



# Energiråd för fritidshus

I Stockholms län finns det 75 000 fritidshus som i snitt förbrukar ca 6 500 kWh el per år.

Innevånarna i Stockholms län äger dessutom ett stort antal fritidshus utanför Stockholmsområdet. Det finns olika åtgärder för att minska elanvändningen.

## Måste huset värmas vintertid?

Det som påverkar energianvändningen mest i ett fritidshus är till vilken temperatur huset är uppvärmt under vinterhalvåret. Det finns flera anledningar till att hålla huset uppvärmt, dels förhindras fukt och dålig lukt, dels förhindras frysning av eventuella vattenledningar, WC etc. Det går också snabbare att få upp innetemperaturen vid besök under helger.

Det är svårt att ge rekommendationer om vilken innetemperatur man bör hålla när huset står tomt. Hus med isolering och fuktspärr bör helst ha underhållsvärme för att undvika fuktskador. För varje grad som temperaturen i huset kan sänkas minskar energianvändningen för uppvärmningen med ca 4-5%

Om vattensystemet inkl tappvarmvattenberedaren mm inte är tömda under vintern bör det vara minst 5-7 plusgrader inomhus för att förhindra frysning vid exempelvis elavbrott. I vissa hus kan det räcka att hålla varmt i de delar där vatten finns, exempelvis i våtutrymmen. Om vatteninstallationer, t.ex. diskbänk, är placerade mot yttervägg – öppna bänkskåpsdörrarna så att rumsvärmen kommer in under diskbänken. Om huset har en elektrisk vattenpump, se till att den är avstängd. Kontrollera med ditt försäkringsbolag vad som gäller.

## Kan värmepump vara ett alternativ

En luft/luftvärmepump (även kallad uteluftsvärmepump eller komfortvärmepump) kostar ca 20 000 kr inkl installation. I vanliga direktelvärmda småhus minskar totala elanvändningen i storleksordningen med ca 20-25%. Det saknas utvärderingar av hur mycket en luft/luftvärmepump minskar elanvändningen i ett fritidshus.

En faktor att ta hänsyn till är att de flesta luft/luftvärmepumpar kräver en lägsta rumstemperatur på 16 °C. för att avfrostningen av utomhusdelen skall fungera. Det finns vissa märken som kan hålla en innetemperatur på ca 10 °C, vilket rekommenderas för att hålla nere elförbrukningen. Vissa modeller har timer vilket medför att det kan ställas in för att producera värme en eller flera gånger per dygn i huset. Kontrollera att

värmepumpen återstartar automatiskt efter strömavbrott.

En luft/luftvärmepump tar inte in någon luft utifrån utan värmer enbart luften inne i huset. En luft/luftvärmepump kan även användas för luftkonditionering (kylning av rumsluft) sommartid. Tänk dock på att elförbrukningen för kylning är hög.

I större fritidshus som värms med el- eller oljepanna kan en berg- eller luft/vattenvärmepump som kopplas till husets vattenburna värmesystem vara ett alternativ. Ofta är dock energibehovet för uppvärmning så lågt att en sådan installation är tveksam på grund av de höga investeringskostnaderna.

## Distansstyrning av värme

Ett sätt att minska förbrukningen är att styra innetemperaturen med hjälp av telefonen innan besök av fritidshuset. Det finns även reglerutrustning med veckour som höjer temperaturen innan besöket. På så sätt kan du ha en lägre temperatur då du inte är där.

Om du har en luft/luftvärmepump bör du kontrollera med installatören hur värmepumpen kan distansstyras. Luft/luftvärmepumpar mår inte bra av att kallstartas.

## Isolera

Ett välisolerat hus kräver mindre energi för underhållsvärme. Om huset saknar eller har dålig isolering på vinden minskar en tilläggsisolering värmeförlusterna om huset har underhållsvärme. Dessutom värms huset upp snabbare vid tillfälliga besök. Om isoleringen ligger på ett vindsbjälklag, se till att isolering inte är i kontakt med yttertakets undersida och att det finns ventilation på vinden. Se även till att det inte kan komma upp fuktig rumsluft på vinden genom exempelvis vindsluckan.

## Utnyttja solvärmens

Det enklaste sättet att utnyttja solvärmens är att använda fönstren som solfångare. Stäng inte igen fönster mot söder med fönsterluckor eller med gardiner. Träd och buskar som skuggar huset minskar den gratisvärme



som solen ger. Med en mindre solvärmeanläggning på ca 5 m<sup>2</sup> kan i stort hela sommarens förbrukning av tappvarmvatten produceras av solvärme. Installationskostnad är ca 30 000- 40 000 kr.

Ett annat alternativ för underhållsvärme är luftsolfångare, som är väggmonterade solfångare med en fläkt som för in uppvärmd luft till huset. Dessa hjälper främst till att hålla fukt borta. Detta kan ske utan elanslutning då det finns modeller med solceller som driver fläkten.

Om du har en pool som du vill värma kan du använda en poolsoolfångare. Den består av svarta plaströr som läggs direkt mot exempelvis ett tak utan isolerande täckglas. Inför vintern tömmer man den.

## Ventilation och skorsten

Skorstenen bör ha skydd mot regn och snö genom regnhuv eller motsvarande, fråga gärna skorstensfejarmästaren eller en plåtslagare om råd. Om skorstenen stått oanvänd en längre tid prata gärna med skorstensfejarmästaren innan du börjar elda.

Låt huset ventileras via imkanaler, kakelugnar mm genom att låta spjäll/spisluckor etc. vara lite öppna.

## Standbyförluster

Dra ur sladdar till tv, stereo, klockradio och transformatorer till eventuella halogenlampor. Då minskar du risken att utrustningen blir skadad vid eventuellt blixtnedslag och sparar också energi.

Genom att installera värmekabel vid utsatta vattenledningar kan risken för frysskador minska. Kontrollera att dessa inte är igång i onödan.

När du byter kyl och frys väljs så energisnål modell som möjligt. De bästa är märkta med bokstaven A<sup>+</sup> eller A<sup>++</sup>. Om du köper en kombinerad kyl/frys med en kompressor, kontrollera att kompressorn inte stängs av när det blir kallare än ca 4 °C i rummet.

## Bidrag

Om du är intresserad av att värma ditt tappvarmvatten mha solvärme finns ett bidrag att söka från Länsstyrelsen.

## Mer information

Värme i småhus [www.energimyndigheten.se](http://www.energimyndigheten.se)

Fler faktablad På [www.energiradgivningen.se](http://www.energiradgivningen.se) finns det ett antal faktablad att ladda hem.

December 2010



Fråga rådgivarna 08-29 11 29  
[www.energiradgivningen.se](http://www.energiradgivningen.se)