



**PRAKTISKA TIPS  
OCH INSTRUKTIONER  
OM BL.A. BEREDSKAP  
INFÖR ELBRIST**

*- spara bilagan och  
håll den tillgänglig!*

**DET LÖNAR SIG ATT VARA FÖRBEREDD!**

# **Aktuella tips inför vintern**

- **Elbrist är värmeperiodens utmaning**
- **Beredskapsinstruktioner för hushåll**
- **Energispartips**
- **Flexibilitet i elfakturorna**
- **Instruktioner för stugboende**

SAMMANSTÄLLDA AV: NIFA TORNI  
BILDER: ARTO WIKARI, SHUTTERSTOCK



# ELBRIST ÄR värmepriodens utmaning

Vintern kommer att vara exceptionell på många vis. På grund av krigsläget och den därav föranledda energikrisen samt den allmänna prishöjningen har beredskapen inför vintern blivit ett dagligt samtalsämne också på hushållsnivå.

I Finland infaller elförbrukningstopparna vanligen på kalla, vindstilla dagar. Därför är elbrist, en störning på elmarknaden, i vårt land sannolikast just under uppvärmningssäsongen. Risken för elbrist har ökat bland annat för att energiimporten från Ryssland upphört och för att den väderberoende förnybara energins betydelse i energiproduktionen ökat.

## OM DET BLIR ELBRIST

Om elförbrukning och -produktion inte är i balans och det uppstår brist på el kan man vara tvungen att begränsa elförbrukningen lokalt eller landsomfattande. Förbrukningen begränsas med elavbrott. Eventuella begränsningsbeslut fattas alltid av stamnätsbolaget Fingrid.

Fingrid strävar alltid först efter att utnyttja frivilliga åtgärder från de på elmarknaden verksamma elproducenternas och konsumenternas sida. Åtgärder för begränsning av eldistributionen vidtas först när alla marknadsmässiga åtgärder vidtagits och de för störningssituationer reserverade reservkraftverken är i gång.

När elförbrukningsbegränsande åtgärder förknippade med elbrist vidtas har myndigheterna situationen under kontroll. Strävan är att eventuella elavbrott inte skall vara längre än max två timmar. Det lokala elnätbolaget roterar vid behov avbrotten inom sitt distributionsområde. Kritiska samhällsfunktioner såsom sjukhus lämnas utanför avbrotten. *Du kan hitta information om elbrist även på sidan 22 i tidningen.*

## MINSKA, PÅVERKA, VAR BEREDD!

Varje elkonsument kan minska sannolikheten för en elbrist genom att minska sin egen förbrukning, särskilt under förbrukningstopparna. *Tips om hur man minskar sin egen elförbrukning hittar du på sidorna 5–6 i den här bilagan.*

Nu är det också ett bra tillfälle att kontrollera att den egna beredskapsnivån är tillräcklig. Eftersom det kan bli elavbrott också av andra orsaker än på grund av elbrist är rekommendationen att man i hemmen skall ha beredskap att klara sig utan ström i tre dygn. *Bekanta dig med beredskapsinstruktionerna på sidan 4 i den här bilagan.*

”  
Det är alltid stamnätsbolaget Fingrid som fattar beslut om begränsning av elförbrukningen.

## BORGÅ ENERGI INFORMERAR

- proaktivt (energipartips, riktlinjer...)
- när elbrist är möjlig (varning – Finland gör sig beredd att ta i bruk reservkraft och alla borde spara el)
- när risken för elbrist är stor (elspartalkon, förberedelser för elavbrott) och
- när elbrist uppstår (elavbrott, elsparande)

# FINGRID ser till att finländarna har el

Fingrid Abp är ett stamnätsbolag, som ägs av finska staten och de finska pensionsbolagen. Fingrids viktigaste uppgift är att se till att finländarna har el, genom att föra över el i stamnätet, det vill säga i högspänningsnätet från produktionsanläggningar till industrin och elbolagen. Dessutom håller Fingrid koll på effektbalansen i nätet och den operativa driften av nätet. Fingrids systemansvar finns definierat i lag och i bolagets nättillstånd.

