägre energianvändning.
- Använd vattenkokare när du ska koka upp vatten, det går snabbt och du sparar energi.
- Diska i diskmaskin om du har en, det sparar energi jämfört med att diska för hand. Undvik att skölja disken i varmt vatten innan du sätter in den i maskinen. Kom ihåg att kontakta oss innan köp och installation av diskmaskin.
- Frosta av frysen med jämna mellanrum.
- Sätt lock på kastrullen, då använder du bara en tredjedel så mycket energi jämfört med om du inte använder lock.

## Tvättstugan

- Tvätta i 40 grader i stället för 60 grader om det är möjligt, det kan nästan halvera energianvändningen.
- En torktumlare använder två till fyra gånger mer energi än en tvättmaskin. Lufttorka därför tvätten om det är möjligt.
- Tvätta i fylld maskin.

## Uppvärmning

- Tänk på att inte sätta stora möbler precis framför elementen, då sprids inte värmen som den ska.
- Vid vädring – öppna mycket och vädra under en kort stund, i stället för att vädra lite under lång tid.

## Badrummet

- Ta korta duschar.
- Stäng av duschen under tiden du tvålår in och schamponerar dig.
- Stäng av kranen när du borstar tänderna.

## Belysning

- Byt till effektiv och bra belysning, som LED-lampor.
- Släck lampan när ljuset inte behövs.

**LED-lampor förbrukar upp till 85% mindre energi än vanliga glödlampor och håller i upp till 20 år.**

## Elektroniska apparater

- Dra ur batteriladdare, till exempel till mobilen, när de inte används. Så länge laddaren sitter kvar i eluttaget drar den ström, även om enheten är bortkopplad.
- Ställ in datorn så att den går ner i viloläge när den inte används på ett tag.
- Stäng av datorn helt när du är klar med den för dagen.
- Många elektriska apparater drar mycket energi även när de står i standby. Stäng därför av apparaterna helt.