

Den billigaste elen är den som inte används

Det enklaste och snabbaste sättet att sänka din elkostnad, är att använda mindre el. Här är lite generella tips på hur du kan leva mer energieffektivt.

I KÖKET

- Håll rätt temperatur i kyl och frys. Rekommendationen är +6° i kylen och -18° i frysen.
- Rengör bakom kyl och frys. En dammig kondensor kan öka energiförbrukningen med 25%.
- Använd korrekt storlek på kastrullen. Om kastrullen är mindre än plattan kan energiförbrukningen öka.
- Diska bara en full diskmaskin och välj om möjligt Eco-program.

LJUS & ELEKTRONIK

- Byt till LED-lampor. Jämfört med en gammal glödlampa drar en LED-lampa 80% mindre el!
- Släck lamporna i rum du inte är i.
- Undvik standby-läge på elektronik.

TIPS!

Anslut apparaterna till en förgreningsdosa med strömbrytare så blir det enkelt att stänga av.

BAD & DUSCH

- Stäng av duschen när du tvålår in dig.
- Har du en handdukstork som går på el? Den är en stor energitjuv. Kanske kan du stänga av den?
- Byt till snålpolande munstycke. Du spar både vatten och kostnad för uppvärmning.

TVÄTT & TORK

Om du tvättar hemma i lägenheten:

- Tvätta bara fulla maskiner.
- Hängtorka kläderna istället för att tumla. Torktumslaren behöver 3 gånger som mycket energi som tvättmaskinen.
- Prova att sänka temperaturen när du tvättar. Ofta blir kläderna lika rena vid 30°

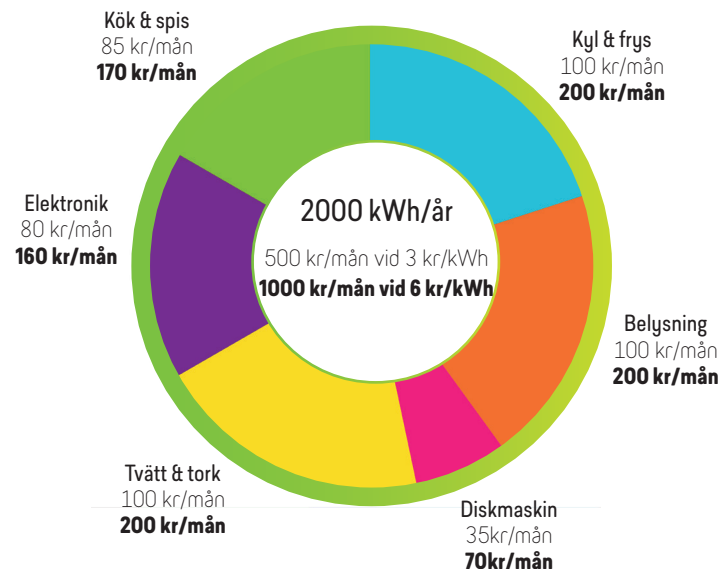
UPPVÄRMNING

Kostnaden för uppvärmning ingår oftast i din avgift. Men om vi alla hjälps åt att spara på elen minskar vi belastningen på elnätet vilket i sin tur sänker elpriserna.

- Ett snabbt tvärdrag är bättre än att låta fönstret stå på glänt.
- Sänk inomhusvärmen. För varje grad du sänker minskar du energiförbrukningen med 5%.
- Har du elburen golvvärme? Den drar mycket el om den står på dygnet runt. Kanske klarar du dig utan den?

VAD DET KOSTAR FÖR DIG

Energiförbrukningen i en genomsnittlig lägenhet uppgår till ungefär 2000 kWh per år. Här nedan ser du en kostnadsberäkning gjord på två sannolika elpris-scenarier.



MINDRE EFFEKT - MINDRE KOSTNAD

I Sollentuna har vi något som kallas effektavgift. Det är den rörliga delen av elnätsavgiften som baseras på hur du nyttjar elnätet.

Men effektavgiften tas bara ut under vardagar mellan 07-19! Så om styr din elförbrukning till efter klockan 19 slipper du alltså den kostnaden. Du kanske kan vänta med att tvätta, slå på diskmaskinen eller göra storkoket till efter sju?

<https://www.seom.se/el/sank-dina-elkostnader/>

