

# Klæðnavask og uppvas



**Brúka vaskimaskinuna rætt**  
Vaskimaskinan nýtir stórt sæð líka nógv elorku, um hon er hálv ella full av klæðum. Fleiri nýggjar vaskimaskinur hava mongdarstýring og taka vatn inn eftir nøgd og slagi av klæðum. Á tann hátt spara tær orku, vatn og sápu.

**Forvask er aloftast óneyðugt**  
Eru klæðini lítið dálkað, er forvaskið óneyðugt. Hetta sparir umleið 20% av orkuni.

**Nýt lítlan hita**  
Hitin og elnýtslan fylgjast. Ofta ber til at brúka 60 í staðin fyri 95 hitastig, ella 40 í staðin fyri 60 hitastig. Sparingin er umleið 35-45 % í báðum førum.

**Sentrifugera væl**  
Sentrifugera væl og virðiliga. Elnýtslan til sentrigugering er sera lítil sammett við tað, sum trukitrumlan brúkar.

**Fyll turkitrumluna rætt**  
Turkitiðin økist, um ov nógv klæðir verða koyrd í turkitrumluna. Hetta veksur um orkunýtsluna, og harafturat verða klæðini rukkut. Ov fá klæði í turkitrumluni økir óneyðugt um turkitiðina. Fylg brúkaravegleiðingini.

**Reinsa filtrið**  
Tað er umráðandi at reinsa filtrið, hvørja ferð turkað verður. Tá filtrið er skitið, tekur tað longri tíð at turka klæðini, og orkunýtslan verður størri.

**Nýt kalt vatn til uppvas**  
Tú sparir orku, um tú setur uppvasimaskinuna til kalt vatn. Hon hitar sjálv vatnið í tann mun, tað er neyðugt.

**Spar heitt vatn**  
Tað er ikki neyðugt at skola av, áðrenn tú setur í uppvasimaskinuna. Tað er nóg mikið at skava matleivdirnar av.

**Brúka ongantið ov nógvan hita**  
Brúka ikki meira hita enn neyðugt. Vaska tó av og á við 65 hitastigum, so maskinan verður reinsað. Til alt vanligt uppvas er nóg mikið at vaska við 50 hitastigum.

Fyll uppvasimaskinuna, áðrenn hon verður tendrað.

**Hong klæðini upp**  
Fá tær eitt gott snóratræ. Hvørja fer, tú ikki brúkar turkitrumluna, men heingir klæðini upp í staðin, sparir tú umhvørvinum fyri trý kilo av CO2.

# Køli

**Fimm hitastig í køli**  
Kølikaðið eigur ikki at vera kaldari enn fimm hitastig. Fyri hvørt stigið, tað er kaldari, økist elnýtslan umleið 5%. Nýt eitt termometur at kanna hitan í kølikaðinum.

**Kanna pakningin í hurðini**  
Pakningurin skal vera heilur og bleytur. Tá hurðin er aftur, skal hon vera so tøtt, at eitt pappírspettið, ið verður lagt ímillum, hongur fast.

**Nýt kølikaðið at tiðna í**  
Nýtir tú kølikaðið at tiðna frystar vørur í, sparir tú orku. Kuldin frá einum kilo av frystum kjøti svarar til elnýtsluna, ið eitt vanligt kølikað nýtir í ein tíma. Lat ikki

kølikaðshurðina óneyðugt upp, og lat hana ikki standa opna óneyðugt. Hvørja ferð hurðin verður latin upp, fer kalda luftin út, og heit luft kemur inn. Tað krevur orku at køla luftina aftur. Set ikki heitan mat beint í kølikað ella frystara.

**18 kuldestig eru nóg mikið í frystaranum**  
Ikki er neyðugt at hava meira enn 18 kuldestig í frystaranum. Fyri hvørt stigið, tað er kaldari, veksur elnýtslan umleið 5%. Avríma frystaran minst einaferð um ári. Nýt bert snarfrystikontaktina, tá stórar nøgdir - meir enn trý kilo - skulu frystast. Nýt ikki snarfrysting meira enn eitt samdøgur í senn.

# Flogfør



Ferðslan við flogførum er tann skjótast vaksandi orsök til útlát av ov nógvum vakstrarhúsgassi. Kortini fevnir flogferðsla ikki í Kyoto-sáttmálanum, og ongastaðni verða avgjöld lögð á bensin til flogfør.

45 prosent av flogferðunum í Europa strekkja seg yvir minni enn 500 km. Hesar ferðir kundu eins væl farið fram við bussi, skipi ella toki, sum bert dálka

ein tíggjundapart av tí, sum eitt flogfar dálkar.

Prísurin á flogferðaseðlum er eisini lækkaður munandi. Seinastu 10 árin er kostnaðurin á flogferðaseðlum eitt nú í Onglandi minkaður við 42 prosentum, meðan prísurin á bussferðaseðlum er hækkaður við 42 prosentum.

Roknað verður við, at flogferðslan verður tryfaldad í Onglandi fram til 2030.

# Et meira grønt



Kjøtframleiðslan dálkar nógv meira enn grøneti. Húsdjór prumpa og ropa, og stórar mongdir av metan og láturgassi dampa úr køstinum.

Harumframt er orkunýtslan til at framleiða malið kjøt átta ferðir hægri enn til

grønt ella bønir. Eisini skulu stórar mongdir av orku til at framleiða djóraføður, brennievni til flutning av føðri og djórum. Umframt alla orkuna, sum verður nýtt á sláturvirkjunum.

