

A close-up photograph of a person's hands stirring a pot on a stove. The pot is filled with a liquid, and a large plume of white steam is rising from it. The person is wearing a dark jacket and a gold ring. In the foreground, a wooden cutting board with some green vegetables is visible. The background is blurred, showing other kitchen items.

Enkla tips för att minska din energiförbrukning

ANDERS
BODIN
FASTIGHETER

Minskad energiförbrukning är bra för både din hushållsekonomi och för vår planet.

Här kommer några enkla tips för att bidra till en minskad energiförbrukning.



Visste du att LED-lampor har ca 30–40 gånger längre livslängd och använder en femtedel så mycket el som en glödlampa?

Lampor & apparater

Lysrörsarmaturer har en lång livslängd och är mer energieffektiva än glödlampor. Lysrörsarmaturer är bra att använda i exempelvis i förråd eller klädkammare.

Det är bra att släcka lamporna när du lämnar ett rum och dra ut laddare ur eluttagen när de inte används.

Undvik standby – stäng av dator, musiksystem och annan elektronik helt när den inte används.



En kran som droppar leder till ökad energiförbrukning om 700 kWh varje år, vilket motsvarar ca 1000 kr.

Dusch & bad

Minimera duschtiden. En dusch på tre minuter motsvarar i snitt 36 liter varmvatten, medan en dusch på tio minuter motsvarar 120 liter varmvatten. Ett normalt badkar rymmer 150 liter vatten så en kortare dusch är absolut att föredra.



En spisplatta på full effekt förbrukar mellan 1,5–2 kWh.

En ugn med temperatur på 200 grader förbrukar ca 0,6 kWh varje timme.

Köket

Frysen är en stor energitjuv, så ett tips är att frosta av den några gånger per år. En isbelagd fryn drar mycket mer energi än en som är avfrostad.

Det är bra att hålla rent bakom kyl och fryn. En dammig kondensor kan ge upp till 30% högre elförbrukning. Att ha täta dörrar minskar att energin läcker ut, så se till att kyl och fryn har täta dörrar och byt ut gummilisterna om de går sönder. Felanmäl slitna gummilister till oss så hjälper vi till att åtgärda det.

Använd lock på kastrullen när du kokar mat eller vatten. Det kan spara upp till 80% av energin som går åt. Om du bara ska koka vatten, använd en vattenkokare i stället för att koka vatten på spisen.

Laga mat oftare i ugn. Att laga mat i ugn är betydligt energisnålare än att ha flera spisplattor på samtidigt.

Diska i diskmaskin. Att diska för hand drar upp till fyra gånger så mycket energi som att diska i maskinen. Undvik att skölja av disken före den placeras i diskmaskinen. Välj Eco-program på diskmaskinen och stäng av diskmaskinens torkfunktion om möjligt. Disken torkar med hjälp av eftervärmningen och lufttorkar om du öppnar luckan.



Miss inte! Energi- och klimatrådgivningen ger dig fler tips och råd om hur du kan minska din energianvändning och miljöpåverkan.

För mer information, besök energiradgivningen.se

Det är enkelt att komma i kontakt med oss!
Vi har vårt kontor i Alvik, precis vid Alviks torg. Om du har frågor är du varmt välkommen att ta kontakt med bostadsförvaltare Johanna Larsson på telefon 08-445 96 63 eller e-post johanna.larsson@andersbodin.se

ANDERS
BODIN
FASTIGHETER

Telefon: 08-445 96 50
E-post: office@andersbodin.se
Webb: www.andersbodin.se