Fingrid övervakar kontinuerligt läget i elsystemet. Om det uppstår obalans i nätet, det vill säga om det till exempel förbrukas mera el än vad som finns att få, kan Fingrid förpliktiga att minska förbrukningen antingen lokalt eller till och med landsomfattande. Den primära målsättningen med förbrukningsbegränsningarna är att förhindra omfattande störningar i elnätet, vilka kunde få som följd att hela elsystemet kraschar och ligger nere flera dygn. Fastän stamnätet inte kraschat en enda gång sedan 1970-talet övar man på Fingrid fortlöpande de åtgärder, som en sådan situation förutsätter av bolaget. ●

## Ytterligare information:

[www.fingrid.fi/sv/grid/information-om-elbrist](http://www.fingrid.fi/sv/grid/information-om-elbrist)  
[www.pbe.fi/elbrist](http://www.pbe.fi/elbrist)

”  
Målsättningen med förbrukningsbegränsningar är att undvika omfattande störningar, vilka kunde få som följd att hela elsystemet kraschar.



**FÖRBREDELSER ÄR KUNNANDE,  
FÄRDIGHET OCH FÖRNÖDENHETER**

# Beredskaps- instruktioner för hushåll

Fastän nivån på försörjningstryggheten i vårt samhälle är god kan det trots allt uppstå störningar eller rent av avbrott i de tjänster som samhället erbjuder. Ett omfattande elavbrott kan till exempel förorsaka ett till och med långvarigt störningsläge.

Utgångsmässigt är rekommendationen att man i hemmen skall ha beredskap att klara sig utan ström i tre dygn, det vill säga 72 timmar. Därför är det bra att ha basförnödenheter som ljus och ficklampor samt ett så kallat hemlager. Hushållsberedskapen är till stor hjälp för samhället, men framför allt för hushållen själva.

## Elavbrott

Om belysningen eller tv:n slocknar kan det vara fråga om ett apparatfel, ett fel på elnätet i det egna hemmet eller ett elavbrott. Kolla om lamporna tänds i andra rum och om andra hushållsapparater fungerar. Försäkra dig om att säkringarna är hela, och kolla om det lyser hos grannen.

När det blivit klart att orsaken är ett strömavbrott skall man stänga av strömmen till elapparater. Stäng fönster och mellandörrar, håll ytterdörren stängd. Ha varma kläder och täcken tillgängliga. Det lönar sig att undvika att öppna dörren till frysen för att hindra att livsmedel smälter. Om avbrottet pågår en längre tid skall man först använda livsmedel som lätt förskäms. Campingspis, öppen eldstad eller gårdsgrill kan användas för tillagning av mat.

## Hemlager (Kotivara)

Det väsentligaste med ett hemlager är att det finns tillräckligt med mat för hela familjens behov i tre dygn. Det lönar sig att skaffa sådant man tycker om att äta, men med tanke

på beredskapen är sådan mat bäst, som håller länge, går snabbt att tillreda med bara lite vatten, eller som kan ätas okokt. Ett bra hemlager innehåller till exempel skorpar, kex, kokfärdiga soppor i påse, pasta, olika slags konserver, nötter och torkade frukter. Det skulle också vara bra om det fanns butiksköpt vatten på flaska hemma.

För att hemlagret skall hållas färskt använder man till vardags efter behov produkter ur lagret och skaffar nya i stället. Kom ihåg att också reservera mat åt familjens husdjur.

## Vatten

Vid sidan av eldistributionen kan också vattendistributionen störas. Människan behöver dagligen ca 2 liter rent dricksvatten. Dessutom behövs vatten för matlagning och hygien. Det totala vattenbehovet är 1–2 hinkar vatten per person i dygnet. Det är därför bra att utöver flaskvatten reservera kanistrar och hinkar med lock, med vilka man kan hämta vatten på till exempel vattendistributionsställen.

När vattnet är avstängt kan toaletten spolas bara en gång. Toaletten kan användas om man placerar en soppåse i toalettskålen och lägger den använda påsen i kärlet för blandavfall. ●

**Myndigheters beredskaps-  
instruktioner och -information:**  
<https://72timmar.fi>  
<https://varmuudenvuoksi.fi>

**//**  
Varje elanvändare  
borde vara  
förberedd på  
elavbrott.

## Minneslista:

- Skaffa hem en batteridrivna radio, fick- eller pannlampa samt reservbatterier.
- Ha ljus och någonting att tända med tillhanda.
- Skaffa hållbara matvaror och flaskvatten till hemlagret. Kontrollera att det finns en konservöppnare i hushållet!
- Skaffa kärl för förvaring av vatten samt tillräckligt med bashygienförnödenheter såsom våtservetter, WC-papper och soppåsar.
- Kontrollera att det alltid finns läkemedel, som används i hushållet, för minst tre dygns behov.
- Kontrollera att det finns en förbandslåda och brandsläckningsutrustning.
- Håll mobilapparater och datorer laddade liksom också reservströmkällor.
- Kontrollera att det går att få kopior på viktiga dokument/datafiler också utan internetanslutning.
- Reservera en liten mängd kontanter.
- Ladda ner 112-applikationen i telefonen och ta reda på var närmaste befolkningsskydd finns.

