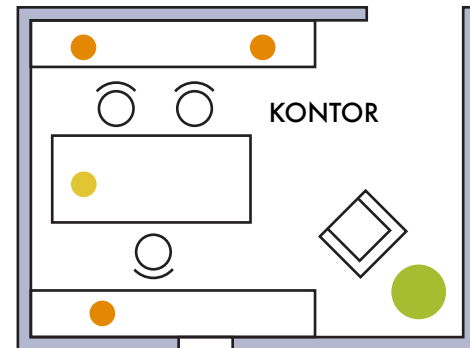


Få den rigtige belysning i din bolig

Med det rigtige valg af lamper og lyskilder kan du få et både bedre og billigere lys i din bolig. De fleste boliger kan spare op mod 20 procent af energien til lys ved at udnytte dagslyset bedre og skifte til de nye, mere energieffektive lyskilder. Brug Go' Energis guide her til at få inspiration til bedre belysning i din bolig.



Lamper på kontoret:

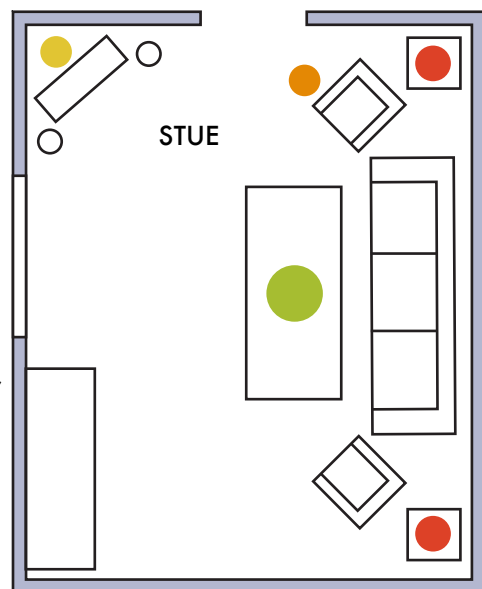
- Skrivebordslampe: kompaktlystofrør 20 watt eller sparepære/lysdiode som alternativ
- Bordlampe: sparepære 2 x 7 watt
- Gulvlampe: sparepære 15 watt

Tips til kontoret:

- Loftslýset bør være jævnt, men ikke for kraftigt.
- Sørg for en god arbejdslampe på skrivebordet. For stor forskel i lyset ved pc-skærmen og i resten af rummet være anstrengende for øjnene.
- Lad ikke pc'en stå for tæt på vinduet, og ryk computerskærmen, indtil der ikke er spejlbilleder i den.

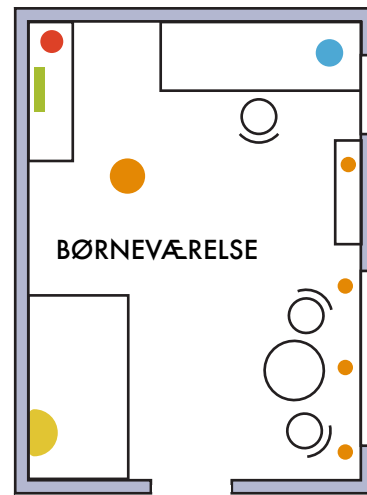
Tips til stuen:

- Vælg lyse farver til vinduets karme og rammer samt til vægge, hvor dagslyset reflekteres.
- Brug lampeskærme, som lyset kan skinne igennem. Det spreder lyset.
- Brug lyse gardiner og træk dem for, når det er mørkt. De mørke flader sluger meget lys.



Lamper i stuen:

- Gulvlampe (lille): sparepære 7 watt
- Gulvlampe: sparepære 11 watt
- Bordlampe: sparepære 11 watt/lysdioder
- Hængelampe: 15 watt sparepære

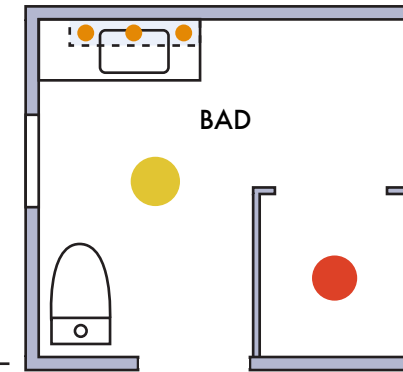


Lamper i børneværelset:

- Væglampe: sparepære 7 watt
- Loft- og vægspot: 20 watt
- Bordlampe: sparepære 9 watt
- Skrivebordslampe: halogenpære 20 watt
- Hylde: dioder 20x0,1 watt

Tips:

- Vælg lofts- og væglamper, der spreder lyset godt, så børnene ikke bliver blændet.
- Husk ikke at tildække lamper eller lampeskærme, og pas på at lampen ikke står for tæt på gardiner eller andet brændbart materiale.



