

Outline



Vi tvättar för varmt i onödan

Våra tvättvanor

Electrolux [Truth About Laundry Report 2024](#), visar att:

- 16% av svenskarna tvättar i 30 grader eller lägre.
- 83% tvättar i 40 grader eller högre.

Uppgifterna samlades in av OnePoll mellan den 20 december 2023 och den 2 januari 2024 bland 1 000 svenska respondenter.

Electrolux senaste [survey from 2025](#) visar att:

- 90% föredrar att tvätta kläder som blusar, t-shirts, byxor och träningskläder i 40 grader eller högre
- 92% använder oftast 40 grader eller högre. 75% använder oftast 40 grader
- 8% har 30 grader som den oftast använda tvättemperaturen
- 71% har testat att tvätta i 30 grader. 56% upplever att kläderna blir rena när de tvättas i 30 grader. 29% upplever att kläderna ibland blir rena

Uppgifterna samlades in av Norstat mellan den 5 januari och 11 januari 2025 bland 1 500 svenska respondenter

Vi tvättar varmast - sämst i Europa

Electrolux Truth About Laundry Report 2024, visar att endast 16% av svenskarna tvättar i 30 grader eller lägre. Detta placerar Sverige i botten av rankningen när europeiska länder jämförts.

Temperaturland	Sverige	Danmark	Norge	Finland	Spania	Europa
30° eller mindre	16%	30%	20%	20%	74%	39%
40° eller mer	83%	67%	79%	79%	24%	59%

Uppgifterna samlades in av OnePoll mellan den 20 december 2023 och den 2 januari 2024 bland 1 000 svenska respondenter och totalt 13 880 europeiska respondenter

Vi förbrukar onödigt mycket energi

- I Sverige tvättar 83% av alla hushåll på 40 grader eller mer.

Fakta bakom 30° räcker!

- Enligt Statistiska Centralbyrån - SCB - finns det totalt 4 931 974 hushåll i Sverige. Därmed tvättar 4 093 538 hushåll i 40 grader eller mer.
- En tvätt i 40 grader använder 0,69 kWh och en tvätt i 30 grader använder 0,40 kWh
- En genomsnittshushåll tvättar 220 gånger på ett år (= 151.80 hhv 88.00 kWh per år)
- För varje hushåll som byter vanor och tvättar vid 30 grader istället för 40 grader, kan man spara 63,80 kWh per år.
- Vi har inte räknat in att fler hushåll tvättar 60 grader eller mer.

Beräkning baserat på SCB, TAL report 2024, och indikativa siffror baserade på Electrolux interna tester av tvättmaskiner. De exakta siffrorna kan variera beroende på modell

Vad betyder det - hur mycket är det - vad exakt kan den sparade energimängden användas till

För att förtydliga har vi illustrerat hur många lampor vi kan tända i en månad med de sparade kilowattimmar.

- En energieffektiv LED-lampa på 6 watt förbrukar 0,006 kilowatt per timme.
- Det finns i genomsnitt 730,5 timmar i en månad.
- Ett hushåll som sänker tvättemperaturen till 30 grader 2025 sparar 63,80 kWh.
- Det motsvarar att tända 10.633 LED-lampor i en timme eller ha en lampa lysande dygnet runt i 15 månader (14,55).

Beräkning baserat på timmar per månad = dagar i månaden x 24 timmar per dag och information på LED lampor.

Vilken skillnad gör det när fler hushåll ändrar sina vanor och tvättar i 30 istället för 40 grader

Här illustreras den skillnad det gör om fler hushåll tar med på 30°-resan. Utgångspunkt är omräkning från sparade kWh till timmar med ljus:



När 1 hushåll ändrar beteende kan vi tända en lampa i 15 fönster under en månad, till exempel en julstjärna i 15 fönster hela december.



När 10 hushåll ändrar beteende kan vi tända en lampa i 150 fönster under en månad.

Fakta bakom 30° räcker!



När 100 hushåll ändrar beteende kan vi tända en lampa i 1.500 fönster under en månad.



När 1.000 hushåll ändrar beteende kan vi tända en lampa i 15.000 fönster under en månad.



När 10.000 hushåll ändrar beteende kan vi tända en lampa i 150.000 fönster under en månad. Eller i ett fönster i varenda hushåll i Jönköping i hela november och december.

Beräkning baserat på hushållstatistiken för Jönköpings kommun. Enligt den finns det i 2023 exakt 67 783 hushåll i kommunen.

Små förändringar hos varje enskilt hushåll leder till stora resultat

Om 83% av svenska hushåll som tvättar varmare än 30 grader sänker till 30, skulle vi spara hela 261 167 751,20 kWh.

- Det räcker till att tända 59 586 527,8 miljoner 6 watts LED-lampor i en månad - alltså en lampa för varje medborgare i Italien i en månad.
- Eller 4 965 544 LED-lampor i ett år. Med andra ord - en lampa tänd i alla 4 931 974 hushåll i Sverige under ett helt år.

Beräkning baserat på SCB och EU, Eurostat, Demography of Europe – 2024 edition

Tvättvanor påverkar på kläders livslängd

Electrolux har testat kopplingen mellan tvätt och en plaggs utseende - och därmed livslängd

Metoden som används:

- Mätte antalet tvättcykler som leder till märkbar färgförändring, vilket indikerar slutet av plaggs livstid
- Testade t-shirts, polos och jeans med olika tyger och vanliga färgtyper
- Använde en standardstorlek på 4 kg tvätt, den mest använda i Europa.
- Använde Gray Scale för att mäta färgförändringar vid olika intervaller
- Feedback från 600 konsumenter för att utvärdera acceptans av färgnedbrytning och därmed definiera klädernas livslängd.

Resultaten:

- 40°C bomullstvätt: En genomsnittlig t-shirt håller i 23 tvättar.

Fakta bakom 30° räcker!

- 59-minuters tvätt vid 30°C: Förlänger t-shirtens livslängd med över 50%, vilket ger 13 extra tvättar.
- Liknande livslängdsökning på över 50 % för polotröjor och jeans.

Slutsats

- Tvätt vid lägre temperaturer och kortare tid förbättrar kläders hållbarhet och förlänger plaggets livslängd.

Uppgifterna baserat på Electrolux TAL report 2024

Tvätten påverkan på klimatet / tvättmaskinen

Up to 85% av tvättcykelns klimatpåverkan sker i samband med användandet i hemmen

Uppgifterna baserat på Electrolux TAL report 2024, p 29

Regelbundna mätningar

Electrolux vill genomföra regelbundna mätningar för att se hur beteendet och kännedom till att tvätta i 30 grader förändras. Mätningarna genomförs av Norstat bland 1500 svenska konsumenter.

Första mätning i januari 2025 visar att:

- 42% har hört, sett eller läst att det rekommenderas att tvätta mer i 30 grader
- 8% använder oftast 30 grader

Konsumentens största hinder till att tvätta i 30 grader är:

- Oro för att kläderna inte blir tillräckligt rena 46%
- Tvättråden för kläderna brukar säga 40 eller 60 grader 38%

Uppgifterna samlades in av Norstat mellan den 5 januari och 11 januari 2025 bland 1 500 svenska respondenter