



Klimat och boende

De största utsläppen av växthusgaser från våra hus kommer från själva boendet. På andra plats hamnar byggandet av hus. Den enskilt största miljönyttan kan den som idag eldar med olja göra genom att byta till en uppvärmning som inte ger så stora utsläpp, till exempel pellets eller värmepump. Ofta är det enklast att göra stora besparingar i energiförbrukning när man ändå måste byta eller renovera utrustning. Den som inte behöver det just nu kan ändå bidra genom att ändra sitt eget beteende.

Spara el

Den svenska elen kommer framför allt från vatten- och kärnkraft, som inte ger stora växthusgasutsläpp. Men eftersom vårt elnät är hopbyggt med övriga Nordens och delar av norra Europas nät, där fossila bränslen dominerar, ger sparad el mindre utsläpp. Välj gärna miljömärkt el så stödjer du omställningen till mer hållbara alternativ. Många av sätten att spara el i hemmet är enkla och helt gratis, till exempel:

- Använd lågenergilampor istället för vanliga glödlampor.
- Släck när du går ut från ett rum.
- Lufttorka tvätten istället för att använda torktumlare.
- Byt till energisnåla tvätt- och diskmaskiner när du ändå behöver skaffa nya.
- Låt inte apparater stå på stand by.

[Läs mer om att spara energi under rubriken Spara energi i hushållet.](#)

Uppvärmning och isolering

Att sänka inomhustemperaturen sparar mycket energi. För varje grad varmare du har hemma ökar energiförbrukningen med ungefär 5%. Skillnaden mellan 19 och 21 grader är alltså 10%.

Om du fortfarande värmer din villa med olja kan du göra en stor miljöinsats genom att byta ut den. Oljan är dessutom idag det dyraste sättet att värma huset på. Den som använder direktverkande el kan också göra stora insatser för miljö och plånbok genom att antingen byta till ett vattenburet system med annan uppvärmning, eller genom att komplettera elvärmen med en luftvärmepump eller kamin.

Ett välisolerat hus behåller värmen och du slösar inte energi i onödan. Om vinden är dåligt isolerad är det en god investering att tilläggsisolera den. 50 cm isolering är lagom. Fönster släpper ut mycket värme och du kan antingen byta ut dina gamla fönster mot nya eller sätta in en energisnål innerruta. Gamla fönster har ofta bra kvalitet och då är det en onödig kostnad att byta. Se då istället till att tätningslisterna är fräscha och håller tätt.

[Läs mer om uppvärmning och isolering under rubriken Spara på värmen.](#)

Mer information

[Programmet för energieffektiva byggnader, Västra Götalandsregionen](#)

[Passivhuscentrum \(Nytt fönster\)](#)

