

På hjælpelisten kan du se, hvordan dine aktiviteter påvirker dit vandforbrug og din personlige CO₂ udledning. Du kan få ideer til hvordan du kan nedsætte dit vandforbrug og din CO₂ udledning. Alle værdierne er gennemsnitsværdier. Værdierne kan bruges som en vejledning til, hvor og hvor meget du kan spare på vand og CO₂.

VANDFORBRUG

BAD	Liter vand pr min
Almindelig bruser	12
Sparebruser	8
Karbad	180

TOILET	Liter vand pr skyl
Gammelt toilet	15
Nyt toilet med 2 skyl (lille og stort)	6 eller 9
Vandsparetoilet med 2 skyl	3 eller 6

OPVASK	Liter vand pr opvask
Opvask i hånden med rindende vand	op til 150
Opvask i balje	50
Opvaskemaskine (uden at skylle af inden)	12

TANDBØRSTNING	Liter vand pr tandbørstning
Tandbørstning rindende vand	10
Tandbørstning slukket vandhane	0,3

Hvis du børster tænder med slukket vandhane i stedet for rindende vand, kan du spare op til 7.000 liter vand på et år

ELEKTRICITET

Pris pr kWh i gennemsnit: 2,30 kr.
CO2 udledning pr. kWh: 0,25 kg CO2/kWh

BELYSNING	kWh forbrug pr time
Almindelige pære	0,0314
Halogenpære	0,020
Energisparepære	0,0083
Lysstofrør	0,0291

Husk det kan altid betale sig at slukke lyset efter sig, også selvom man tænder lyset igen kort tid efter. En lampe skal være slukket i under 1,5 sekund, før det ikke kan betale sig at slukke for den.

Standby

Man bruger op til 15 % mere strøm end nødvendigt, hvis man lader sine elektriske apparater stå på standby i stedet for at slukke dem helt på kontakten.

Der er naturligvis apparater, der bruger mere strøm end andre, for eksempel en PlayStation.

TRANSPORT

Tabellen viser, hvor meget CO₂ der udledes ved forskellige transportformer.

HVERDAG:

TRANSPORT TYPER	kg CO ₂ /person/km
Tog	0,02
Bus	0,05
Cykel	0
Til fods	0
Bil alene	0,17
Bil sammen med andre	0,09

FERIER:

UDLEDNING I KG CO ₂ PR TUR PR PASSAGER (IKKE RETUR)						
Destination	km	Fly	Bil	Tog	Bus	Cykel
Afrika	8.000	519	694	160	401	0
Asien	10.000	775	867	200	501	0
Australien og New	15.000	1000	1300	300	752	0
Danmark	200	58	18	4	10	0
Europa	2.000	172	173	40	100	0
Skandinavien	500	61	43	10	25	0
Syd- og Mellemerika	10.000	718	867	200	501	0
USA	8.500	585	737	170	426	0

Værdierne i tabellen skal ses som gennemsnit. Det er naturligvis ikke muligt at tage toget til Australien. Det er bare et eksempel på en rejse over mange km.