# Matgerð



**Stilla kókiplátur**  
Trinreguleraðar kókiplátur - vanligar seks trin - skulu setast á hægsta trin, til grýtan kókar. Síðani verður skrúvað niður, so grýtan ikki missir kókið. Termostatstýrðar plátur og plátur við kókiautomatikki stýra sjálvar effektini, tá tær verða rætt stillaðar frá byrjan.

**Grýtan skal vera bein**  
Grýtur og pannur við skeivum botni nýta upp til 50% meira orku enn neyðugt.

**Grýtan skal hóska til kókiplátuna**  
Grýtan má ikki vera minni enn plátan. Verður ein 16 sentimetrar grýta sett á eina 18 sentimetrar plátu, fara upp til 25% av orkuni til spillis.

**Minst til lokið**  
Ein grýta uttan lok brúkar upp í trýggjar ferðir so nógva orku sum ein við loki. Hav í huga, at lokið skal liggja tætt niður á grýtuna.

**El-ketilin**  
Kóka vatn við el-ketli.

**Kókipláta í staðin fyri ovn**  
Um maturin verður gjørdur á kókiplátu í staðin fyri í ovni, ber til at spara upp í 70% av orkuni.

**Nýt eftirvarman**  
Slökk plátuna fimm minuttir, áðrenn maturin er liðugur.

**Hav nógv í bakarovninum í senn**  
Skulu rættirnir vera líka heitir, ber væl til at baka og steikja í senn, bæði í heitluftsovni og í vanligum ovni. Sparast kunnu umleið 60% av elnýtsluni, um eitt nú kjøt, fiskur, eplir og kóka verða sett í ovnin samstundis í staðin fyri hvørt eftir annað.

**Nýt for-og eftirhita**  
Millum 10-25% av elnýtsluni kunnu sparast, um ovnurin verður tendraður, tá maturin verður settur inn, og sløktur aftur 10 minuttir, áðrenn rætturin er liðugur.

**Nýt hóska**  
Brúka føt, ið hóska til nøgdina av matinum. Tess minni fatið er, tess minni vatn skal fordampast, og soleiðis verður minni orka brúkt.

**Tiðna matin**  
Ein fryst steik nýtir umleið 30% meira tíð og orku, enn ein sum er tiðna. Minst tí til at seta steikina í kølikaðið at tiðna í góðari tíð.

**Ovngrillin er orkukrevjandi**  
Um ovngrillin verður nýtt við opnari hurð, verður seks ferðir so nógv orka brúkt til grillstoktan høsnaunga, sum til grýtustoktan.

Vel gass fram um el. Vel induktionskomfýr fram um vanligan elkomfýr.

Nýt minni av tí grønetinum, sum ikki hoyrir til árstiðina. Eitt nú hoyra tomatir, salat og piparfrukt ikki til um veturin, men verður dyrkað í stórum vakstrarhúsum, sum nýta ovurnógva orku.

Keyp færri feskar vørur, sum verða fluttar yvir long strekki.

Minka um nýtsluna av skeljadjórum, sum krevja stórar nøgdir av orku í framleiðsluni.

Keyp vørur, sum eru framleiddar so tætt at handlinum sum gjørligt. Nógv vøra verður køld niður undir flutninginum og dálkar tí serliga illa.

# Ljós



**Nýt ljósdoyvara**  
Tørvurin á ljósi í einum rúmi skiftir. Tí er ljósdoyvari góður. Doyvt ljós brúkar minni orku.

**Nýt spariperur**  
Spariperur lýsa 4-5 ferðir betur enn vanligar perur við somu elnýtslu og hava 8-10 ferðir longri livitíð. Ein 7 W sparipera lýsir nærum líka nógv sum ein vanlig 40 W pera. Spariperur fáast úr 5 upp í 32 W, og ljósliturin er á leið tann sami sum tann, ið kemur frá vanligum perum. Spariperur kunnu í nógvum førum brúkast í staðin fyri vanligar perur.

**Tendra og slökk**  
Spariperur kunnu tendrast og slökkjast júst sum vanligar perur. Tað loysir seg best at nýta spariperur í lampum, sum verða nógv brúktar og eru tendraðar leingi hvørja ferð. Hav í huga, at spariperur vanligar ikki kunnu nýtast saman við ljósdoyvara.

**Halogenperur**  
Hesar perur eru væl egnaðar til ávís øki, meðan ongin sparing er í at nýta tær til hólisljós. Ein halogenpera er ikki tað sama sum ein sparipera.

**Reflektorperur**  
Hesar perurnar spara orku, tí tær beina ljósið ein ávísan veg. Ein 40W reflektorpera ger somu nyttu sum ein vanlig 100W pera, um ljósið bert skal lýsa á eitt ávíst stað.

**Skift til lágorkuperur**  
Vit spara bæði pening, og verja nógv betur um umhvørvið, um vit nýta lágorkuperur í staðin fyri vanligar ljósperur.

Lágorkuperur brúka sammett við vanligar ljósperur bara umleið ein fjórðing ella ein fimtapart av elorkuni. Skift tær 10 mest brúktu ljósperurnar í húsinum til lágorkuperur, so hvørt tær bresta.

**Følari á útilýktina**  
Set ein følara á útilýktina, so ljósið bert verður tendrað, tá tørvur er á tí.

**SLØKK!!**  
Slökk í rúmunum, sum ongin er í.