

# Några tips för att spara el

## I hemmet

### Allmänt

- Släck lampor i de rum där ingen är och byt till led-lampor. En led-lampa förbrukar 80 procent mindre el och håller 10-20 gånger längre tid än en vanlig glödlampa. Beräkna själv hur mycket el du kan spara ([konsumentguiden.se](http://konsumentguiden.se))
- Kolla energimärkningen när du köper nya vitvaror och elektronik. Det lönar sig oftast på sikt att investera i de energisnåla alternativen.

### Tvätt och badrum hemma och i vår tvättstuga

- Undvik att köra halvfylla tvättmaskiner. Välj så låg temperatur som möjligt och använd eventuella sparprogram.
- Om du har möjlighet så torka gärna din tvätt på en tvättlina eller en torkställning. Annars är det bättre att torktumla dina kläder istället för att använda torkskåp. Väljer du att använda torkskåp så centrifugera först så mycket som möjligt.
- Kostnaderna för handdukstorken kan ofta skena iväg. Se till att den är av när du inte använder den då en handdukstork som står på dygnet runt kan kosta många kilowattimmar per år. Välj en vattenburen handdukstork om möjligt då dessa drar mindre el. Det kan också vara en bra idé att installera en timer som stänger av handdukstorken.
- **Tvätt i samfällighetens tvättstuga.** Undvik att använda det stora torkskåpet om du inte måste – t ex för mattor eller andra stora saker. Det drar väldigt mycket el.

### Kök

- Håll rätt temperatur i kylan (+6°) och frysen (-18°). Tänk på att placera dem så att luften kan cirkulera runt om och dammsug baksidan regelbundet. Frostna även av frysen minst en gång om året och se till så att dörrar och lock sluter tätt.
- Om du ska tina fryst mat kan du göra det i kylan så använder du kylan som finns i maten. Låt också varm mat svalna innan du ställer in den i kylskåpet.
- När du lagar mat på spisen är det bra att använda lock på kastrullerna. Se också till att dina kastruller inte är ojämna i botten, så får de bra kontakt med plattan och matlagningen går både snabbare och använder mindre el. För att koka vatten är vattenkokaren ett energisnålt alternativ.
- Kör diskmaskinen när den är full och använd energisparprogrammet. Tänk också på att du inte ska behöva skölja disken innan du kör den i diskmaskinen, skrapa bara ner eventuella matrester i komposten.

## **Golvvärme**

- Dra ner golvvärme om du har det. Det drar väldigt mycket el. Med golvvärme ska du inte lägga på mattor eftersom de hindrar värmen från att komma in i rummet.

## **Jul**

- Har du dekorationsbelysning med äldre glödlampor är det bra att använda timer. Om belysningen har led-lampor kan dock timern i sig dra mer el.

## **Elektronik**

- Stand-by läge: Hemelektronik så som mobilladdare, tv:n eller spelkonsolen som står i standby-läge är en klassisk strömtjuv. Se till att alltid stänga av datorn och dra ut batteriladdaren när det inte används. Alla apparater i hemmet drar ström i standby-läge, så ett tips är att skaffa grenkontakter så du enkelt kan stänga av all hemelektronik med ett knapptryck. Ställ in datorn så att den går ned i viloläge och att skärmen stängs av när du inte använt den på ett tag.
- En plasma-tv kan dra 2-3 gånger mer ström än motsvarande platt-tv med annan teknik. Ju större tv desto mer el drar den förstås också.

## **Bil**

- Använd timern på din motorvärmare rätt. Det räcker med en timme för att värma upp en bil under vintertid. När det är varmare än +10° behövs den inte alls och vid -15° kan du använda den i ca 1,5 timme.
- Det är viktigt att motorvärmare **inte** används för att ladda elbil både med anledning av elpriset och av säkerhetsskäl.