**REDAN DET LILLA MAN GÖR HAR INVERKAN**

# Spara el - och du förebygger elbrist!

Att spara energi är inte bara ett sätt att spara kostnader. Det betyder att man gör en insats för hållbar utveckling samt förbereder sig och drar sitt strå till stacken för att uppnå det gemensamma målet, att undvika elbrist.

Varje elanvändare kan förebygga elbrist genom att minska sin egen förbrukning. Förbrukningstoppar kan jämnas ut till exempel genom att undvika att använda elapparater, som drar mycket ström, såsom ugnar, disk- och tvättmaskiner samt elbastuaggregat under perioder med hög belastning.

Att följa med sin egen förbrukning är ett bra sätt att börja effektivisera energianvändningen: när du vet var och när det går åt ström, kan du leta efter sparobjekt. Du kan se din egen förbrukning på vår Online-tjänst ([www.pbe.fi/pbeonline](http://www.pbe.fi/pbeonline)) eller logga in på datahubben (<https://oma.datahub.fi>). ●

**//**  
Elförbruknings-  
topparna infaller på  
vardagar klockan  
6–9 och 17–19.







# ENERGITIPS



## 1

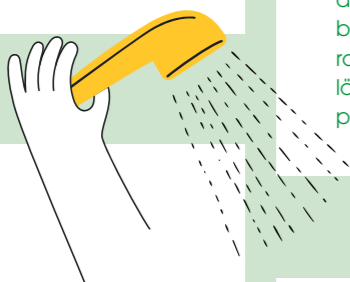


**Ullsocksrocktid!** När du sänker rumstemperaturen med 1 grad, sparar du 5 % i värmekostnader. I utrymmen, där man vistas, räcker det med 20 grader, i skönhetssömnkammare 18 grader. I badrummet räcker det att golvet inte känns kallt under fötterna. Kom också ihåg att justera den maskinella ventilationen!

## 2

Frysar och kylskåp är på dygnet och året om. För deras del stämmer det inte att **gamml är bäst**: investera således i nya, återvinn de gamla! Sparsam som du är placerar du inte kyl och frys nära värmekällor (spis, värmeradiatorer, diskmaskin), men försäkras dig om tillräcklig luftväxling kring dem, ser till att tätningarna är rena och baksidan på de här vitvarorna dammfria. Plus 5 är en lämplig temperatur i kylskåpet och minus 18 i frysen.

## 4



Varmvattnets andel av energiförbrukningen i hemmet är betydande. Eftersom man kan sjunga sin aria också utan porlande vatten som bakgrunds ljud räcker det med en **kortare tid i dusch**. Öppna kranen bara **då du faktiskt behöver vatten**. Det samma gäller då du tvättar händerna och tänderna eller rakar dig.

## 5

Automatisk justering av vatten och energi? Si eller så, men **kör med fulla maskiner då du tvättar disk eller tvätt**. Förskölj inte med rinnande vatten och tänk efter om klädesplagget faktiskt är så smutsigt att det behöver tvättas. Ibland räcker det med en ordentlig vädning.

## 3



En energimedveten kock **tillreder många ugnsrätter samtidigt och utnyttjar restvärmen**. Mikrovågsugn är ett energiekonomiskt alternativ för tillagning av små matportioner. Kokplattans effekt kan med fördel minskas genast när koket börjar koka. Om du använder spisfläkten med förstånd får kråkorna klara sig med mindre värme!

