

Energismarta tips!

Energifallet

Stoppa papperslöseriet.

Använd så lite papper som möjligt, kopiera på båda sidorna, använd e-post. Och kom ihåg att du räddar skogen samtidigt!

Älska snabbduschen.

Testa att duscha snabbt istället för att bada i badkar. En kort dusch kräver en fjärdedel så mycket energi som ett badkarbad.

Ta tåget! Eller bussen.

Åk kollektivt istället för att ta bilen eller flyget. Flygplan och bilar är nämligen några av våra värsta miljöbovar. De använder mycket energi och deras avgaser är också farliga för miljön. Ta tåget istället! Eller bussen. Om du måste åka bil: försök att vara många i bilen så den blir full!

Källsortera mera.

Att göra en konservburk av återvunnet aluminium kräver till exempel bara en tiondel så mycket energi som att göra en konservburk av ny metallråvara. Och glöm inte att återvinna alla mjölk-kartonger. De kan bli nya kartonger flera gånger om, vilket både sparar träd och är energismart.

Stäng av!

Släck lampor i tomma rum och stäng av alla apparater när de inte används. Mycket el går till prylar som puttrar på i standbyläge: älska off-knappen! Stäng av vattnet när du duschar och tvålar in dig och vägra diska under rinnande vatten! Om du diskar i en kvart under rinnande varmvatten går det åt 75 liter vatten.

Sprid energismartheten! Se till att även din familj är energismart. Vissa tips på den här listan kanske du inte kan fixa själv, men du kan be din familj att hjälpa till. Sprid även energismartheten på din skola eller i din stad.

Cykla mera! Och gå.

Ska du bara åka en kort bit kan du lämna bilen hemma och ta cykeln eller gå. Bra för miljön och för hälsan!

Köp second hand istället för nytt.

När du köper kläder på second hand kan du spara upp till 97 procent av den energi som skulle ha gått åt för att göra nya kläder. Att köpa återanvänt innebär dessutom att vi sparar vatten och metaller. Dessutom undviker vi spridning av kemikalier till vår miljö.

Tänk på maten.

Skippa köttet och ät mer grönsaker och baljväxter. Köttproduktion är energikrävande och dessutom rapar och fiser kor växthus-gaser som förstärker den globala uppvärmningen. Och försök att minska matsvinnet – återanvänd resterna från gårdagens middag istället!

Semestra nära. Flyget står för den största delen av turismens luftföroreningar. Testa gärna att byta ut en långväga semester mot en semester närmare dig.

Fler energismarta tips!

Energifallet

Skaffa förnybar el och värme.

Byt till el och värme märkt med Bra Miljöval så får du förnybar energi baserad på sol-, vind- och vattenkraft samt biobränslen. Kontakta ditt elbolag och fråga om de har el märkt med Bra Miljöval. Förhoppningsvis är svaret ja och då är ju saken klar! En annan bra idé är att undersöka om det går att generera egen el och värme, till exempel genom att sätta solceller och solfångare på taket.

Fyll maskinerna.

Se till att fylla både diskmaskinen och tvättmaskinen innan de sätts igång. Skrapa av matresterna innan diskningen istället för att skölja av dem. Och torka tvätten i luften; torkskåp och torktumlare är stora energitjuvar!

Sänk temperaturen.

Mycket energi går åt till att värma ditt hem. Kan du tänka dig att skruva ner värmen överallt med en grad? Då kan du minska energi-användningen med runt fem procent.

Kolla kylan och frysen.

Kontrollera temperaturen: kylan ska ha +5 grader och frysen ska ha -18 grader, inte kallare! Om du sänker temperaturen går det åt mer el. Dammsug baksidan på kylan och se även till att dörren till kylskåpet eller frysen aldrig är öppen onödigt länge. Undersök även om kylan och frysen är gamla energislukare och kolla i så fall om det går att byta ut dem mot nya energieffektiva varianter.

Vädra rejält. Vädra snabbt och rejält istället för att lämna ett fönster på glänt. Ordna helst korsdrag så byts luften ut utan att väggar och möbler kyls ner.

Möblera om.

Flytta möbler som står framför elementen. Värmen kan nämligen inte komma ut i rummet om möblerna står i vägen. Dra för gardinerna under natten vintertid, då stannar mer värme inomhus. Stäng dörren mot kylan, mot verandan till exempel.

Var en fiffig kock.

Koka upp vatten i vattenkokaren och låt mikron bli din bästa kompis i köket. Använd lock på kastrullerna och se till att kastrullens eller stekpannans botten är lika stor som spisplattan – då slösar du ingen värme från plattan. Ta tillvara eftervärmen i ugnen genom att stänga av den innan maten är helt klar. Tina fryst mat i kylan. Kylan från maten du tinar kan tas om hand av kylan och kylan behöver mindre energi! Sätt inte heller in varm mat i kylan – då blir kylan onödigt varm.

Öka livslängden. Det går åt väldigt mycket energi för att tillverka alla de prylar och pinaler vi människor tycker att vi behöver. Värda dina ägodelar och använd dem länge, så slipper det tillverkas så mycket grejer hela tiden.