

Energistruten

Energiförbrukningen är från ett hus med fyra personer

1. Uppvärmning

12 000 kWh/år

Sänk inomhustemperaturen (1°C = 5%)
Täta dragiga fönster och ytterdörrar
Tilläggsisolera klimatskalet (golv, väggar och vind)
Fönsterrenovera med ett energiglas eller en 2-glas kasset
Byt till energieffektiva fönster
Återvinn värmen i ventilationsluften (FTX, FVP och FLM)
Använd inte kökspisfläkten i onödan under värmesäsongen
Undvik elektrisk golvvärme och infravärme

2. Hushållsel

5 500 kWh/år

Använd LED-lampor
Byt till energisnåla vitvaror
Rätt temperatur i kyl (+5°C) och frys (-18°C)
Apparater ska inte stå i standby
Köra fulla disk- och tvättmaskiner
Koka alltid under lock och utnyttja eftervärmen
Tina fryst mat i kylan
Undvik glödlampor och elektriska handdukstorkar

3. Varmvatten

4 500 kWh/år

Duscha under kortare tid
Handdiska inte under rinnande varmvatten
Byt packningen i läckande kranar
Snålspolande munstycken
Energibesparande blandare
Undvik tvågreppsblandare, utomhus-SPA och att bada

4. Solenergi

Plansolfångare ger värme (10 m² ger ca 4 000 kWh/år)
Vakuumsolfångare ger värme (7 m² ger ca 4 000 kWh/år)
Solpaneler ger el (10 m² ger ca 2 000 kWh/år)
10 m² solpaneler ger elbilen en körsträcka på ca 1 000 mil/år
Hustak, vägg eller mark i söder-, öst- och/eller västläge
Största fönsteryrorna mot söder (passiv solvärme)

5. Avläs

Temperaturgivare
Effekt- och energimätare (1-fas)
Fuktmätare (hygrometer) på t.ex. vinden och kryppgrunden

6. Reglera

Termostater (ev. byte av gamla)
Justera effektkurvan
Mekanisk ventilation (ev. nattkyla)
Shuntautomatik

7. Välj energikälla

Det svenska genomsnittshuset
Boyta: 150 m² Total energiförbrukning: 22 000 kWh/år
Observera att det svenska genomsnittshuset är just ett genomsnitt av alla svenska småhus. Det finns hus med betydligt lägre energianvändning och hus med betydligt högre. Mängden varmvatten och hushållsel varierar beroende på vilka installationer som finns, vilka som bor i huset och vilka vanor de boende har.

© Magnus Jonasson



Växjö
kommun