

# Tips för ett energismart hem

## Allmänt

- Släck lampor som du inte använder, dra ur mobilladdare när de inte används och stäng av apparater istället för att ha dem i standby-läge. Koppla gärna in apparaterna till ett grenuttag. Då kan du enkelt stänga av alla apparater på samma gång.
- Välj energimärkt hemelektronik.
- Byt ut gamla lampor till LED-lampor och lågenergilampor.
- Sänk värmen i rum som sällan används, t ex sovrummet. Gardiner och persienner håller kylan ute och behåller värmen i rummet. Att sänka med en grad kan minska energianvändningen med hela fem procent.
- Vädra med korsdrag i 5–10 minuter så att all luft byts ut, men utan att möblerna hinner kylas ner. Undvik att täcka elementen med möbler eller stora gardiner så att värmen hindras från att cirkulera.

## Köket

- Diska i diskmaskin i stället för att diska för hand, men tänk på att köra fulla maskiner. Handdiska inte under rinnande vatten, utan använd istället diskpropp eller balja.
- Använd vattenkokare när du ska koka vatten.
- Låt maten svalna och täck den väl innan den ställs in i kylan eller frysen, annars går det åt onödig energi åt att kyla ned den. Ska du tina mat från frysen? Låt den tina i kylan så tar du tillvara på kylan.
- Håll rent bakom din kyl och frys. Att regelbundet damma av bakom kylan motverkar att kylaggregat pressas till att jobba hårdare.
- Frosta av frysen när det är is i den. Två gånger per år brukar vara lagom. En isbelagd frys drar betydligt mycket mer energi än en som är avfrostad.
- Sätt lock på kastrullen.

## Badrummet

- Duscha snabbt och effektivt istället för att bada i badkaret.
- Stäng av vattnet medan du tvålar in dig, schamponerar håret eller borstar tänderna.