

# Från energitjuv till energismart!

Vad kan du själv göra i hushållet för att minska din elförbrukning?

Här kommer konkreta tips som hjälper dig att spara tusenlappar per år!



- **Sänk inomhustemperaturen**

Genom att sänka inomhustemperaturen med 1 grad så kan du minska elförbrukningen med upp till 5%. Rekommenderad minimitemp är 20 grader.

- **Duscha kortare stunder**

Genom att duscha kortare stunder kan man spara in mycket på sin elförbrukning. Ställ en klocka för att hålla koll på tiden. Stäng av duschen när du tvålarin dig eller tar schampo i håret.

- **Se över lister till fönster och dörrar**

Mycket av värmen smiter ut där lister är dåliga. Att byta ut lister i fönster och dörrar kan därför göra stor skillnad. Se gärna över även listerna till kyl och frysen.

- **Vattenbesparande kranar**

Att byta ut duschmunstycket till en mer energisnål variant och/eller sätta på en strålsamlare på dina kranar så kan man spara in en hel del på vattenförbrukningen.

- **Diskmaskin, tvättmaskin och torktumlare**

Planera din diskning och tvättning. Fyll maskinerna till sin maxkapacitet och kör dom färre tillfällen istället. Hängtorka kläderna i största möjliga mån.

- **Belysning**

Byt ut dina lampor till lågenergilampor/LED.

- **Frys- och kylskåp**

Sänk/höj graderna någon grad. Kylskåpet rekommenderas ha en temp från 5 grader till max 8 grader. Frysen rekommenderas hålla en temperatur mellan -18 grader till max -22 grader. Frysar över 10 år är stora energitjuvar som kan dra upp till 3 gånger mer än en nyare frys. Så stäng av den om du har möjlighet.

*Detta blad är ett samarbete mellan Grästorp Energi Ek.För och Grästorp Energi AB*

[www.grastorpenergi.se](http://www.grastorpenergi.se)

**Kontakta oss för mer information:**

Plogvägen 5, 467 30 Grästorp

0514 - 105 25 kundtjänst@grastorpenergi.se

**Grästorp  
Energi**