

Studiehandledning

	<i>Cirkelträff</i>	<i>Frågeställning</i>	<i>Hänvisning</i>
A	Val av ämne (inriktning)		Det är lämpligt vid första träffen att ta reda på vilket utgångsläge och intresse cirkeldeltagaren har, där efter välja ämne.
B	Energianalys	Hur mycket energi använder vi i vårt hushåll, vilka delar består den av och hur kan jag påverka dessa?	Fyll i blanketten "Energianalys" tillsammans med cirkelledaren. Detta blir till ett underlag längre fram i cirkeln.
C	Energieffektivisering (värmebehov)	Hur mycket energi sparars om jag sänker temperaturen? Hur isolerar jag effektivast? Kan reglersystem spara energi och öka komforten? Vad vinner man mer än energibesparing på att byta fönster? Om jag gör olika åtgärder hur mycket spara jag då?	GRUND: Halvera elnotan i småhus sid:13-15,17-18,20-21. En tredjedel av värmen försvinner genom fönstren: Hela. FÖRDJUPNING: Här kan man gå in och se hur olika åtgärder förändrar energiförbrukningen. Internet: www.vattenfall.se/huset2/ http://energikiosken.stem.se
D	Hushålls-Vitvaror och belysning	Är det lönt att byta vitvaror, vilka skall jag välja? Är diskmaskinen rätt kopplad? Vad sparar egentligen en "Lågenergilampa"?	GRUND: Halvera elnotan i småhus sid:22-24. Vad är 1 kWh sid: 1-2, 5-10, Enklare sätt att spara energi: Sid 6-13. Tvättmaskiner-marknadsöversikt: Hela. Torktumlare-marknadsöversikt: Hela. Kylar/Frysar-Vilka är mest energieffektiva. : Hela

E	Varmvatten	Är det billigare att ladda varmvatten pånatten? Vad kostar det att inte byta kranpackning? Skall man duscha eller bada? Finns det ekonomiska vv-beredare?	GRUND: Halvera elnotan i småhus sid:19. Vad är 1 kWh: sid. 4. Varmvattenberedare: Hela. Diskmaskiner-energieffektiva: Hela
F	Inomhusmiljö (allergi)	Vad händer med mig och huset om ventilationen inte är tillräcklig? Hur kan jag påverka buller drag och fukt? Hör hälsa och energi ihop?	GRUND: Värme i småhus sid: 31-33. Hälsosamt hemma: Hela. VIDEO: Inga fler sjuka hus. FÖRDJUPNING: Inne Boken: Valda delar efter önskemål.
G	Styr och reglersystem	Kan jag fåmina gamla el-radiatorer att fungera bättre med ett reglersystem? Är det inte billigare med nya elradiatorer? Är det bra med en utegivare? Kan ett styrsystem spara energi?	GRUND: Halvera elnotan i småhus sid: 13-15. Styr- och reglersystem: Hela FÖRDJUPNING: Värme i småhus: sid 58-62
H	Hur man läser elräkningen	Vad är det jag betalar för? Har jag rätt storlek påmin säkring? Skall jag ha tidstariff? Kan jag installera effektvakt?	GRUND: Genomgång med cirkelledaren. FÖRDJUPNING: Bjud in er el-leverantör
I	Att byta el-leverantör	Hur mycket kan jag sänka mina kostnader om jag byter leverantör? Kan jag köpa miljövänlig el?	GRUND: Enklare att byta elleverantör, www.snf.se FÖRDJUPNING: www.sparapengar.com
J	Elsäkerhet	Vilka elarbeten får jag göra själv? Vad betyder de olika symbolerna? Är jordfelsbrytare bra? Praktiska övningar	GRUND: Tryggare kan elen vara: Hela Internet: www.eltrygg.nu FÖRDJUPNING: Praktik :Händig med el