Lamper i badeværelset:

- Loftslampe: halogenpære 28 watt
- Indbygningsspot (ved spejl): halogenpære 20 watt
- Loftslampe: halogen 42 watt/15 watt sparepære

Tips:

- Vælg lyse farver til vægge og fliser så lyset reflekteres.
- Sørg for at have en god loftslampe, der giver spredning af lyset i hele rummet. En lavvoltage halogenpære er dyr som rumlys.
- Ved spejlet skal der være god farvegengivelse i lyset. Brug halogenpærer med transformator.
- Brug eventuelt en bevægelsessensor, så lyset kun er tændt, når der er nogen på badeværelset.



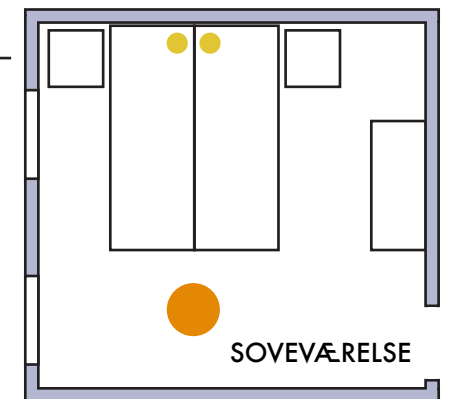
UDENDØRS LYS

Lamper udendørs:

- Væglampe: sparepære 15 watt/12 watt lysdiode
- Bedlampe: sparepære 15 watt/12 watt lysdiode

Tips:

- Brug kontakter med timer eller skumringsrelæ, så lyset ikke står tændt i dagslys til ingen nytte.
- Lavt placerede lamper giver sikkerhed ved havegangen eller trapper. Brug eventuelt lysdioder nedfældet i kanten af havegangen.

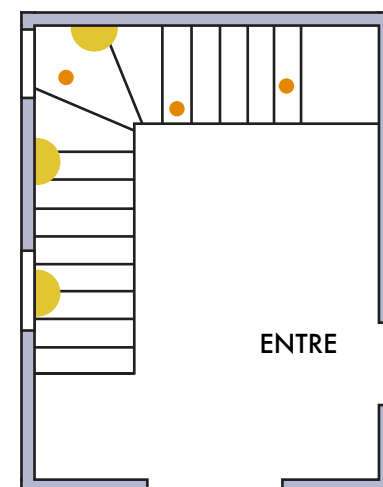


Lamper i soveværelset:

- Loftslampe: sparepære 15 watt
- Sengelampe: halogen 28 watt

Tips:

- Vælg en lampe, der giver en god lysspredning i rummet og ind i skabene.
- Ved sengen skal der være lamper, der er afskærmet og retter lyset. Over dobbeltsengen bør lamperne sidde tæt sammen over midten af sengen.

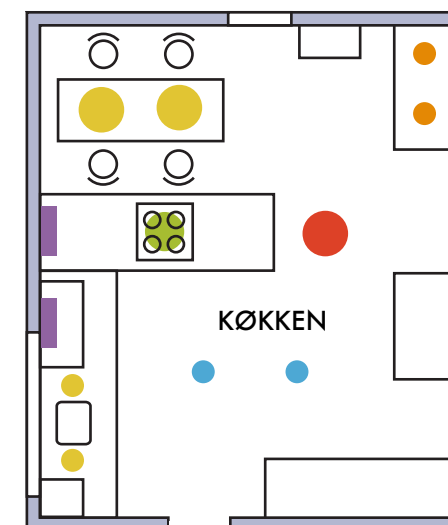


Lamper i entreen:

- Væglamper: sparepære 11 watt
- Indbygningsspot: halogenpære 10 watt/lysdioder er et alternativ

Tips:

- Brug en eller flere lamper i loftet, der spreder lyset godt.
- Lyset bør kunne tændes og slukkes ved alle døre.
- Brug eventuelt en bevægelsessensor, så lyset kun er tændt, når der går nogen gennem entreen eller gangen.



Lamper i køkkenet:

- Hængelampe med dæmp: halogenpære 28 watt
- Indbygningsspot: halogen 10 watt/eller lysdioder
- Hængelampe: kompaktlystofrør 18 watt
- Emhætte: halogen 2x10 watt
- Væglampe: sparepære 11 watt
- Spotlampe: halogenpære 20 watt
- Hængelampe: Halogenpære 28 watt

Tips:

- Brug halogenpærer eller lysstofrør med ekstra god farvegengivelse, hvor maden bliver tilberedt.
- Lyset bør være jævnt fordelt fra alle lamper, så lyset kan nå ind i alle skabe og dække hele gulvet.
- Hæng lamperne over spisebordet 50-60 cm over bordet og gerne i skinne eller med en hejsefunktion.

Brug A-pærelisten fra Go' Energi, når du skal vælge den mest energieffektive sparepære. Du finder listen på GoEnergi.dk/a-paere-liste