



# HÅNDBOG FOR BÆREDYGTIGHED

PÅ [EJENDOMMEN] - BOLIG

Capital  
Investment  
COPENHAGEN · LONDON

CAPITALINVESTMENT.DK



## CAPITAL INVESTMENTS VISION

Capital Investment vil udvikle ejendomme, der både er energieffektive og ressourcenevenlige – som fremmer sundhed og velvære for de mennesker, der bor og arbejder i dem.

Vi vil være en ansvarlig virksomhed, der aktivt engagerer sig i at reducere vores miljøpåvirkning.

## MÅLSÆTNINGER FOR EJENDOMMEN



**Energi:** Optimere og nedbringe fjernvarmeforbruget.



**Vand:** Undgå unødvendige tab af vand.



**Affald:** Øge mængden af sorteret affald fra ejendommen, og begrænse ”rest” affald.



**Indeklima:** Funktionel optimering af lejemålene, sådan at lejerne har rammerne til at skabe det bedst mulige indeklima.



## GRØNNE TILTAG OG ENERGIOPTIMERING

Implementering af bæredygtige tiltag og den grønne omstilling fylder mere og mere i bygge- og ejendomsbranchen i dag. Og med god grund. Bygge- og ejendomsbranchen står for en stor del af den danske CO<sub>2</sub>-udledning. Samtidig udgør bygningerne en stor del af det danske energiforbrug. Derfor er det afgørende, at alle gør en indsats, hvor det er muligt. Et område, der særligt trænger til et ekstra fokus, er den eksisterende ejendomsmasse.

Vores bygninger er ikke kun et spørgsmål om mursten og plantegninger. Bygningerne er rammen for mange menneskers livskvalitet, og derfor er det vigtigt at ejendommene analyseres og optimeres med beboernes individuelle og sociale livskvalitet i fokus.



## HVAD BETYDER DETTE SÅ FOR JERES EJENDOM?

### DIALOG MED BEBOERNE

Vi har brug for jer. Ejendommen er til for jeres skyld – ikke omvendt. Derfor vil vi enormt gerne i dialog med jer om, hvordan vi kan være med til at gøre ejendommen til den bedste ramme for jeres hverdag, uden det belaster vores alle sammens planet unødigt.

Derfor igangsættes forskellige initiativer, der sikrer, at vi bevæger os mod en reduktion i forhold til de målsætninger, der er fastlagt ovenover for ejendommen.

Vi vil også meget gerne høre om defekter i ejendommen – er der et toilet, der løber, et utæt vindue eller andet, der trænger til udskiftning og giver et unødigt forbrug, så tøv ikke med at tage fat i din vicevært. Alt dette kan være med til at nedsætte bygningens driftsforbrug.

Vi sikrer igennem bygningsdriften at forsyningen kører så optimalt som muligt, og sender varme, el og vand ud til jer, beboerne. Men vi har brug for jeres hjælp med at nå det fælles mål. Hvis I optimerer jeres forbrug og gør os opmærksomme på mulige fejl, så kan vi samme nå målet. Dette vil spare planeten for ressourcer og i sidste ende kunne mærkes på jeres pengepunge.

### KONKRETE TILTAG

Der vil i den nærmeste fremtid blive implementeret en række tiltag, der skal optimere ejendommens forbrug, og forhåbentlig gøre den bedre for jer som beboere:

1. Implementering af energistyring
2. Opstilling af ladestander
3. Nye varmevandsbeholder



## HVAD KAN DU SELV GØRE?

Målsætningerne for ejendommen kan ikke nås uden jeres hjælp. Vores beboere er således en vigtig medspiller i vores mission for en bedre ejendom, der ikke belaster planeten unødigt. Derfor har vi formuleret en række konkrete, simple råd, der kan hjælpe med dette. Mange bække små gør som bekendt en stor å.



## INDEKLIMA

Indeklimaet i en bygning er meget vigtigt, både for det generelle velvære, men det betyder også meget for koncentrationen. Det er vigtigt at **lufte ud** i hele boligen flere gange dagligt. Hvis der ikke er ventilationsanlæg, og vinduerne kan åbnes, bør dette ske 5-10 minutter ad gangen 2-3 gange dagligt – og gerne med gennemtræk.

Sørg for at undgå **rengøringsmidler** med mange kemikalier. Her vil svanemærkede rengøringsmidler være at foretrække.

