



Kuinka vähentää energiankulutusta

Kotitalouksien energiankäyttö muodostuu pääosin lämmityksestä sekä erilaisten sähkölaitteiden käytöstä. Rakennuksen lämmitys-, eristys- ja ilmanvaihtoratkaisut ovat suurimmat yksittäiset tekijät suomalaisten kotitalouksien energiankäytössä. Kiinteistön lämpöjärjestelmien sekä sähkölaitteiden käyttöön liittyvien kulutustottumusten mielekäs kehittäminen ovat merkittävimmät tavat säästää sähkölaskuissa pitkällä aikavälillä.

Kuinka pienentää sähkölaskua?

Sähkölaskua pienentääkseen on hyvä ensin tietää, mistä energiankäyttö kokonaisuudessaan muodostuu. Arjen energiakatsauksen tekemällä on mahdollista selvittää, mitkä ovat helpoimmat ja kustannustehokkaimmat toimenpiteet energian käytettävien menojen pienentämiseksi. Pientaloihin ja asuntoihin tehtävä energiaselvitys antaa vieläkin tarkemman kuvan rakennuksen kokonaisenergiankulutuksesta, ja sen yhteydessä laadittavasta energiatodistuksesta voi saada tärkeää tietoa kodin lämmitys- ja sähkölaitteiden energiankulutuksesta. Todistus tehdystä energiaselvityksestä vaaditaan näytettäväksi uudisrakennuksen yhteydessä sekä asunnon myynnin ja vuokrauksen yhteydessä.

Osa energiansäästöön liittyvistä remonteista saattaa olla hintavia, mutta energiankäytön vähentämisellä saavutettavat säästöt sekä erilaiset taloudelliset tuet, kuten kotitalousvähennys, tekevät energiaremonteista usein pitkällä aikavälillä kannattavia sijoituksia.

Useamman kotitalouden yhteislämmitteisessä kiinteistöissä taloyhtiö vastaa energiaselvitysten teettämisestä. Taloyhtiön hallitus voi päättää selvitysten suositusten perusteella investoida kiinteistön energiaremontteihin osakkaiden suostumuksella. Yksittäiset kotitaloudet voivat myös omillaan vaikuttaa energiankulutuksellaan kiinteistön ympäristöjalanjälkeen seuraavilla tavoilla:

Lämpötilan asuintiloissa tulee olla riittävä miellyttävän asumisen takaamiseksi, mihin 20 °C on yleensä riittävä taso. Jo yhden celsiusasteen lisäys huoneiston lämpötilaan saattaa nostaa energiankulutusta usealla prosentilla. Helppo keino säästää asunnon energiakustannuksissa on madaltaa huoneiston lämpötilaa etenkin pidemmäksi aikaa pois lähtiessä. Tämä onnistuu yleensä helposti pattereita tai keskuslämmitysjärjestelmää säätämällä. Vähällä käytöllä olevien huoneiden lämpötila kannattaa pitää matalana. Lämpimät vesi- ja ilmastointijohdot, jotka kulkevat viileiden kellari- tai ullakotilojen läpi, kannattaa eristää lämpöhukan vähentämiseksi.

Ilmanvaihto on myös merkittävä energiankäyttöön ja asumismukavuuteen vaikuttava tekijä. Liian vähäinen ilmanvaihtuvuus saattaa heikentää hengitysilman laatua, aiheuttaa ruuanlaiton ja pesutoimien höyrystämän kosteuden kertymistä rakenteisiin edistäen homeen kasvua asunnon rakenteissa. Näistä syistä on ilmanlaadun kannalta tärkeää pitää ilmanvaihtokanavat tukkimattomina ja tuulettaa tarvittaessa. Erityisen tehokas tapa tuulettaa on avaamalla ikkunat väliaikaisesti aiheuttaen huoneistoon läpivedon. Kosteuden leviämistä voi rajoittaa pitämällä kylpyhuoneen ovet kiinni suihkun aikana ja sulkemalla keittokattiloiden kannet ruuanlaiton yhteydessä. Kuitenkin on hyvä pitää mielessä, että riittävä ilmanvaihtuvuus hyvän ilmanlaadun kannalta lisää huoneiston energiankulutusta: Etenkin Suomessa on usein kannattavaa investoida ilmanvaihtojärjestelmään liitettävään lämmön talteenottolaitteistoon, joka palauttaa ilmanvaihdon mukana poistuvan lämmön takaisin huoneistoon.

Patterit ovat helposti säädettäviä ja voivat vaikuttaa merkittävästi huoneiston energiankulutukseen. Lämpötilan säätely huoneistossa tapahtuu taloudellisimmin lämmitystehoa laskemalla, kuin

tuuletusta lisäämällä. Siirrettävät lämmittimet kannattaa pitää lähellä oleskelualueita, jotta lisälämmöstä on eniten hyötyä. Turvallisuussyistä patterit tulee pitää aina irti huonekaluista ja verhoista, eikä niitä saa peittää esimerkiksi kuivattavilla tekstiileillä.

Kodinkoneet toimivat nykyisin pääosin sähköllä: ilmanvaihtokoneet, astianpesukoneet, sähköuunit, jääkaapit, pakastimet, valaisimet, sähkölämmittimet, pyykinpesukoneet, kuivauslingot, pölynimurit, vedenlämmittimet, leivänpaahtimet, televisiot ja tietokoneet ovat kaikki sähkökäyttöisiä. Sähkölaitteissa on lakisääteiset merkinnät, jotka kertovat kuinka paljon tehoa laitteiden käyttö vaatii. Teho kertoo laitteen sähkönkulutuksesta, joka merkitään watteina (W). Watit kerrottuna laitteen säännöllisellä käyttöajalla (tunteina) kertovat karkeasti, kuinka paljon sähköä kyseinen laite käyttää arkikäytössä. Energiankäyttöä ja hinnoittelua mitataan yleisesti kilowattitunteina (kWh). Paljon käytettävien, tehokkaiden laitteiden uusimista energiatehokkaammilla vaihtoehdoilla kannattaa harkita sähkölaskun pienentämiseksi.

