

	transport			streaming	heating	mad		el		forbrug	total
	kg CO2	sparet CO2 ift. bil	kg CO2			kg CO2	kWh	kg CO2	kg CO2		
2023-12-01	hotel i Gøteborg – ingen transport	0,00	0,00	½ time DR		kød	5,63	0,39	0,08	2 tøjgaver – 1 kg	5,71
2023-12-02	hotel i Gøteborg – ingen transport	0,00	0,00			kød	5,63	0,35	0,07		5,70
2023-12-03	Gøteborg – Kbh tog (eltog) – 330 km	3,20	31,85			kød	5,63	0,84	0,17		9,02
2023-12-04	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	3,47			vegatarisk	3,61	1,89	0,39		4,00
2023-12-05	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	3,47			vegatarisk	3,61	1,33	0,27		3,89
2023-12-06	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	3,47	2 timer – nobel + DR		vegatarisk	3,61	0,74	0,15	4 tøjgaver – 2 kg	3,77
2023-12-07	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	3,47			vegatarisk	3,61	0,86	0,18		18,79
2023-12-08	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	3,47			vegatarisk	3,61	1,90	0,39		4,01
2023-12-09	Weekend – cykel til Rødovre – 2 x 7 km	0,00	2,70			kød	5,63	1,09	0,23		5,86
2023-12-10	Weekend	0,00	0,00			vegatarisk	3,61	3,24	0,67		4,36
2023-12-11	Arbejde – hjemmefra	0,00	0,00	1 time DR		vegatarisk	3,61	1,88	0,39		4,00
2023-12-12	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	3,47			vegatarisk	3,61	2,17	0,45		4,10
2023-12-13	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	3,47			vegatarisk	3,61	1,80	0,37		3,99
2023-12-14	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	3,47			vegatarisk	3,61	1,01	0,21		3,82
2023-12-15	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	3,47			vegatarisk	3,61	0,88	0,18		3,80
2023-12-16	Weekend – tur til Vejle i bil – 205 km	19,78	0,00			kød	5,63	0,61	0,13		25,54
2023-12-17	Weekend – tur til Vejle i bil – 205 km	19,78	0,00			kød	5,63	1,54	0,32		25,73
2023-12-18	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	0,00			vegatarisk	3,61	1,37	0,28		3,90
2023-12-19	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	0,00			vegatarisk	3,61	0,97	0,20		3,81
2023-12-20	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	0,00			vegatarisk	3,61	1,46	0,30		3,91
2023-12-21	Arbejde – hjemmefra	0,00	0,00			vegatarisk	3,61	3,19	0,66		4,27
2023-12-22	Arbejde – cykel frem og tilbage – 2 x 9 km	0,00	0,00			vegatarisk	3,61	3,24	0,67		4,28
2023-12-23	Weekend	0,00	0,00			kød	5,63	4,50	0,93		6,56
2023-12-24	Ferie – tur til Kalunderborg i bil – 100 km	9,65	0,00			kød	5,63	1,49	0,31		45,59
2023-12-25	Ferie – udflugt til Røsnes i bil – 2 x 20 km	2,57	0,00			kød	5,63	0,42	0,09		8,29
2023-12-26	Ferie – Kalundborg-Vejle i bil – 180 km	17,37	0,00			kød	5,63	0,59	0,12		23,12
2023-12-27	Ferie – tur fra Vejle i bil – 205 km	19,78	0,00			kød	5,63	1,26	0,26		25,67
2023-12-28	Ferie	0,00	0,00			vegatarisk	3,61		0,00		3,61
2023-12-29	Ferie	0,00	0,00			vegatarisk	3,61		0,00		3,61
2023-12-30	Ferie	0,00	0,00			vegatarisk	3,61		0,00		3,61
2023-12-31	Ferie – tur til Kalunderborg i bil – 100 km	9,65	0,00			kød	5,63		0,00		15,28
Total December		101,79	65,81	0,13	18,1 mWh	32,43	136,22	8,48		45,00	324,04
Ganget op til hele året		1.221,49		1,51		389,15	1.634,66	101,71		540,00	3.888,52
Fly rejser 2023		1.099,00									1.099,00
Total incl. fly											4.987,52
Procent af samlet forbrug (excl fly)		31,4 %		0,0 %	10,0 %	42,0 %		2,6 %		13,9 %	100,0 %
Procent af samlet forbrug (incl fly)		46,5 %		0,0 %	7,8 %	32,8 %		2,0 %		10,8 %	100,0 %

Transport

[Aarhus Universitet - Transport - Beregn din CO2-udledning](#)

Eltog: 10 gram CO2 / km  
Elbil: 31 gram CO2 / km  
Benzin bil: 193 gram CO2 / km

Streaming

[DR - så meget skader din flyrejse](#)  
[Myclimate - flight CO2 calculator](#)  
[IEA - CO2 emissions associated with a half-hour show on Netflix, 2019](#)  
[Højskolernes CO2 beregningsværktøj](#)

0,018 kg CO2 / ½ time  
Vegetarisk = 1.319 kg CO2 / år  
Kød = 2.055 kg CO2 / år

Elforbrug

[EL Overblik](#)  
[Energistyrelsen - nøgletal](#)  
[Svanemærket - 12 facts om tøjproduktion](#)  
[Illustreret Videnskab - CO2-beregner](#)  
[HOFOR - Miljødeklaration for fjernvarme](#)  
[Bolius - Så meget el, vand og varme bruger en gennemsnitsfamilie](#)

CO2 korrigeret = 207 gram CO2 / kWh  
1 kg tøj udleder 15 kg CO2

Tøj

Fjernvarme

43,1 gram / kWh  
18,1 mWh / år