### Andre spareråd:

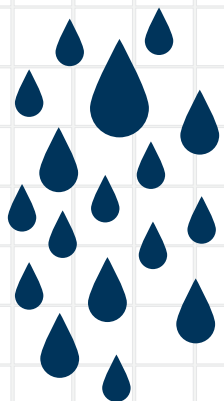
1. Brug emhætten – og hold den ved lige! Os, partikler og em fra madlavning er noget af det mest sundhedsskadelige i vores indemiljø. Hvis emhætten er ren og effektiv, er den det vigtigste udstyr for at undgå luftforurening.
2. Undgå stearinlys! Os og partikler fra stearin kan være lige så skadeligt som rygning.
3. Luft særligt ud i soveværelset. Og fjern evt. fugt, der kan komme ved vinduer om natten i kolde perioder. På den måde minimerer du risikoen for skimmel i rummet og råd i vinduet.
4. Tør ikke tøj inden døre. Det tilføjer en masse unødigt fugt til rummene, der øger risikoen for skimmel og mugskader.

**Planter** kan også hjælpe på indeklimaet, da de suger CO<sub>2</sub> til sig og rensrer luften, samtidig med at de bidrager til et visuelt behagelig indemiljø. Her er 5 planter, der er gode at have i boligen<sup>1</sup>:

1. Aloe Vera
2. Bajonetplante
3. Birkefigen
4. Guldpalme
5. Nyrebregne



<sup>1</sup>Læs mere i bogen "Luftrensende Stueplanter"; B. C. Wolverton; Turbine, 2017



### SPAR PÅ VANDET

Det kan koste mange penge, hvis vandet står og løber, uanset om det er mens der er nogle i bygningen eller ej. Det kan f.eks. være et toilet, der står og løber både i hverdage, weekend og ferier. Dette kan bl.a. skyldes kalk eller en ødelagt pakning.

### Tjek dine armaturer

Hvis ikke det kan løses ved grundig rengøring, tag da fat i din vicevært, som kan løse problemet. Det kan spare mange kroner på et år.

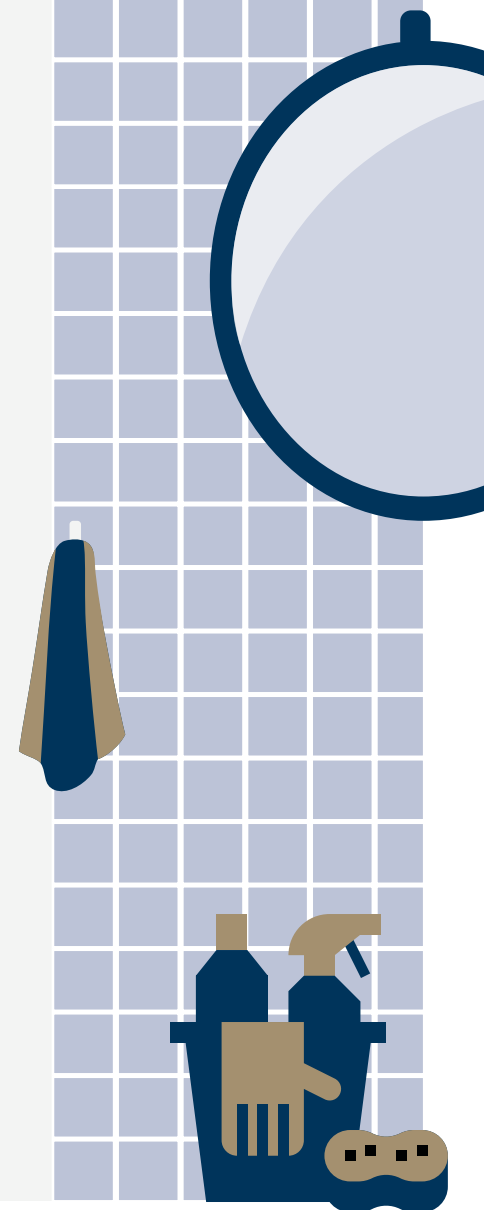
En anden ting er at **slukke for vandet**, mens du sæber kroppen eller håret ind, når du er i bad.

### Andre spareråd:

1. Brug "overskudsvand" fra madlavningen til at skylle service af med inden opvask. F.eks. pastavandet, vandet, der er skyllet grøntsager i, eller resten af vandkanden fra bordet.
2. Lav regnvandsopsamlig og brug vandet til at vande planter med.
3. Tag kortere, koldere brusebade.
4. Sluk for vandet når du børster tænder.
5. Fyld opvaskemaskinen helt op inden brug.

