

## UDGAVE 1

# Nyttige sparetips og gode råd til besparelser af dit energiforbrug

Med enkelte ændringer kan du spare op til flere tusinde kroner om året. Spar penge allerede fra i dag. Data i denne spareguide stammer fra SparEnergi - Energistyrelsen.

Sidst redigeret 31.05.2023



# 1

## SLUK LYSET, BRUG LED OG SPAREPÆRER

**Spar op til 600 kr.**

Kilde: SparEnergi - Energistyrelsen



Ifølge data fra Energistyrelsen kan du spare op til 600 kr./år ved at slukke lyset i de rum, du ikke opholder dig i. Derudover skal du gå efter LED og sparepærer, næste gang du skal købe nye pærer.



## Fordele ved LED

- Lavt energiforbrug – som en sparepære eller bedre.
- Lang levetid – 10 - 25 år.
- Billigst samlet set.
- Tænder med det samme – der er ingen opstartstid som på sparepæren.
- Fås med både koldt og varmere hvidt lys.
- Robust – tåler vibrationer.
- Fås i mange størrelser og former.
- God til spots.
- Standardsokler – både skrue- og stiftsokkel.
- Indeholder ikke kviksølv.

Kilde: SparEnergi - Energistyrelsen



## Ulemper ved LED

- Stor variation i kvaliteten. Fås både med virkelig god og ringe farvegengivelse.
- Skal kunne komme af med varmen, ellers forkorter det levetiden.
- Dæmpbare LED'er fungerer ikke altid med din nuværende lysdæmper til gløde- og halogenpærer.
- Hvis du har flere LED'er i samme rum, kan du risikere, at de ikke lyser med helt den samme farve, selvom det er samme slags pære. Undgå det ved at købe alle pærer fra samme produktionsserie.

Kilde: SparEnergi - Energistyrelsen

# 2

**FYLD OPVASKEMASKINEN OP,  
OG SKRU NED FOR TEMPERATUREN**

**Spar op til 480 kr.**

Kilde: SparEnergi - Energistyrelsen



Fyld opvaskemaskinen helt op, og vask ved lavere temperatur. Hvis opvasken klares ved 50/55 °C i stedet for 65 °C, bruger det 10-20 % mindre strøm. Data fra Energistyrelsen viser, at du kan spare op til 480 kr./år.

Læg derudover mærke til opvaskemaskinen energimærke. Energimærket viser dig, hvor meget strøm en opvaskemaskine bruger pr. 100 opvaske. På mærket kan du også se oplysninger om kapaciteten og støjniveauet.



## Gå efter B eller C

Eksempel: Almindelig opvaskemaskine med energimærke A+ (gammel ordning) koster 600 kr. om året i strøm, mens den med B (ny ordning) koster 370 kr. Data er fra SparEnergi - Energistyrelsen.

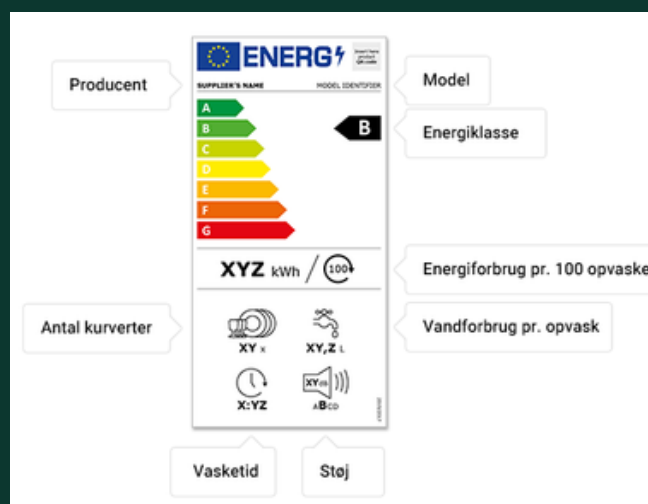


## Om mærket

Energimærket viser dig, hvor energieffektiv opvaskemaskinen er, på en skala fra A til G. De mest energieffektive opvaskemaskiner er mærket med A. Mærket viser:

- Energiforbrug pr. 100 opvaske
- Vandforbrug pr. opvask på ECO-program
- Varighed af ECO-program
- Antal kuverter
- Støj

Energimærkningsordningen er obligatorisk og gælder f.eks. for hårde hvidevarer, elpærer, tv og klimaanlæg.



