



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET®**
SWEDISH SKI ASSOCIATION

Huvudsponsor

VATTENFALL 



BLI EN KLIMAT- OCH ENERGISMART KLUBB

***EN GUIDE TILL
SMARTARE VAL***





VARFÖR ENGAGERAR SIG SKIDSPORTEN I KLIMATFRÅGAN?

Klimatförändringarna märks på många sätt och för skidåkarna i landslaget har det blivit ytterst påtagligt. Glaciärerna smälter och snötäcket blir märkbart tunnare. 2017 startade därför Ski Team Sweden Alpine med hjälp av Vattenfall (Smart Energy Partner till Svenska Skidförbundet) ett projekt för att halvera landslagets klimatpåverkan till år 2022.

[Projektet kan du läsa mer om här.](#) Ett viktigt initiativ som vi vill inspirera kommande generationer att fortsätta med. Klimatarbete måste bli en självklar del av sporten om man ska kunna fortsätta utöva den, därför krävs ytterligare engagemang från alla klubbar och medlemmar.

BLI EN KLIMATSMART KLUBB

Det här är en guide för hur din klubb kan göra smartare val — både för klimatet och klubbens ekonomi! Ni får råd om hur ni enkelt kan skapa er en överblick över klubbens klimatpåverkan, hur ni kan energieffektivisera både anläggning

och idrottsmiljö samt få tips till medlemmar som vill tänka mer klimatsmart. Målet är att ni i slutändan ska få mer pengar över till den idrottsliga verksamheten och samtidigt göra en viktig insats för klimatet.



KLIMATCOACH LARS EJEKLINT

Här finns tips och idéer på hur er klubb lätt kan få en överblick av läget idag. I vissa fall är åtgärderna uppenbara, i andra fall kan ni behöva rådgivning. Då finns bl.a. Vattenfalls klimatcoach Lars Ejeklint till hands. Lars är det fritt fram att kontakta, men en bra start är att gå igenom anläggningen såsom det beskrivs i den här pdf:en.

Lars når ni via mejl lars.ejeklint@vattenfall.com



INNEHÅLLSFÖRTECKNING ANLÄGGNINGEN, BYGGNADER, LIFTAR OCH SNÖPRODUKTION

#1 INVENTERA ANLÄGGNINGENS
BYGGNADER

#3 SMARTA VAL:
BYGGNADER

#2 JÄMFÖR ELANVÄNDNING
MED VERKSAMHETSTID

#4 SMARTA VAL: FORDON
OCH TRANSPORT

#5 SMARTA VAL: SNÖPRODUKTION
OCH BELYSNING

INNEHÅLLSFÖRTECKNING ATT GÖRA HEMMA

#1 TIPS TILL INGEN ELLER
LITEN KOSTNAD

#3 LADDA NER APPEN
ONETONNEFUTURE

#2 TIPS PÅ LÖNSAMMA
INVESTERINGAR

#1 INVENTERA ANLÄGGNINGENS BYGGNADER

Börja med att gå igenom byggnad för byggnad och rum för rum på anläggningen. Ställ er frågorna nedanför. Gör ni det under kvälls- eller nattetid, hittar ni garanterat energitjuvar.

Användning av respektive rum

- Vad används respektive lokal till?
- När används lokalerna under veckan och under året?

Temperatur

- Går den att sänka hela året eller delar av året?
- Hur värms rummet upp?

Ventilation

- När behövs den?
- Sätts den på manuellt eller styrs den med ett tidur?

Belysning

- När behövs den?
- Är den närvarostyrd eller sätts den på manuellt?

Gör inventeringen två gånger per år, på hösten och när säsongen är över. Med hjälp av ett enkelt protokoll har ni kontroll på de förändringar ni genomfört och resultaten.



#2 JÄMFÖR ELFÖRBRUKNING MED ANVÄNDNING AV ANLÄGGNINGEN

Hos er elleverantör har ni tillgång till era förbrukningsuppgifter på "Mina sidor". Där kan ni se hur förbrukningen ser ut över dygnets timmar och jämföra den med öppetider samt mellan säsong och inte säsong för

att få en uppfattning om förbrukningen även när ingen verksamhet bedrivs. Det är inte ovanligt att snöproduktionen och belysningen i backen står för 70 – 90% av anläggningens totala elbehov.