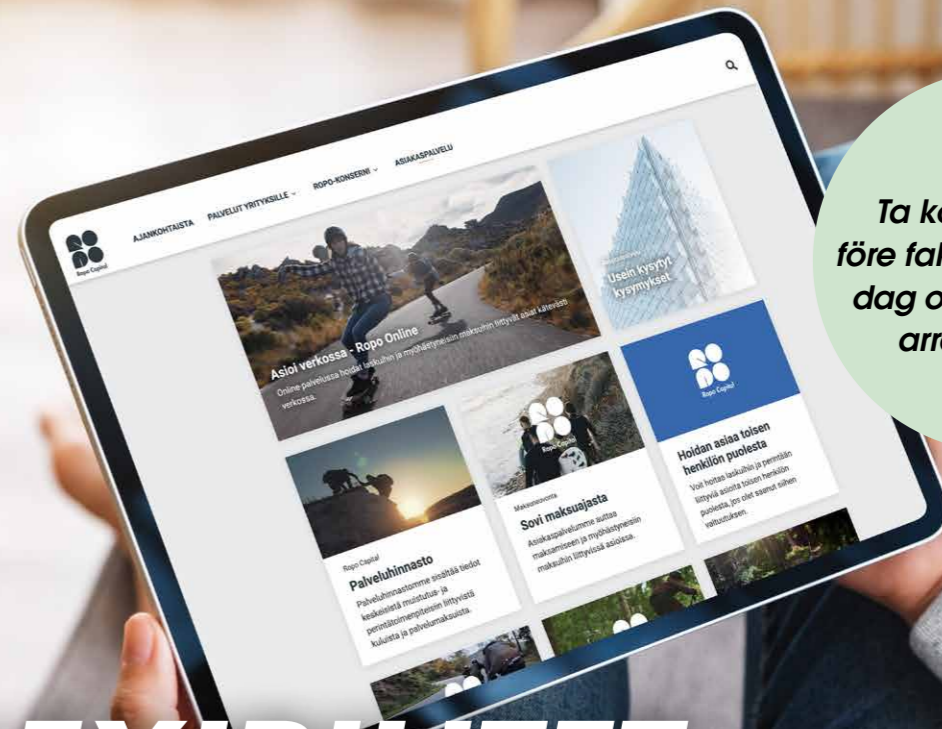
## 6



**Elbastuaggregatet är vad effekten beträffar den största enskilda elanordningen i hemmet**. Värm alltså bastun på en gång för hela gänget, gå genast i bastun då den är varm och undvik att värma den till mer än 80 grader, även om bastu och sisu hör ihop. Kom ihåg att stänga av bastuaggregatet genast då du slutat bada bastu!

**Ytterligare energitips:**

[www.astettaalemmas.fi/sv](http://www.astettaalemmas.fi/sv)  
[www.motiva.fi/sv/hem\\_och\\_boende](http://www.motiva.fi/sv/hem_och_boende)  
[www.pbe.fi/energitips](http://www.pbe.fi/energitips)



## FLEXIBILITET i elfakturorna

**”**  
**Ta kontakt redan före fakturans förfallodag om betalningsarrangemang behövs!**

**Hur pliktroget man än sköter sina betalningar kan det uppstå situationer, då det behövs flexibilitet i betalandet. Genom att vara förutseende och agera redan innan fakturorna förfaller till betalning är det lättare att hålla situationen under kontroll.**

**I utmanande situationer behöver man inte stå ensam!**

Ropo Capital Ab, som har hand om förmedlingen av Borgå Energis fakturor, svarar också för kundbetjäningen i frågor gällande betalningen av elfakturor. Ropo Capital hjälper med betalningsrådgivning samt betalningsarrangemang och har förberett sig för undantagsförhållanden i sin kundtjänst. Många fakturaärenden kan skötas snabbt och behändigt via de elektroniska tjänsterna.

Det finns en vilja att hjälpa kunderna förbi den utmanande tiden till exempel genom att erbjuda möjligheter att flytta fram fakturornas förfallodag. Moderata flyttningar görs med låg tröskel för enskilda fakturors del. Om kunden redan har förfallna betalningar förhandlar man med denne och gör vid behov upp en betalningsplan. Det är viktigt att undvika överskuldssättning.

### 3 tips för betalningsarrangemang:

- Tilläggs kostnader debiteras inte för betalningsarrangemang, som görs före fakturans förfallodag. Det lönar sig således att anhålla om flexibilitet genast då den egna ekonomiska situationen det kräver.
- Betalningsärenden går att sköta också med självbetjäning på nätet: Ropo Online är en bra lösning om det bara behövs flyttning av förfallodagen eller uppspjälkning av fakturan i delar för att få ekonomin i balans. När det gäller flera omfattande betalningsplaner fås hjälp per telefon eller i Ropo Onlines chat.
- Bli inte ensam med dina problem – Ropos kundrådgivare hjälper dig att finna den bästa lösningen med beaktande av betalningsförmåga och total skuldsättning. ●

**Flera kanaler för**

**uträttande av ärenden!**

Ropos betalningsrådgivning står till tjänst i ärenden förknippade med betalning och försenade betalningar. Snabbast får man dem uträttade i Ropo Online -tjänsten, där man till exempel kan kolla upp fakturasituationen, flytta förfallodag eller sätta upp en betalningsplan för en inkassofaktura. Man loggar in på tjänsten med nätbanks-ID.