# 3

## VASKERÅD, DER SPARER ENERGI OG SKÅNER MILJØET

**Spar 375 kr. og mere til**

Kilde: SparEnergi - Energistyrelsen





## Skru ned for temperaturen

Data fra Energistyrelsen viser, at du kan spare op til 375 kr./året, hvis du vasker tøjet ved 20 i stedet for 40 °C og 30 i stedet for 60 °C. Halverer du temperaturerne fra 40 til 20 °C, sparer du 55 % af elforbruget.



## Spring en vask over

Smider du dit tøj til vask, når du har haft det på? Tænk på, om det egentlig trænger – og luft tøjet engang imellem i stedet for at vaske det. Så sparer du en vask og slider ikke på tøjet.



## Brug eco-programmet eller se energiforbruget i manualen

Vælg eco-programmet for at spare vand og strøm, når du vasker. Korte programmer kan være et alternativ, hvis tøjet kun er let snavset. Se, hvilke vaskeprogrammer der har lavt energiforbrug, i vaskemaskinens manual.



## Fyld maskinen helt op

Fyldte vaskemaskiner bruger mindst muligt energi per kg tøj. Tjek, hvor mange kg tøj de forskellige programmer er beregnet til i brugsvejledningen. Prøv at veje tøjet. Selv i nye vaskemaskiner, hvor maskinen tilpasser mængden af vand til mængden af vasketøj, er en fyldt maskine det mest energibesparende.



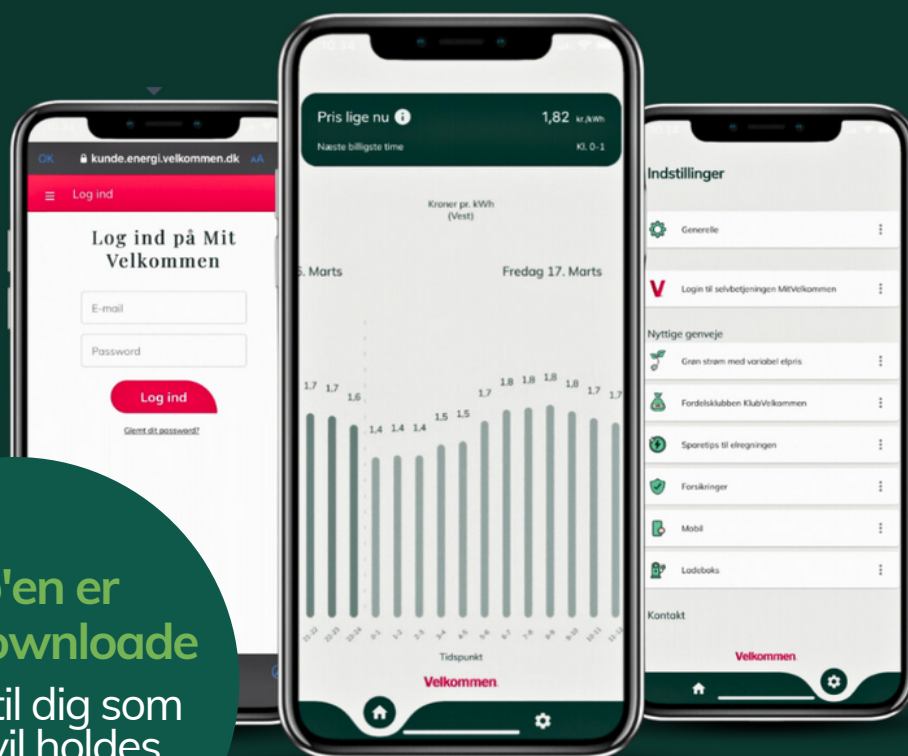
## Drop forvasken

Vælg et program uden forvask, hvis tøjet ikke er meget snøvet.



## Vask når strømmen er billigst

Hvis du har variabel elpris betaler du den aktuelle timepris. Den svinger meget, og det kan du udnytte ved at vaske når strømmen er billigst.



App'en er  
fri at downloade

Perfekt til dig som  
gerne vil holdes  
opdateret.

