

Användarguide för vatten

Tips och råd för
smart vattenanvändning
i hemmet

Helsingfors

Heka

Vatten är en viktig naturresurs som inte får slösas. Genom att använda vatten på ett klokt sätt minskar du miljöpåverkan från ditt boende och sänker kostnaderna.

När du använder mindre varmvatten sparar du också energi.

Den här guiden ger information om hur du enkelt kan spara vatten.



Ekonomisk användning av vatten:

Fem tips

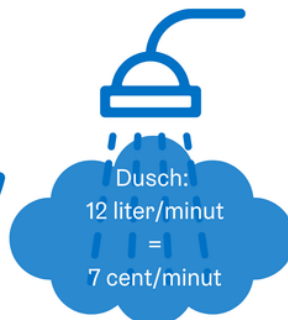
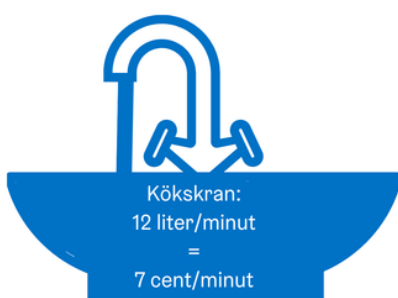
1

Slösa inte vatten i duschen

Tio minuter i duschen förbrukar cirka 120 liter vatten. Detta är tolv hinkar med vatten, varav fem hinkar är varmt vatten och resten är kallt. Varmvatten är ungefär dubbelt så dyrt som kallvatten, eftersom kostnaden för den energi som används för att värma upp vattnet läggs till priset.

Med små åtgärder kan du minska denna summa avsevärt:

- Korta ner din duschtid, stå inte i duschen för länge
- Instruera även barnen om duschtider. Låt inte vattnet rinna på full effekt
- Stäng av kranen när du tvålär in dig och använd endast vatten för att skölja dig.
- Värm dig inte i duschen utan använd ljummet vatten som också känns varmt.



2

Rapportera läckande

Läckande kranar och toaletter förbrukar förvånansvärt mycket vatten.

- En droppande kran som läcker en halv deciliter i minuten innebär ett läckage på 500 liter per vecka.
- En läckande kran kan också förbruka varmvatten, som är dyrare.
- En rinnande toalett som läcker en halv liter per minut innebär ett läckage på över 5 000 liter per vecka.

Rapportera läckande vattenarmaturer omedelbart när du upptäcker dem. Du kan anmäla ett fel antingen genom att logga in på [boendesidorna](https://omaheka.fi) (omaheka.fi) eller utan att logga in på [webblanketten](https://hekaoy.fi/felanmalan) (hekaoy.fi/felanmalan).

3

Låt inte vatten rinna i onödan

- Låt inte kranen rinna när du inte använder vatten, till exempel när du borstar tänderna.
- Om du borstar tänderna i två minuter går det åt tolv liter vatten, eller mer än en hink.

4

Diskmaskiner använder 2–5 gånger mindre vatten än handdisk

- Undvik att diska för hand om du har en diskmaskin.
- Om du diskar för hand ska du göra det i diskhon, inte under rinnande vatten.
- Undvik onödig sköljning av disk innan du lägger in den i maskinen.

5

Fyll maskinen helt innan du tvättar

När du tvättar kläder används kallt vatten, eftersom maskinen värmer upp det vatten den behöver med el. Du kan spara vatten genom att tvätta på ett förnuftigt sätt:

- Fyll tvättmaskinen helt innan du tvättar.
- Vädra kläderna och förläng tvättintervallen.
- Välj ett kortare och kallare tvättprogram för mindre smutsiga kläder.

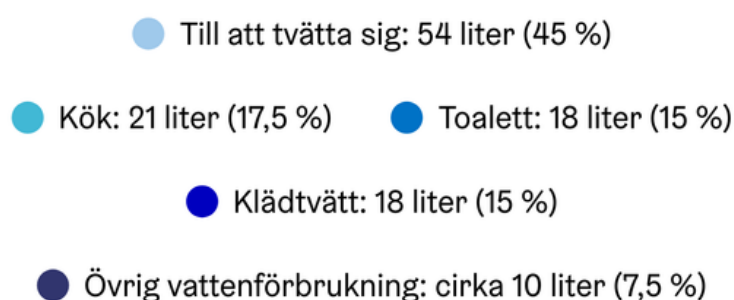
**Visste du att Hekas tvättstugor är
avgiftsfria för de boende?**

Till vad går det åt vatten?

Enligt en utredning som gjordes år 2020 är vattenförbrukningen per person i hög- och radhus i genomsnitt 120 liter per person och dygn.

Det mesta av vattnet används för hygien, alltså till att duscha.

Du får alltså den största besparingen när du förkortar duschtiden.



Källa: Kestävä veden käyttö -vedenkäyttöselvitys. Työtehoseura

Variationen i den individuella vattenförbrukningen är stor
och du kan påverka den avsevärt själv.

Det är bra att vara uppmärksam på hur ofta du duschar och hur länge, och också om
det rinner vatten ur kranen när du inte använder den.

Ofta är det möjligt att få besparingar snabbt och enkelt.

Exempel på besparingar

Det är inte komplicerat att spara vatten. Duschen förbrukar mest vatten, vilket
innebär att besparingarna där har störst inverkan. Duschen använder varmvatten
som också förbrukar uppvärmningsenergi. Priset på varmvatten är ungefär dubbelt
så högt som priset på kallvatten.

En familj på tre personer som använder 120 liter vatten per person och dag kan till
exempel spara 1800 liter vatten per månad genom att minska duschtiden med två
minuter per person.

Även om du inte betalar för vatten enligt förbrukningen påverkar
vattenförbrukningen Hekas kostnader och därmed också hyran.



Hur mycket är en kubikmeter?

Den genomsnittliga vattenförbrukningen för personer som bor i hög- och radhus är cirka 120 liter per person och dygn. Det är tolv fulla hinkar med vatten.

Mer än 3 000 liter, eller över tre kubikmeter, vatten används per månad.

Skulle du orka bära den mängden hem från en brunn?



1 kubikmeter = 1 000 liter