[www.ropocapital.fi/sv/kundtjanst-ropo-online.fi](http://www.ropocapital.fi/sv/kundtjanst-ropo-online.fi)

**Förfrågningar gällande betalning av fakturor:**

**Ropo Online**

tfn 09 2315 0468  
 porvoonenergia@ropocapital.fi  
 Vardagar kl. 8.00–20.00  
 Lördagar kl. 10.00–15.00

**Förfrågningar gällande innehållet i fakturan:**

**PORVOON ENERGIA  
 BORGÅ ENERGI**

tfn 019 661 4140  
 fakturering@pbe.fi  
 Mån–tors kl. 9.00–16.00  
 Fre kl. 9.00–15.00

# Man kan spara energi ÄVEN PÅ SOMMARSTUGAN

Besöker du stugan också på vintern eller kommer den kanske att stå kall i väntan på våren?

För att optimera elförbrukningen bör vissa saker kontrolleras och visst underhåll utföras.

## Om du använder stugan under vintersäsongen

### 1. Grundvärme och värmeförlust

Om stugan skall användas under vintern och hållas uppvärmd året runt, är det bra att justera temperaturen innan det blir kallt väder. En lämplig bastemperatur ligger mellan 5 och 15 grader. I stugan är det värt att kontrollera att fönster och dörrar är täta samt att titta på andra strukturella saker, som kan påverka värmeförlusten. Observera dock att stugan inte får vara för lufttät, annars kan fukt kondenseras inomhus.

### 2. Uppvärmning från grundvärme

Med fjärrstyrda uppvärmningssystem kan man öka användningskomforten samt energieffektiviteten i stugan. Med fjärrstyrningen kan man till exempel sätta på värmen innan man åker ut till stugan, så att den är komfortabelt varm då man kommer fram. Mindre el går åt då stugan värms upp med lägre effekt under en längre tid. När du skall åka hem igen är det på sin plats att åter ställa in en lägre temperatur.

Om du värmer upp stugan med en öppen spis, kom då ihåg att starta uppvärmningen

med en liten mängd ved och en liten låga, så att eventuell fukt hinner avdunsta och röken inte kommer in i stugan. Med måttlig uppvärmning undviker du också att det uppstår sprickor i rökkanalerna. Genom att använda torr och högklassig ved får du den bästa värmen och samtidigt säkerställer du att förbränningen ger så få skadliga småpartikelutsläpp som möjligt.

### 3. Optimering av elförbrukningen

Elförbrukningen i stugan kan minskas under vintersäsongen genom att använda andra uppvärmningsmetoder vid sidan av elvärme. Med olika hybridlösningar, till exempel genom att använda en eldstad eller en luftvärmepump, kan man minska mängden köpt energi och göra inbesparingar i överföringsavgifter. I moderna värmelagrande vedeldade eldstäder brinner veden effektivt och avger värme effektivt.

Det lönar sig att hålla ett öga på elförbrukningen i stugan med hjälp av de förbrukningsrapporter som elbolaget tillhandahåller. Om det syns avvikelser i förbrukningen, kan eventuella problem hanteras effektivt så snart de upptäckts.

## STÄNG INTE AV ELEN MED HUVUDSTRÖMBRYTAREN!

Om du har en fjärravläsbar elmätare, stäng då av stugans el från mätaren och inte med huvudströmbrytaren. På det sättet förblir mätaren i kontakt med nätbolaget, och bolaget får meddelande om att elförbrukningen upphört och också om eventuella fel i realtid.

## Om stugan står kall under vintersäsongen

### 1. Torrförrådsuppvärmning

Om stugan inte är byggd för vinterbruk och inte används vintertid är det ingen idé att hålla grundvärme på i stugan. Med så kallad torrförrådsvärme sköter termostater om att det alltid är 3–5 grader varmare inne i stugan än ute. Ett solpanelsystem, som inte behöver anslutas till elnätet, kan likaså användas för torrförrådsuppvärmning. Genom att lämna mellandörrarna öppna cirkulerar luften bättre och jämnare.

### 2. Uppvärmning efter vintern

När det våras och det är dags att börja använda stugan igen, gäller samma uppvärmningsregler som för en stuga som använts vintertid. Med fjärrkontrollen höjer du långsamt och med mindre energi temperaturen i stugan till en komfortabel nivå. Om du värmer med ved, kom då ihåg ventilationen och att ha tålmod: även om stugan värms upp långsammare kommer du att slippa rök och skador på konstruktionerna. Medan stugan långsamt blir varm håller andra sysslor dig själv varm! ●