K	Att konvertera till vattenburet	Kan jag ha ett vattenburet system utan att dra rör i hela huset?	GRUND: Villavärmepumpar: Hela Konvertering av elvärmda hus: Hela
L	Att spara energi i lägenhet	Vad sparar egentligen en "Lågenergilampa"? Hur mycket kan jag spara om jag får nya vitvaror? Finns det tvättutrustning som är anpassad för lägenheter?	GRUND: Halvera elnotan i småhus sid:22-24. Vad är 1 kWh sid: 1-2, 5-10, Enklare sätt att spara energi: Sid 6-13. El- och vattensnåla maskiner halverar tvättkostnaden: Hela. Småmaskiner för småhushåll: Hela
M	Fjärrvärme	Är det lönsamt att byta till fjärrvärme?	GRUND: Konvertering av elvärmda hus: Hela Konvertering till fjärrvärme: Hela
N	Solvärme	Vad används solvärme till? Vilka förutsättningar behövs för att jag skall kunna ha solvärme?	GRUND: Solvärme: sid 3-5,8-9. FÖRDJUPNING: (Solvärme i vårt hus)
O	Vedeldning	Vad vinner jag på att installera en ackumulator till mitt befintliga system? Hur eldar man rätt i sin anläggning? Hur mycket skötsel behöver en ved anläggning? I vilka hus är vedeldning aktuell?	GRUND: Halvera elnotan i småhus sid: 11-12. Vedeldning-en resurs eller ett otyg?: Översiktlig genomgång. FÖRDJUPNING: Värme i småhus: sid 81-111. Vedeldning-en resurs eller ett otyg?: Gör egna beräkningar + (OH). Ackumulatorsystem - en installations- och dimensioneringsguide: sid
P	Pelleteldning	Kan jag använda min gamla oljepanna för pelletseldning? Vad krävs för att elda med pellets? Vem kan ha en pelletsamin? Hur ser ekonomin ut?	GRUND: Möt bioenergin 4: Hela Halvera elnotan i småhus sid: 11-12. FÖRDJUPNING: Värme i småhus: sid 104-105. Pelletsvärme – framtidens självklara villavärme: Hela + (OH)

Q	Värmepumpar	Hur fungerar en värmepump? Vilka grundförutsättningar måste jag ha? Hur stor investering måste jag göra? Vilken pump skall jag välja?	GRUND: Halvera elnotan i småhus sid: 8-10. Villavärmepumpar:Hela FÖRDJUPNING: Värme i småhus: sid 63-78. Att välja värmepump: Hela
R	Ackumulatorsystem	Kan jag som har ved, pellets, värmepump, förbättra mitt system med en ackumulator? Hur isolerar man en ackumulator? Skall man ha en eller flera tankar? Varför är skiktningen viktig i tanken? Kan man byta till en ackumulator när varmvattenberedaren är trasig?	GRUND: Ackumulatorsystem- en installations- och dimensioneringsguid: sid 5-15 FÖRDJUPNING: Ackumulatorsystem- en installations- och dimensioneringsguid: sid 16-55
S	Framtidens hus	Hur lite energi kan man egentligen klara sig på?	GRUND: 8000kWh per år är ingen utopi: Hela.
T	Hur påverkas utomhusmiljön?	Hur påverkas miljön om jag använder olja eller el	GRUND: Värme i småhus: sid 29-30
U	Eget ämne Vilket?	t.ex, kan man ha ett eget vindkraftverk eller bli medlem i någon förening?	Om ni behöver hjälp med material eller något annat kontakta Energikontoret.
V	Inbjudan, Vem?	t.ex, Vad gör energirådgivaren i kommunen?	Bjud in kommunens energirådgivare.
X	Studiebesök Var?	t.ex, Hur fungerar en solanläggning?	Besök en anläggning t.ex, Kursgården i Hörby.(solen bör vara uppe)
Y	Min energiplan	Vad tänker jag göra inom det närmaste året? Vad tänker jag göra längre fram i tiden?	Fyll i blanketten : Min energiplan