



Spara energi - belysning

Smarta spartips

1. Byt till lågenergilampor på de 10 lampor som lyser oftast och längst tid per dygn. 1 kWh el räcker till att få en lågenergilampa att lysa i 110 timmar medan en glödlampa bara lyser i 25 timmar.
2. Använd ljussensorer, rörelsevakter och timer för både inne- och utebelysning. Det finns även lampor med inbyggd ljussensor.
3. Släck lampor i rum där ingen är.
4. Även släckta lampor kan dra ström. Transformatorn till halogenlampor drar faktiskt ström även när de är släckta. Dra ur kontakten eller koppla lampan till vägguttaget via ett grenuttag med strömbrytare.

Lågenergilampor

Översättningstabell	
Glödlampa	Lågenergilampa
25 W	5 W
40 W	7-9 W
60 W	11-13 W
75 W	15-18 W
100 W	20 W
120 W	23-25 W

	Jämförelsetabell	
	Glödlampa 40 W	Lågenergilampa 9 W
Brinntid på 1 kW el	25 timmar	110 timmar
Livslängd	ca 1 000 timmar	ca 6 000 timmar
Värme	5 gånger mer än en lågenergilampa	5 gånger mindre än en glödlampa

Du kan få lika bra ljus med en lågenergilampa som med en glödlampa, men lågenergilampan avger mycket mindre värme. Ju högre wattstyrka en lampa har, desto mer värmer den. Även om du förlorar en viss del av värmeutstrålningen visar tester som Energimyndigheten har gjort att den totala energiförbrukningen i ett eluppvärmt hus ändå blir lägre om man byter ut en stor del av belysningen till lågenergilampor. Det kan också vara en fördel med den låga värmestrålningen, till exempel för äldre eller vid arbeten som kräver mycket ljus, men där man vill slippa värmen.

Idag finns det lågenergilampor som ser ut som vanliga glödlampor och som passar i både små (E14) och stora (E27) socklar. Det finns också lågenergilampor med inbyggt ljusrelä som aktiverar sig själva när det blir mörkt. Dessa passar perfekt för utebelysningen eller om du inte vill satsa på en timer. Tänk på att avkännaren kan behöva sitta ”ut mot mörkret” samt att de kanske inte fungerar om du har en tonad kupa eller skärm över lampan.

Man kanske varken vill eller kan ha lågenergilampor överallt, tex kommer inte ljuset i en kristallkrona helt till sin rätt om man använder lågenergilampor. Alla lågenergilampor går heller inte att använda ihop med en dimmer, även om det finns de som passar och utbudet successivt utökas.

Byt tio glödlampor mot lågenergilampor - spara cirka femhundra kronor om året

En genomsnittsvilla med en familj bestående av två vuxna och två barn använder ungefär 1 350 kWh per år för belysning. Genom att välja lågenergilampor istället för vanliga glödlampor minskas förbrukningen med upp till 500 kWh per år. Det är bra både för den egna ekonomin och för miljön!