

# ALLMÄNNYTTANS

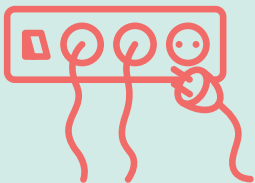
# 10 enklaste

# ENERGISPARTIPS

ATT SPARA ENERGI ÄR BRA FÖR MILJÖN OCH ENKLARE ÄN VAD DU TROR. GENOM ATT SPARA ENERGI BIDRAR DU TILL ATT DÄMPA ENERGIPRISERNA OCH SÄNKA DINA KOSTNADER. HÄR FÖLJER TIO TIPS FÖR ETT ENERGISNÅLARE LIV.

## 01. STÄNG ALLTID AV STRÖMBRYTAREN PÅ DINA ELPRYLAR

Fem till femton procent av din hushållsel går till hemelektronik som står i stand-by. Koppla all din hemelektronik till ett grenuttag med strömbrytare, så kan du lätt stänga av alla saker när du inte behöver använda dem.



## 02. SLÄCK ALLTID LYSET EFTER DIG NÄR DU LÄMNAR RUMMET

Belysning står för en femtedel av hemmets energianvändning, så här finns det både pengar och energi att spara.

## 03. BYT TILL LÅGENERGILAMPOR

Glödlamporna är i princip ett minne blott, men det finns fortfarande en del halogenlampor som kan använda 10 gånger mer energi jämfört med LED-alternativet. Minska energin med 90 % genom att gå över till LED där det finns halogen.



## 04. DUSCHA SNABBT & EFFEKTIVT ISTÄLLET FÖR ATT BADA I BADKAR

En dusch på fem minuter istället för en kvart kan minska årsförbrukningen för varmvattnet med hela 500 kilowatt-timmar per person. Stäng därför av vattnet när du vill tvåla in dig. Och använd gärna en duschtimer för att hålla reda på tiden.

## 05. VAR SPARSAM MED VATTNET VID DISK & TANDBORSTNING

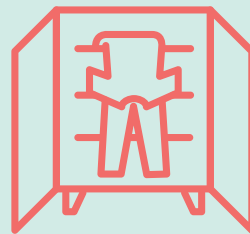
En kvarts disk under rinnande vatten kräver hela 75 liter. Använd istället balja eller diskpropp. Stäng även av vattnet när du borstar tänderna. Tipsa också hyresvärderna om läckande kranar.

## 06. VAR RÄDD OM VÄRMEN I LÄGENHETEN

Ha inte stora möbler eller långa gardiner framför dina element, det hindrar värmen från att komma ut i rummet. Om du känner drag, kolla dina tätningsslister runt fönster och dörrar. Är de trasiga, kontakta hyresvärderna.

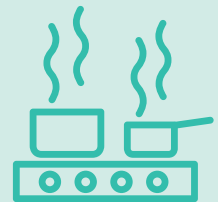
## 07. ANVÄND TORKSKÅP & TORKTUMLARE MED MÅTTA

Låt tvätten hängtorka om det inte är så bråttom! Det går åt nästan lika mycket energi att torka ett par strumpor som att fylla hela torkskåpet. Anpassa torktiden så att fläkten inte står på i onödan. Ett torkskåp använder ungefär lika mycket energi som 570 LED-lampor!



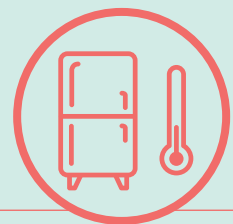
## 08. TVÄTTA FULL MASKIN & ÖVERDOSERA INTE TVÄTTMEDEL

Det går åt nästan lika mycket energi till att tvätta en enda tröja som att tvätta en full maskin. Tänk också på att inte överdosera tvättmedlet, utan läs på paketet hur mycket som behövs.



## 09. ANPASSA KASTRULLERNAS STORLEK TILL PLATTAN & ANVÄND LOCK VID KOKNING

Använd kastruller och stekpannor med plana botten som passar till plattans storlek (repiga och buckliga botten drar mer energi). Använder du lock när du kokar vatten sparar du dessutom 30 % energi.



## 10. STÄLL IN RÄTT TEMPERATUR PÅ KYL OCH FRYS

För varje grad extra kyla du har ökar du energianvändningen med upp till 10 %. I kylan rekommenderas +5 grader och i frysen -18 grader (går lätt att kolla genom att lägga in en termometer i mitten av kylan eller frysen.)

Här hittar du fler energispartips

**ALLMÄNNYTTAN.SE**