

## SPARA ENERGI I BOSTADEN

av [www.moveria.fi](http://www.moveria.fi). Se även [www.moveria.se/blogg](http://www.moveria.se/blogg).

Du kan påverka din elförbrukning mycket om du först och främst blir medveten om vad som drar mest energi i ditt hushåll, gör en rad åtgärder samt funderar över dina vanor i vardagen. Se över checklistan nedan för hur du kan spara energi i din bostad.

### Börja med energirådgivning

Det finns kommunala energirådgivare som ger kostnadsfri hjälp åt allmänheten i frågor kring energieffektivisering och energibesparing. Kontakta din lokala energirådgivare, information om dessa finns på internet [www.eneuvonta.fi](http://www.eneuvonta.fi). Ta kontakt med dessa för att se över energiåtgången och bli mera medveten. Låna en energimätare så att du kan kontrollera vad saker du använder har för energiåtgång. Energimätare finns att låna hos de flesta elbolagen.

### ❑ Belysning

- Använd timers eller rörelsedetektorer för att släcka/tända belysningen automatiskt.
- Använd dimmer där det är möjligt.
- Släck lampor i de rum ingen befinner sig.
- Använd lågenergilampor där det är möjligt.

### Lågenergilampor

Det mest ekonomiska alternativet för tillfället eftersom de håller länge och drar lite el. Kan användas där du tidigare haft t ex matta glödlampor men passar inte så bra där du haft en klar glödlampa och går inte att dimra lika mycket eller lika bra. Kan upplevas ha lång starttid och att de flimrar. Titta på förpackningen vilken glödlampa lågenergilampan du köper är tänkt att ersätta.

### Halogenlampor

Har inte lika lång livslängd som en lågenergilampa men har mer liknande egenskaper som en glödlampa vad gäller t ex färgtemperatur och att den är möjlig att dimra.

### LED-lampor

LED-lampor har mycket lång livslängd men är fortfarande så pass dyra att det inte bedöms rimligt att de används istället för starkare glödlampor. Så småningom förväntas LED-lampor bli det mest energieffektiva alternativet men än så länge används det ofta som t ex fasadbelysning och punktbelysning.

---

moveriaTM.fi är din administrativa hjälp i flytten. Vi hjälper dig att planera din utflyttning, inflyttning och de aktiviteter som krävs i samband med flytt. Vi tar gärna emot din feedback för att ständigt förbättras.

Börja flytta på [www.moveria.fi](http://www.moveria.fi)!

Kontakt: [kundservice@moveria.fi](mailto:kundservice@moveria.fi) • Blogg: [www.moveria.se/blogg](http://www.moveria.se/blogg)

## ❑ Uppvärmning

Uppvärmningen står för den största delen av energiförbrukningen i ett hushåll.

- Sänk inomhustemperaturen; varje grad ger resultat i minskad energiåtgång.
- Vädra hellre snabbt och mycket en kortare stund, än att ha fönster och balkongdörr på glänt långa stunder.
- Täta fönster med tätningslist för att undvika drag.
- Löpande underhåll av t.ex. ditt värmesystem gör att du sparar mer energi.

## ❑ Hushållsel

Modern utrustning är mer effektiv och kan dra mindre ström än äldre modeller. Se över din maskinpark såsom kylskåp, frys, tvättmaskin, torktumlare, spis o.s.v. Titta efter märkningar som Svanen, Energy Star och TCO som är energismarta val.

- Spis med induktionshäll är mest effektiv vad gäller matlagningen.
- Höj värmen någon grad i kylan och frysen så minskar energiförbrukningen.
- Frosta av frysen regelbundet.
- Håll dammfritt på baksidan av kyl- och frys.
- Ställ in maten först när den har svalnat helt.
- Mikron är att föredra vid uppvärmning av mindre mängder mat.
- Koka saker med locket på.
- Koka upp vatten i vattenkokare före du ska koka i kastrull på spisen.
- Tina upp mat som du tar fram ur frysen långsamt i kylskåp.
- Stäng av elektriska apparater helt, låt dem inte stå i standby-läge.
- Använd en gemensam strömfördelningsdosa med strömbrytare för en enkel avstängning av flera elektriska apparater samtidigt.

## ❑ Varmvatten

- Duscha istället för att bada, och se till att stänga av vattnet mellan schamponeringar, etc.
- Tvätta endast fulla maskiner med disk och tvätt.
- Tvätta på låg temperatur om disken/tvätten inte är kraftigt nedsmutsad.
- Handdiska inte under rinnande vatten.
- Byt till snålspolande kranar och byt ut packningar i kranar så fort de börjar läcka.

## ❑ Tork och Tvätt

- Häng tvätt på byksträck istället för att använda torktumlare eller torkskåp.

---

moveriaTM.fi är din administrativa hjälp i flytten. Vi hjälper dig att planera din utflyttning, inflyttning och de aktiviteter som krävs i samband med flytt. Vi tar gärna emot din feedback för att ständigt förbättras.

Börja flytta på [www.moveria.fi](http://www.moveria.fi)!

Kontakt: [kundservice@moveria.fi](mailto:kundservice@moveria.fi) • Blogg: [www.moveria.se/blogg](http://www.moveria.se/blogg)