

## ENØK

### Tips

- Senk innetemperaturen til ca. 20 grader C
- Tett trekken langs dører og vinduer med tetningslister
- Monter termostat for styring av romoppvarming og en sentral styringsenhet for nettsenkning av innetemperaturen
- Lukk igjen dør mellom kalde og varme rom
- Luft med full gjennomtrekk i korte intervaller

### Anbefalte innetemperaturer:

- Oppholdsrom 20-22 grader C
- Kjøkken 20 grader C
- Gang 18 grader C
- Soverom 15 grader C
- Bad 22-24 grader C

### Hvordan foreta enkle innsparinger?

Tiltak	Spesifikasjoner	Innsparing(kr/år)	investering(kr)	Inntenings-tid
Senke temp.	22°C - 21°C Ca 4% innsparing For en bolig på ca 120 kvadratmeter	kr. 250 – 400	0	0
Slukke lys	Slå av en 60W Lyspære 6 timer Hver dag	ca kr. 80,- kr	0	0
Sparedusj	Familie på 4 personer Som dusjer ca. 20 min. Hver om dagen	ca. kr. 1400,-	ca. kr. 150,-	ca 40 dager
Sparepærer	11W sparepære (Virker som 60W) Lys på 12 timer	ca. kr. 130,-	ca kr. 110,-	ca. 10 mnd.
Tettningslister	Innsparing pr. vindu	ca. kr. 60,-	ca. kr. 70,-	ca 14 mnd.

### Hva går strømmen til:

Normalt bruker vi ca 50-60% av energiforbruket til å varme opp boligen vår.  
 Ca. 15-20% går til varming av vann, resten til annet forbruk

En vanlig 60 W (Watt) lyspære bruker strøm for over 250 kroner i året om den står på hele tiden

### Hvordan brukes energien og hva går med til de forskjellige apparater:

Vi tenker oss en 120 kvadratmeter stor bolig med kun elektrisk oppvarming hvor det bor en helt vanlig familie. KWh pris kr. 0,50

<i>Utstyr</i>	<i>Effekt (Watt)</i>	<i>Forbruk kWh/år</i>	<i>Kr/år</i>	<i>brukstid timer/uke</i>
<i>Oppvarming</i>	<i>3300</i>	<i>15000</i>	<i>7500,-</i>	<i>84</i>
<i>Vannoppvarming</i>	<i>1000</i>	<i>3500</i>	<i>1750,-</i>	<i>70</i>
<i>Belysning</i>	<i>1080</i>	<i>2800</i>	<i>1400,-</i>	<i>49</i>
<i>Komfyr</i>	<i>2200</i>	<i>800</i>	<i>400,-</i>	<i>7</i>
<i>Kaffetrakter</i>	<i>1500</i>	<i>270</i>	<i>135,-</i>	<i>3,5</i>
<i>Oppvaskmaskin</i>	<i>2000</i>	<i>730</i>	<i>365,-</i>	<i>7</i>
<i>Kjøleskap</i>	<i>160</i>	<i>470</i>	<i>235,-</i>	<i>56</i>
<i>Fryseboks</i>	<i>175</i>	<i>640</i>	<i>320,-</i>	<i>70</i>
<i>Brødrister</i>	<i>1000</i>	<i>10</i>	<i>5-</i>	<i>0.2</i>
<i>Vaskemaskin</i>	<i>2500</i>	<i>520</i>	<i>260,-</i>	<i>4</i>
<i>Tørketrommel</i>	<i>3000</i>	<i>470</i>	<i>235</i>	<i>3</i>
<i>Hårtørrer</i>	<i>750</i>	<i>40</i>	<i>20,-</i>	<i>1</i>
<i>TV</i>	<i>100</i>	<i>110</i>	<i>55,-</i>	<i>21</i>
<i>Stereoanlegg</i>	<i>25</i>	<i>40</i>	<i>20,-</i>	<i>28</i>
<i>Støvsuger</i>	<i>1000</i>	<i>50</i>	<i>25,-</i>	<i>1</i>
<u><i>Totalt forbruk</i></u>		<u><i>25450</i></u>	<u><i>12725,-</i></u>	

**Sjekk boligen selv å se om du bør tenke nøyere igjennom forbruk eller om noe bør gjøres:**

Plages du av trekk i huset?

Hvor tykk er isolasjonen på loftet?

Hva slags type oppvarming har du?

Har du automatisk nattsenkning?

Har du utvendige varmekabler og er de koblet via termostat?

Går utelys via fotocelle?

Bruker du motorvarmer og har den forankoblet tidsur?

Er varmtvannet unormalt varmt?

Er varmtvannsrør i kalde rom isolerte?

Har du oppmontert sparedusj?

Trekker det fra kjøkkenventilator når det blåser ute?

Slår du av lys når du ikke er i rommet?

Senker du temperatur på varmeovner og kabler når du ikke bruker rommet?