CASE SALTSJÖBADENS SKIDKLUBB

De största elförbrukarna för alla skidklubbar är snöproduktion och belysning i backen, men underskatta inte besparingen som andra mindre insatser innebär. Här kommer exempel på åtgärder och deras effekt för Saltsjöbadens Slalomklubb:

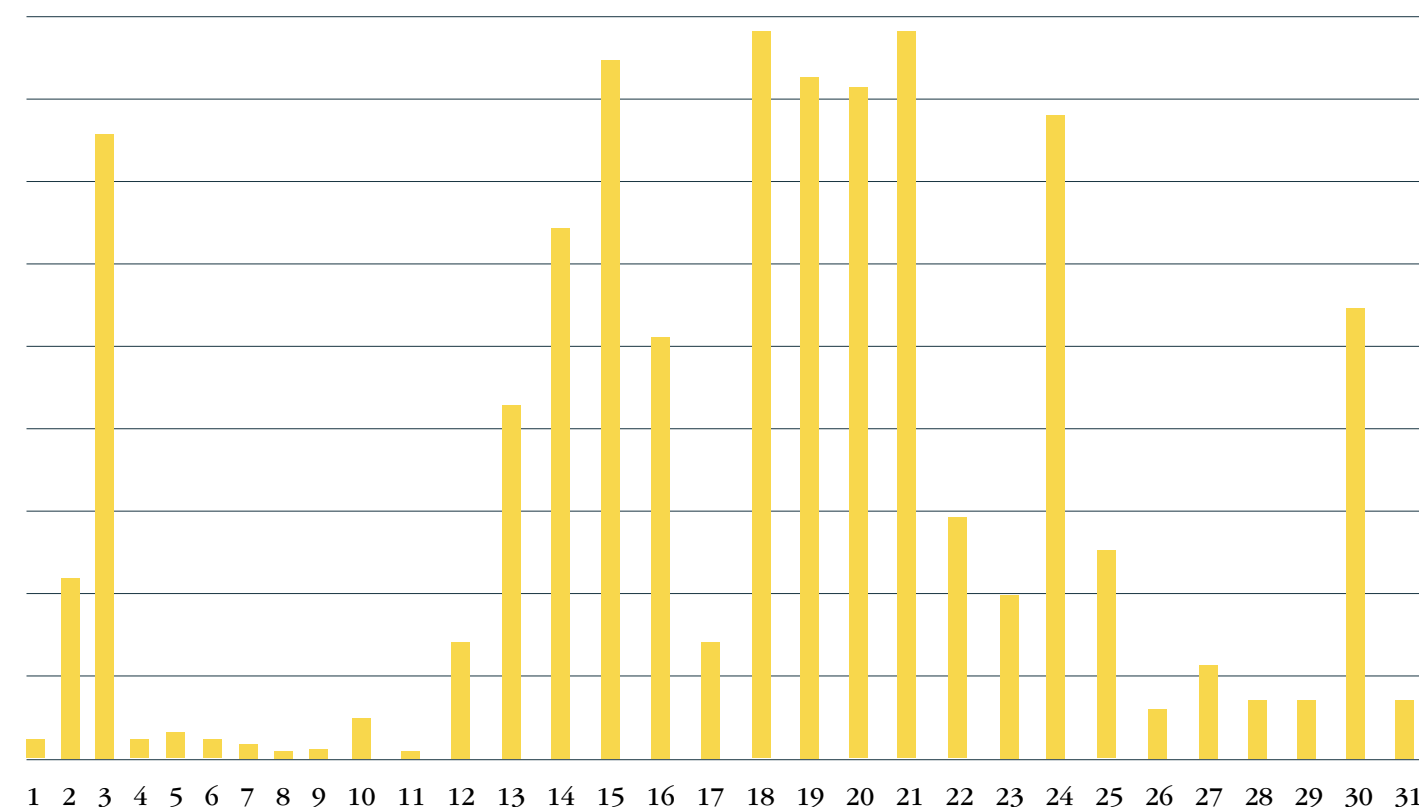
Byte till LED-belysning i slalombacken ger en besparing på 20% i jämförelse med metallhalogenlampor. Belysningsstyrning reducerar belysningen vid snöläggning med 90-95%.

Installation av modernare snöläggningsutrustning förkortar snöläggningstiden och minskar elbehovet. Dessutom sprids snön bättre vilket i sin tur minskar behovet av att schakta ut snön som minskar åtgången av diesel för pistmaskinen.

Byte från en överdimensionerad äldre kompressor till en effektivare frekvensstyrd kompressor, där storleken har anpassats till behovet, ger en halvering av energi- och effektbehovet som följd.

