



24-10-2017 12:34 CEST

## 12 tips for å spare strøm i mørketida

Vinterhalvåret er for mange synonymt med høye strømregninger. Heldigvis er det en rekke ting du kan gjøre for å redusere strømforbruket i hjemmet ditt.

Vi gir deg de beste tipsene:

### 1. Senk innetemperaturen

Én grad ned kan redusere forbruket med fem prosent. Du kan også feste koblingsur på panelovnene for å senke temperaturen ytterligere om natta eller når du ikke er hjemme.

## **2. Bruk sparepærer**

... og skru av lyset i rom du ikke bruker

## **3. Bytt til sparedusj**

Da kan du halvere utgiftene til dusjing. Vær også forsiktig med badekar

## **4. Montér tettelister**

Tettelister rundt dører, vinduer og vegg- og taklister hindrer varmelekkasje. Du finner enkelt eventuelle lekkasjer ved å føre et stearinlys tett inntil listene – da vil flammen blafre ved trekk.

## **5. Unngå standby-forbruk**

Dette vil ta strøm selv om apparatene ikke brukes.

## **6. Pass på temperaturen i kjøleskap og fryser**

Kjøleskapet bør ligge på 4-5 grader, mens fryseren på -18. For hver grad lavere enn dette øker strømforbruket med 6-8 prosent.

## **7. Sjekk tetningslistene i kjøleskap og frys**

Ved lekkasje, bytt tetningslister snarest for å unngå unødig varmetap.

## **8. Fyll opp oppvaskmaskinen og unngå mest mulig oppvask for hånd**

Oppvaskmaskiner bruker kun 10-14 liter vann pr. gang, og det er vanskelig å bruke mindre enn dette selv med en liten mengde oppvask.

## **9. Skru av kokeplate eller ovn like før maten er ferdig**

Utnytt ettervarmen i stedet.

## **10. Bruk lavest mulig temperatur når du vasker klær**

Om du halverer temperaturen kan du spare opptil 60 prosent strøm. Sentrifuger også med høy hastighet. Tørketiden og strømforbruket påvirkes mye av fuktigheten i det vasketøyet som skal tørkes.

## **11. Fyll opp tørketrommelen**

Du bruker mindre strøm per kilo med en full ladning.

## **12 ... og hold døren åpen til vaskerommet når tørketrommelen er i bruk**

Dersom rommet blir for varmt, reduseres trommelens effektivitet og den bruker unødig mye strøm. Pluss at da fordeler du varmen utover i hjemmet.

NB: Det er også mulig å gjøre større energiltak, som for eksempel installering av varmepumpe. Mange av disse tiltakene gir Enova økonomisk støtte til. [Det kan du lese mer om her.](#)

*Kilder: E24, Electrolux, Enova, Sparebank1.*