[Download her](#)

# Elpriser - Velkommen





# 4

## **SLIP FOR STANDBYFORBRUG - DER ER PENGE AT SPARE**

**Spar op til 1200 kr.**

Kilde: SparEnergi - Energistyrelsen



## Hvad er standbyforbrug?

Standbyforbrug er det elforbrug, som dine apparater bruger for at være klar til handling 24 timer i døgnet. F.eks. når de er i dvale, sleep mv. Når du kan tænde dit tv med fjernbetjeningen, din computer vågner ved berøring, og din højttaler er klar til at streame lyd fra din telefon, så har de alle et standbyforbrug.

Det kan dog koste dig over 1.200 kr. om året og er typisk højere for apparater med smart styring. Se her, hvordan du minimerer standbyforbruget. Data fra Energistyrelsen.



## Hvad koster dit standbyforbrug?

Prisen afhænger selvfølgelig af, hvad og hvor meget du har på standby. Men Energistyrelsen har regnet på prisen for standbyforbruget i hjemmet, som i følge dem kan ende op på flere tusind kroner årligt.



Lavt forbrug: 120 kr./år: Svarer til ca. 10 apparater med lavt standbyforbrug.



Højt forbrug: 1.200 kr./år. 30 apparater, heraf 16 med mellem-højt standbyforbrug.



## Hvordan slipper du af med standbyforbrug?

Det er enkelt: Du slukker på kontakten. Dine apparater behøver ikke stå klar, når du sover eller er på arbejde.

Gør det nemt for dig selv ved at etablere en sluk-alt-knap og f.eks. bruge smarte stikkontakter til at slukke automatisk efter dine ønsker eller en stikdåse, hvor alt kan slukke ved et tryk.

# 5

**GODE RÅD TIL MADLAVNING  
OG KØB AF NYT.**

**Der er penge at spare**





## Brug mindre vand

Kartofler, grøntsager og æg kan du koge i langt mindre vand, end de fleste plejer. Data fra Energistyrelsen viser, at du f.eks. kan spare 30 % strøm ved at koge kartofler med lidt vand i stedet for den traditionelle metode, hvor kartoflerne er helt dækkede.



## Kog vand i elkedel

En elkedel koger hurtigere og bruger kun halvt så meget strøm, som hvis du koger vand på en kogeplade. Har du induction eller gaskomfur, er besparelsen mindre. Husk kun at koge den nødvendige mængde vand, og afkalk elkedlen jævnligt.



## Brug den rigtige gryde og blus

Husk at vælge det rigtige blus til den gryde, du har valgt at bruge. Hvis gryden er for lille til blusset, bruger du mere energi end nødvendigt (gælder ikke induction). Med gas koger du mest effektivt, hvis gasflammen holdes inden for grydebunden.



## Husk låget

Husk låg på gryden, så sparer du op til 50 % på energiforbruget. Og husk at slukke 3-5 min. før, hvis du har alt andet en induction eller gas. Så udnytter du eftervarmen og sparer endnu mere energi. Data fra Energistyrelsen.



## Rens filtret

Rens filtret i din emhætte. Hvis det er for snavset, virker den først på et højere niveau, og så bruger den mere strøm.



## Brug dynens isolerende effekt

Lav maden færdig under dynen og spar energi i køkkenet. Når maden koger, tages den fra varmen og pakkes godt ind i f.eks. et håndklæde under dynen. Retter, der kræver lang tilberedningstid kan med fordel laves på denne måde. Det er energieffektivt, og du undgår også at grøden brænder på eller kartoflerne koger ud.



## Køb af nyt?

- Ovn: Vælg A+ eller bedre.
- Emhætte: Vælg A eller A+.
- Opvaskemaskine: Vælg B eller C.

Kilde: SparEnergi - Energistyrelsen

## Ekstra besparelser med frie rabataftaler

[Tilmeld dig frit her](#)



**Eksklusiv  
fordel for dig**  
som kunde hos  
Velkommen

Tak for din interesse, vi håber, at du får gavn af vores sparetips og gode råd til besparelser.

Vi udgiver løbende nye guides og artikler omkring sparetips og gode råd til besparelser.

Skal vi holde dig opdateret, når der sker noget nyt?

# Tilmeld dig vores nyhedsbrev

Så holder vi dig opdateret omkring nye sparetips og gode råd til besparelser.



[Tilmeld dig her](#)

