

Hushållsel

Kyl och frys

Om kylan eller frysen är gammal så är det ofta den som drar mest el i ditt hushåll. Normalt är energianvändningen ca 900 kWh/år för kyl och frysen, vilket motsvarar ca 900 kr/år. Följande åtgärder kan minska förbrukningen, men det går inte att säga exakt hur mycket du sparar på de olika åtgärderna.

- Om din frys har en infrysingsknapp, kontrollera att den inte är intryckt, eftersom frysens kompressor då går hela tiden.
- Kontrollera att tätninglisten är tät genom att sätta ett papper mellan dörren och skåpet. Om pappret inte sitter fast när dörren är stängd läcker det troligtvis ut kyla den vägen. Man kan också lägga en tänd ficklampa i frysen och när det är mörkt i rummet syns eventuella otätheter.
- Dammsug "gallret" på baksidan av kylan och frysen regelbundet. Det är viktigare att det är dammfritt på baksidan än att frysen är avfrostad. Se till att det finns luftspalter så att det kan komma fram luft till baksidan av frysen. (Se bruksanvisningen.)
- Håll rätt temperatur i frysen, ca $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$ i frysen och i kylan ca $+3$ till $+7\text{ }^{\circ}\text{C}$
- När kylan eller frysen måste bytas, se till att den har så kallad A-klass, vilket är en märkning för energisnåla produkter. (I en hyreslägenhet är det värden som bestämmer utrustning.)

Elspis

Normalt förbrukar matlagningen ca 500 kWh/år vilket motsvarar ca 500 kr/år.

- Värm vatten i en vattenkokare istället för på spisen, den förbrukar mindre energi samtidigt som det går mycket snabbare.
- Se till att kastrullerna och stekpannan har plan botten och har rätt storlek för den platta som du använder.
- Ha lock på kastrullen så mycket som möjligt.
- Använd ugnen för flera saker efter varandra, det går åt ca 0,5 kWh att värma upp ugnen till $200\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Avstängda apparater spar energi

- Låt laddarna vila. Dra ut laddare och småtransformatorer ur eluttaget när de inte används, "stand-by" förlusten för en laddare är ca 50 kWh/år eller 50 kr/år. Om du har en dator med scanner, skrivare etc. kan du ansluta dessa till ett gemensamt grenuttag med strömbrytare.
- Stäng av teven, videon, etc. med avstängningsknappen istället för med fjärrkontrollen. Då minskar både energiförbrukningen och brandrisken.

Fulla maskiner spar energi

Se till att tvättmaskinen och diskmaskinen är fyllda när du kör dem, så minskar du antalet användningar per år.

Belysning

Byt ut dina glödlampor mot lågenergilampor. Under senaste året har det kommit små, snygga modeller som ser ut som vanliga lampor och får plats i exempelvis prydnads-lampor. Släck ljuset i rum som står tomma.

Vad förbrukar vad?

I tabellen visas "normal" förbrukning för olika apparater i hemmet. Elpriset antas vara 1 kr/kWh vilket är lågt räknat.

	Effekt W	Användning	kWh/år=kr/år
Golvvärme, 10 m^2	100 W/m ²	2000 tim/år	2000
Frys – äldre modell	200		1000
Akvarium 200 liter	55		500
Diskmaskin	2000	1 disk/dygn	750
El-handdukstork	80		700
Tvättmaskin	3000	4 tim/vecka	600
Kyl – äldre modell	150		550
Torkskåp	2000	4 tim/vecka	400
Frys – nyare modell	120		400
Spisplatta	1500	40min/dygn	350
Kaffebruggare	800	1 tim/dygn	300
Ugn	2500	2 tim/vecka	250
Torktumlare	2000	2 tim/vecka	210
Kyl – nyare modell	100		170
TV, användning	140	3 tim/dygn	150
Parabol, stand by läge	15		130
Dator med skärm, stand by läge	15	23 tim/dygn	125
Glödlampa	60	5 tim/dygn	110
Infravärme, balkong	1000	100 tim/år	100
Skrivare	10		90
Lysrör	36+7	5 tim/dygn	80
TV, stand by läge	10	21 tim/dygn	80
Video, stand by läge	10		80
Spisfläkt	200	1 tim/dygn	70
Mikrovågsugn	1500	7 min/dygn	65
Vattenkokare	2000	5 min/dygn	60
Strykjärn	1000	1 tim/vecka	50
Dammsugare	1000	1 tim/vecka	50
Hårtork	1000	1 tim/vecka	50
Dator med skärm, användning	125	1 tim/dygn	50
Stereo, stand by läge	5		45
Lågenergilampa	11	5 tim/dygn	20
Stereo, användning	15	3 tim/dygn	15

Du kan räkna ut dina egna apparaters energikostnad genom att multiplicera effekten (W) med drifttiden per år (timmar) och dividera med 1000.

Mer information

Handla elsnålt – sänk elräkningen, pdf-fil 384 kB

[Information om energimärkning och köpguider,](#)
[Konsumentverket](#)

Kontakta din kommunala energirådgivare i

Berg	0687-16158	Bräcke	0696-16206
Härjedalen	0680-16112	Krokom	0650-16432
Ragunda	0696-682000	Strömsund	0671-16100
Åre	0647-16149	Östersund	063-143303