

Hva er energi

- <http://www.regnmakerne.no/energifakta/hva-er-energi>

Bruk av energi hjemme

- **Oppvarming utgjør største energi bruken i en bolig**
- **Bad, vaskerom og kjøkken**
 - Av total energibruk i en bolig går ca 15% til oppvarming av vann, og ca 15% til matlaging, vask og husholdning.
 - Energibruk ved vask av tøy er ca 0,2-0,8 kWh/kg tørt tøy. Tørketrommel krever ca 0,8-1,2 kWh/kg tørt tøy
- **Apparater i standby krever energi**

Ta vare på varmen - fyr ikke for kråkene

- Senk temperaturen til 20 grader i oppholdsrom
- Senk temperaturen om natten
- Senk temperaturen når ingen er hjemme
- Senk temperaturen i ubrukte rom
- Ikke senk temperaturen for mye
- Fyr ikke for kråkene
- Trekk for gardiner og persienner om kvelden
- Stell pent med ovnene dine
- Fyr riktig med ved
- Sett ikke møbler foran varmeovnene

Bad eller dusj?

- Ved karbad brukes omtrent 200 liter vann og 7 kWh energi
 - 5 minutters dusj med vanlig dusj bruker omtrent 100 liter vann og 3,5 kWh energi
 - 5 minutters dusj med sparedusj bruker omtrent 50 liter vann og 1,75 kWh energi
 - Et sparedusjhode koster ca 150 kroner, er enkel å montere og er inntjent i løpet av 150-200 dusjer med energipris på 50 øre/kWh. Er det mange som dusjer og varmtvannsberederen liten, kan en sparedusj også gi varmt vann til den siste som dusjer!



ALLTID BEREDT



Oppdrag

Sjekk hvilken temperatur dere har hjemme. Kan dere senke temperaturen noe?

	Målt temperatur i grader	Hva er sånn passe?
Kjøkken		19–20°C fordi du ofte er i aktivitet når du lager mat, og du ofte blir varm når du spiser
Stue		20°C eller litt mer. Stua er ofte mye brukt og bør være varm nok til å sitte stille i
Bad		22°C gir et lunt og godt bad. Det hender vel at du har litt lite klær på deg på badet, så temperaturen kan være litt høyere enn ellers i huset
Gang		15°C høres kanskje litt lite ut, men du kommer jo med uteklær inn og oppholder deg kanskje ikke så mye i gangen?
Soverom		19–20°C når du leker eller gjør lekser. Slå av når du skal sove
Kjeller/loft		Hvis det ikke går vannrør i disse rommene, trenger du kanskje ikke ha oppvarming her?

	JA (sett kryss)	NEI (sett kryss)
Senker dere temperaturen om natten? (spør)		
Senker dere temperaturen når dere drar bort i helgen og i ferien? (spør)		

Gjerpen MSK





ALLTID BEREDT



Oppdrag

Finn ut om du bør bytte dusjhode hjemme. Du trenger en bøtte – som du tar med deg i dusjen. Hvor lang tid bruker du på å fylle bøtta? Dersom du bruker 30 sekunder, bruker dusjen din alt for mye vann! Dersom du bruker 1 minutt, bruker dusjen din passe med vann.

	Noter tiden
Hvor lang tid bruker du på å fylle en bøtte vann i dusjen?	





ALLTID BEREDT



Oppdrag

Finn ut hvor mange lyskilder dere har hjemme hos deg. Spør de voksne om hjelp.

	Sparepærer	Glødepærer	Halogenpærer	Lysrør
Kjøkken				
Stue				
Bad				
Gang				
Soverom				
Ute				
Sum				

Spør de voksne om dere kan skifte til sparepærer hvis dere ikke har det allerede. I tillegg kan du fortelle hvilke lys som bruker mye energi, og få ALLE til å slå av lys i rom som ikke brukes!

PS: Fortell at dere sparer ca 140 kWh pr år for hver glødelampe som skiftes ut med sparepære.

Gjerpen MSK





ALLTID BEREDT



Oppdrag

Sjekk hvor mange apparater som står standby eller står og lader hjemme hos deg. Slå av dem som ikke trenger å stå på, og trekk ut kontakten til ladere som ikke brukes. Du kan også prøve deg på et regnestykke. Fyll ut hvor mange TV-er, PC-er osv. dere har i tabellen under. Gang så med tallet, og sett svaret der det står sum. Til slutt kan du legge sammen alle tallene.

Apparat	Antall		kWh pr år	Sum kWh pr år
TV		x	70	
Video og DVD		x	85	
PC		x	40	
Skjermsparer		x	60	
Printer		x	130	
Stereo		x	105	
Telefonsvarer		x	25	
Batterilader		x	12	
Til sammen:				

Summen som du får til sammen for ditt hus kan du gange med antall boliger i Norge:
1 800 000 (1,8 millioner). Dersom alle boliger bruker det samme som du har funnet ut dere bruker – da får du et kjempestort tall på hvor mange kilowatt-timer strøm som brukes til standby totalt i Norge.

Gjerpen MSK



Sett opp din personlige spareplan

- Dette vil jeg gjøre:

Hva	Innen

Navn: _____

Gjerpen MSK



<http://www.gronnspeider.no/>



Gjerpen MSK