**Vidste du, at en dryppende vandhane kan spilde op til 5.500 liter vand om året?**

**Det svarer til ca. 385 kroner i unødvendige vandudgifter – kun fra én hane!**



## SPAR PÅ STRØMMEN

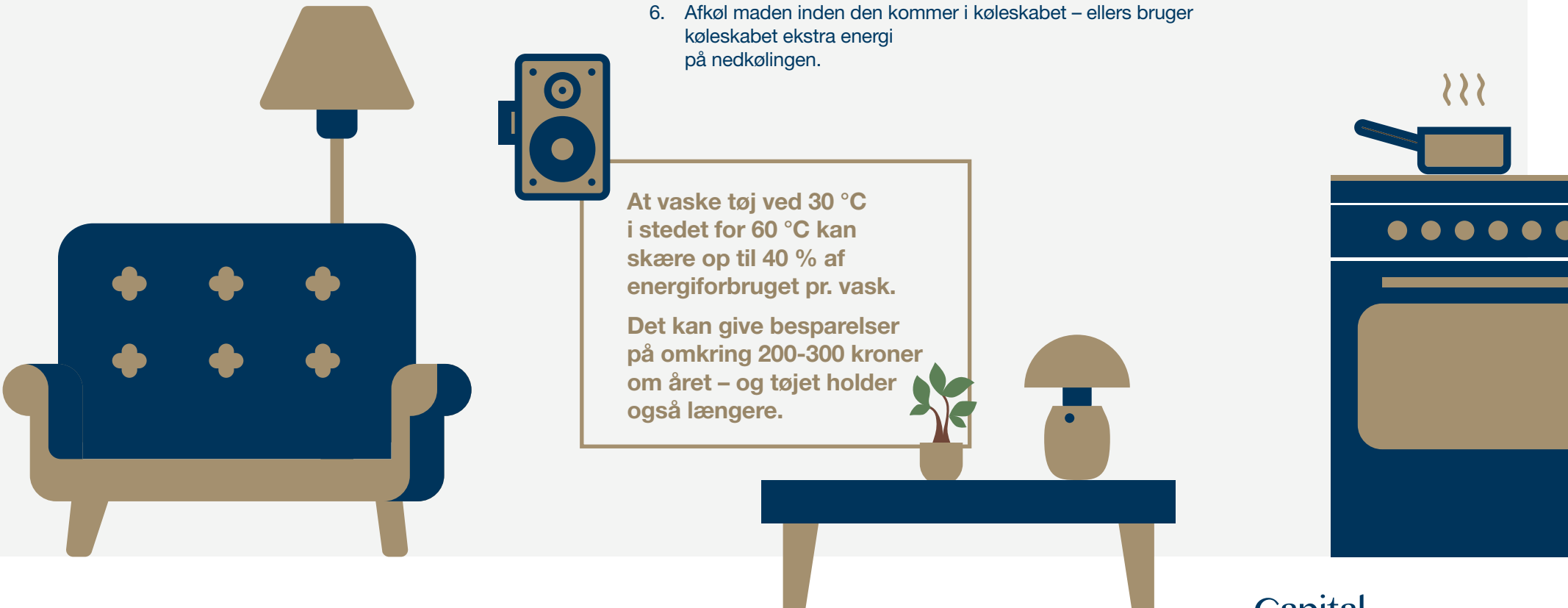
I et hjem er der mange ting, som står tændt uden, at man nødvendigvis tænker over det. Det betyder for de fleste, at der er meget strøm og dermed penge at spare. Husk derfor, at **slukke lyset** efter dig, når du forlader et rum, hvor der ikke er andre.

Mange apparater bruger også relativt meget strøm, når de står i standby. **Undgå standby**, og sluk derfor apparatet helt eller hiv stikket ud af stikkontakten.

I kan samtidig overveje at **installere strømskinner** eller tidsstyrede stik, der let kan slukke for flere passive "strømslugere", når de ikke bruges.

### Andre spareråd:

1. Brug låget når du koger vand! Vandet koger hurtigere, og sparer derved strøm.
2. Brug ovnens forvarme og eftervarme, når du laver mad. Man kan f.eks. sagtens varme et brød hurtigere ved at udnytte forvarmen.
3. Tænd ikke ovnen unødigt – brug f.eks. mikroovn eller brødrister, hvis det bare er enkelt bolle, der skal varmes.
4. Tag stik – f.eks. mobilopladeren ud af kontakten, når de ikke bruges.
5. Køb energioptimale ("lavenergi-") apparater næste gang, de skal udskiftes. Men udskift ikke det velfungerende udstyr før tid.
6. Afkøl maden inden den kommer i køleskabet – ellers bruger køleskabet ekstra energi på nedkølingen.



At vaske tøj ved 30 °C i stedet for 60 °C kan skære op til 40 % af energiforbruget pr. vask.

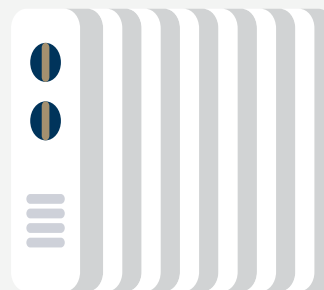
Det kan give besparelser på omkring 200-300 kroner om året – og tøjet holder også længere.