Utbyte av äldre elradiatorer till nya med elektroniska termostater ger en jämnare temperatur. Tankar finns att komplettera delar av byggnaderna med luft/luftvärmepumpar för att minska elbehovet ytterligare.

ELFÖRBRUKNING PER DAG UNDER JANUARI MÅNAD,
HÖG FÖRBRUKNING = SNÖPRODUKTION





#3 SMARTA VAL: BYGGNADERNA

- Håll rätt temperatur i byggnaderna. Sänk temperaturen i de utrymmen som inte används eller på tider då verksamheten inte pågår.
- Närvarostyr belysningen eller använd timer.
- Vattenbesparande kranar och duschmunstycken kan nästan halvera er varmvattenanvändning.
- Är det onormalt varmt kring varmvattenberedaren kan det vara dags att byta den mot en nyare som har bättre isolering.
- Tidsstyr ventilationen utifrån hur anläggningen används.



#4 SMARTA VAL: FORDON OCH TRANSPORT

- När det är dags för träningar och tävlingar fundera på om samåkning kan vara ett alternativ.
- Eco-driving minskar bränsleanvändningen med 5-20% med bibehållen medelhastighet. För arbetsmaskiner blir besparingen upp till 30%.
- För dieseldrivna fordon som kan köras på HVO minskar utsläppen med 95%.

#5 SMARTA VAL: SNÖPRODUKTION

Skidklubbarnas största elförbrukning står snöproduktionen och belysningen i backen för. En genomsnittlig snökanon producerar ca 7500 m³ snö per år. Med en äldre snökanon blir kostnaden ca 30.000 kr/år. Tänk på att...

...en gammal fläktkanon drar upp till fyra gånger så mycket el som en ny.

...den mest energieffektiva fläktkanonen är en fast installerad anläggning med lansar som kontrollerat tillverkar snö.

...satsa enbart på LED-belysning som både drar mindre el och har längre livslängd.

...mycket energi kan sparas genom närvarostyrning av belysningen.

...det kan gå att återvinna värmen från kompressorerna som används vid snötillverkning.

...om kompressorn är för stor eller gammal kan ett byte till en mindre och effektivare minska både el- och vattenanvändningen.

...belysningen inte ska stå på för länge innan backen öppnar.

...det kan räcka med t.ex. 25% av full belysning vid snöproduktion.



#6 ATT GÖRA HEMMA

Även hemma kan vi spara, både i plånboken och på miljön. Mellan 3.000-6.000 kr/år kan en familj spara på sina energikostnader utan större uppoffringar.

TIPS TILL INGEN ELLER LITEN KOSTNAD

1. Nya tätningslister runt fönster och dörrar, spara ca 1000 kr/år.
2. Vattenbesparande kranar och duschmunstycken kan nästan halvera varmvattenanvändningen. Hur ofta och hur länge man duschar påverkar också energianvändningen. Fem minuters mindre duschtid per dag minskar kostnaden med ca 1000 kr per år.
3. Teckna ett klimatsmartare elavtal. Om du väljer el från sol-, vind-, vatten- eller kärnkraft bidrar du till ett fossilfritt liv.



TIPS PÅ LÖNSAMMA INVESTERINGAR

Om huset har en elpanna kan en värmepump minska elanvändningen upp emot 70-80% av behovet för varmvatten och uppvärmning. För en snittvilla uppgår investeringen till ca 150.000 kr och besparingen till ca 19.000 kr per år.

Vill du bli din egen elproducent av förnybar el? Då är solceller på taket ett bra alternativ. Elen som du inte själv använder säljer du enkelt. [Läs mer här.](#)

APPEN ONETONNEFUTURE

OneTonneFuture är en innovativ klimatapp som presenterar olika lösningar på hur man enkelt kan minska utsläppen utan att det känns som en uppoffring. Med hjälp av appen kan man även jämföra sig med andra och tävla. Ladda gärna ned den i Google Play och App Store.

"OTF-appen tycker jag på ett enkelt och smidigt sätt gav mig en större förståelse och insikt över vad mina olika val i vardagen lämnar för avtryck, både negativa som positiva. Så med ökad förståelse genom appen, tycker jag det var lättare att hitta dom ställen där jag genom små förändringar kan göra stor skillnad. Exempelvis göra klimatsmarta matval men ändå välja rätt råvaror för att tillgodogöra min träning."/> /Mattias Hargin





**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET®**
SWEDISH SKI ASSOCIATION

Huvudsponsor

VATTENFALL 



BLI EN KLIMATSMART KLUBB

EN GUIDE TILL SMARTARE VAL