Kuinka käyttää kodinkoneita energiatehokkaasti?

Laitteiden energiatehokkuus ei ole ainoa kodinkoneiden energiankäyttöön vaikuttava tekijä. Myös laitteiden säästeliäs käyttö vähentää sähkön kulutusta sekä edistää laitteiden pitkäikäisyyttä.

Yleisiä pesukierroksen energiankäytön merkintöjä 12 astiaston tiskikoneille

Energialuokitus	A+	A++	A+++
Energian kulutus (kWh)	1,02	0,90	0,84

Tiskikone kannattaa käynnistää vain täytenä. Uudemmissa koneissa on usein suositeltu ekologinen pesuohjelma, joka säästää sähköä ja vettä. Uutta tiskikonetta hankittaessa kannattaa kiinnittää huomiota pesukoneen oikeaan kokoon – tarpeettoman suuri tiskikone vie tarpeettomasti tilaa ja sähköä.

A++ energialuokituksen tiskikoneiden pesukierrosten energiakäyttö pesukapasiteetin mukaan

Astiastojen määrä	9	10	11	12	13	14	15
Energiankulutus (kWh)	0,69	0,74	0,78	0,91	0,92	0,93	0,95

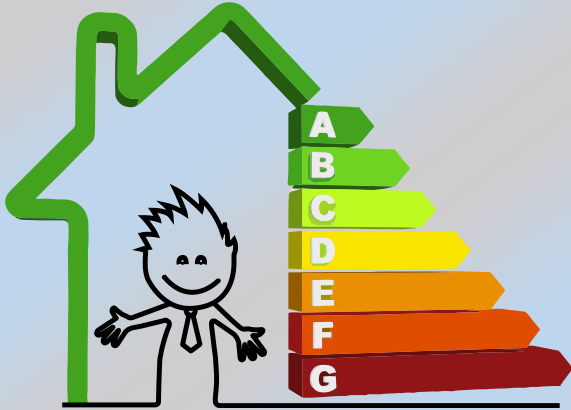
Jääkaapit ja pakastimet kannattaa myös mitoittaa käyttötarkoitukseen soveltuvaksi. Paljon tyhjää tilaa sisältävät, aktiivisessa käytössä olevat sähkölaitteet kuluttavat tarpeettoman paljon tilaa ja sähköä. Kylmälaitteet kannattaa pitää liasta ja jäästä puhtaana sekä säätää lämpötilat käyttötarkoitukseen sopivaksi. Elintarvikevirasto Evira suosittelee pakastimen lämpötilaksi -18 °C, jääkaapin lämpötilaksi +2 - +6 °C ja viileäkaapin lämpötilaksi +10 - +14 °C. Lämpötilan säätäminen kylmemmäksi kuluttaa enemmän sähköä. Käytössä olevien kylmälaitteiden ovet kannattaa pitää suljettuina, jotta vaadittu viilennysteho on pienempi. Kylmälaitteet kannattaa sijoittaa huoneiston viileämpiin osiin ja välttää niihin osuvaa suoraa auringonvaloa. Lämpimät ruuat kannattaa viilentää ennen kylmälaitteeseen säilömistä.

Valaisimet ovat merkittävä osa energiankulutusta niiden säännöllisestä käytöstä johtuen. Vanhojen hehkulamppujen vaihtaminen energiaa säästäviin LED-valaisimiin tai LED-loisteputkivalaisimiin on yksi helpoimmista tavoista säästää energiankulutuksessa. Käyttämällä valoja vain tarvittaessa ja sammuttamalla ne poistuessa huoneesta säästää sekä valaisimia että sähköä.

Erityyppisten valaisimien energiankulutus saman valotehon tuottamiseksi

Hehkulamppu	Energiansäästö-lamppu	LED-lamppu
25 W	5 W	2W
40 W	8 W	5W
60 W	12 W	6W
75 W	15 W	10W
100 W	20 W	13W
150 W	35 W	26W

Televisio tulisi olla suljettuna aina kun sitä ei katsota. Virta kannattaa kytkeä kokonaan pois pidempien poissaolojen ajaksi. Uutta televisiota hankkiessa kannattaa ottaa huomioon television energiankulutus.



Tietokoneet tulisi pitää sammutettuina, kun ne eivät ole käytössä. Pöytätietokoneiden näytöt kannattaa muistaa sammuttaa erikseen. Kannettavat tietokoneet kannattaa pitää irti pistorasioista, kun niiden akut ovat riittävän täynnä käyttöä varten.

Pyykinpesukone kannattaa käynnistää vain silloin, kun se on täyteen ladattu. Pyykkikoneen energiankäytöstä jopa 90% koostuu pesuveden lämmityksestä. Matalalla lämpötilalla pesu mahdollisuuksien salliessa vähentää veden lämmitykseen kuluva energiaa. Kova linkous kannattaa suorittaa vain, mikäli käytössä ei ole kosteutta hyvin kestävää kuivaushuonetta tai pyykkinaruja.



Hanke on saanut rahoitusta Euroopan unionin Horisontti 2020 -hanke- ja innovaatio-ohjelmasta avustussopimuksen Nro 754051 nojalla.