## SPAR PÅ VARMEN

**Skru ned for varmen**, hvis I selv kan styre dette. En tommelfingerregel siger, at for hver grad temperaturen sænkes, spares ca. 4-5 % på varmeforbruget. Stil ikke møbler eller andet foran radiatorer – så skal der bruges mere energi på at varme din bolig op.

### Andre spareråd:


1. Sluk radiatoren når der luftes ud.
2. Sæt alle radiatorer på samme temperatur. En jævn opvarmning af rummene kræver mindre energi.
3. Udluft radiatoren 1 gang om året. Hvis der er luft i radiatoren, opvarmer den ikke optimalt og bruger unødigt energi. Kontakt evt. din vicevært ved behov for hjælp.
4. Tjek om radiatoren fungerer optimalt: skru op for radiatoren og kontroller, om den er varm i den ene side, og køligere i den anden. Det er nemlig tegn på, at radiatoren afgiver varmen korrekt. Hvis dette ikke er tilfældet, så kontakt din vicevært for hjælp til udbedring af problemet.
5. Undlad at ændre gulvvarmetemperaturen ofte. Gulvvarmen opvarmer rummet meget langsommere end en radiator, da betondækket det er indstøbt i først skal opvarmes. Derfor kræver ændringer i temperaturen ekstra energi.
6. Spar på det varme vand.
7. Sænk temperaturen et par grader om natten.
8. Tjek dine vinduer for utætheder. Er det utæt, koster det ekstra varme at holde temperaturen. Hvis du konstaterer en utæthed, kan det evt. udbedres med gummilister. Kontakt evt. din vicevært.



Ved at lufte ud med gennemtræk i 5-10 minutter i stedet for at lade vinduer stå åbne, kan du reducere varmeregningen med op til 10 % årligt.

For en lejlighed med en årlig varmeregning på 10.000 kroner kan det betyde besparelser på op til 1.000 kroner.





Når vi genanvender materialer som papir, sparer vi op til 60 % af den energi, der kræves for at producere nyt papir.

Papirproduktion fra nyt materiale kræver også træ, som ofte fældes fra skovområder med rige økosystemer.

## AFFALDSSORTERING

Affaldssortering kan godt virke som en svær disciplin, hvor man skal tænke meget over, hvor det forskellige affald skal hen, og så skal der stå mange forskellige spande til affald. Det behøver ikke at være så vanskeligt, som det måske kan lyde. Få sat **et ordentligt affaldssystem** op til sorteringen, så det er overskueligt at sortere i de forskellige fraktioner. Husk, at restaffald er "sidste udvej".

### Gode råd til at minimere affaldsmængder og restaffald:

1. Køb produkter, hvor materialerne skal skilles ad, og dermed sorteres i forskellige fraktioner.
2. Køb emballagefri produkter. Undgå f.eks. produkter, hvor der er indpakning inden i indpakningen.
3. Brug resterne! Madspild er et stort, globalt problem – ved at tænke mere over og faktisk bruge den eksisterende mad i dit køleskab, er du med til at reducere dette.
4. Køb genbrug, og giv videre i stedet for at smide ud.
5. Køb produkter af høj kvalitet og reparer i stedet for at udskifte.



## TRANSPORT

Tag så vidt muligt **cyklen, eller gå** til de steder, der ligger indenfor rimelig afstand. En anden mulighed er at tage **offentlig transport**. Der findes desuden flere **deleordninger** for cykler, el-løbehjul, el-biler osv. At undgå at tage bilen mere end højst nødvendigt er med til at reducere mængden af skadelige partikler i luften, og kan samtidig være godt for privatøkonomien.

## GRØNNE AREALER OG FÆLLESSKABER

Vi kigger ind i nye grønne initiativer på vores ejendomme, hvor vi sætter fokus på bæredygtighed og beboertrivsel gennem grønne gårdmiljøer og innovative løsninger i vores fællesarealer.

Derudover ønsker vi at optimere affaldssorteringen og cykelparkeringen, så vi får skabt en ryddet gård med grønne planter. Alle disse initiativer skal tilsammen skabe et gårdmiljø med en indbydende atmosfære.

## HVORFOR ER BIODIVERSITET VIGTIGT – HVAD BETYDER DET FOR MENNESKERNE?

Det er efterhånden velkendt, at der er biodiversitetskrise. Vi mennesker har et ansvar for at vende denne krise gennem vores daglige handlinger og indflydelse på de grønne arealer.

Derfor vil Capital Investment gøre vores for at øge biodiversiteten i så høj grad som muligt – også på de ejendomme, der ved første øjekast ikke er oplagte. Der er derfor udarbejdet en plan for at øge biodiversiteten for hver af vores ejendomme.

Det betyder helt konkret for din ejendom:

- Bekæmpelse af invasive arter
- Udbredelse af bi-venlige blomster

