



Indikatorer for energieffektivisering i bygg

NVE 24.juni 2026

Indikatorer viser effektivisering i energibruk i bygg

Indikatorer for energibruk i husholdninger og tjenesteytende sektor

I Norge bruker vi mindre energi og strøm i bygg per person i dag enn for ti år siden. Sammenlignet med 2015 har Norge i dag både flere innbyggere, flere sysselsatte og større bygningsareal. Likevel har ikke bruken av energi og strøm i bygg gått opp i perioden.

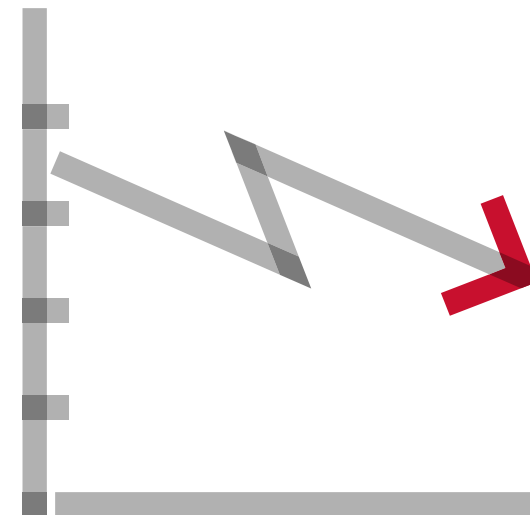
NVE har utviklet indikatorer for energibruk i bygningsmassen. Indikatorene viser hvor effektivt energien brukes per enhet, ofte kalt energiintensitet. For eksempel hvor mye energi vi bruker per sysselsatt eller per areal. Alle indikatorene viser en nedgang i intensitet, fordi energibruken og strømbruken ikke øker, mens aktivitetsnivå derimot øker. Vi viser indikatorer både for energibruk og strømbruk. Energiforbruk omfatter både strøm og andre energivarer som fjernvarme og bioenergi. Energi- og strømbruk kan utvikle seg ulikt. Eksempelvis kan overgang fra strøm til fjernvarme bidra til at energibruken er omtrent lik, mens strømbruken går ned.

Indikatorer for tjenesteytende sektor viser nedgang i energi og strømbruk per sysselsatt, per bruttoprodukt og per areal i næringsbygg.

Indikatorer for energibruk i husholdninger viser at energi- og strømbruk per husholdning, per person og per boligareal har gått ned i perioden 2015 til 2025. Indikatorer for andre nordiske land viser at vi bruker mer strøm per husholdning enn i resten av Norden. Energiforbruken per husholdning er derimot i samme størrelse. I Norge er strøm vanlig å bruke til oppvarming, mens andre land gjerne bruker fjernvarme eller gass.

Flere faktorer kan bidra til nedgangen i energiintensitet, blant annet byggteknisk forskrift, mer energieffektive produkter og belysning, varmepumper, Enovas programmer og varmere klima.

Energiforbrukstallene som presenteres i denne gjennomgangen er ikke temperaturkorrigert. Dvs at de ikke er korrigert for nedgang i energiforbruk som skyldes varmere temperaturer.



Energi- og strømbruk per husholdning synker

Energi- og strømbruk per husholdning viser en tydelig nedgang

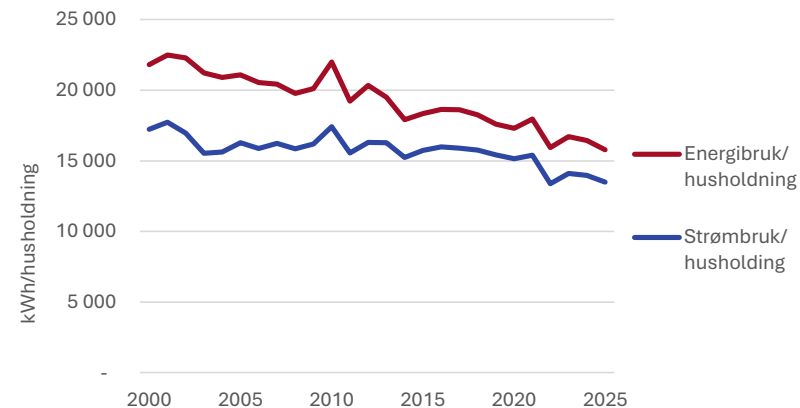
Mellom 2015 og 2025 økte antall husholdninger i Norge med om lag 333 000 (14 prosent). Samtidig endret energi- og strømbruken seg lite: i samme periode gikk både energi- og strømbruken i husholdningene ned med ca 0,7 TWh. Energi- og strømbruk per husholdning ble dermed redusert, med om lag 14 prosent.

Energi- og strømbruk per person går også ned

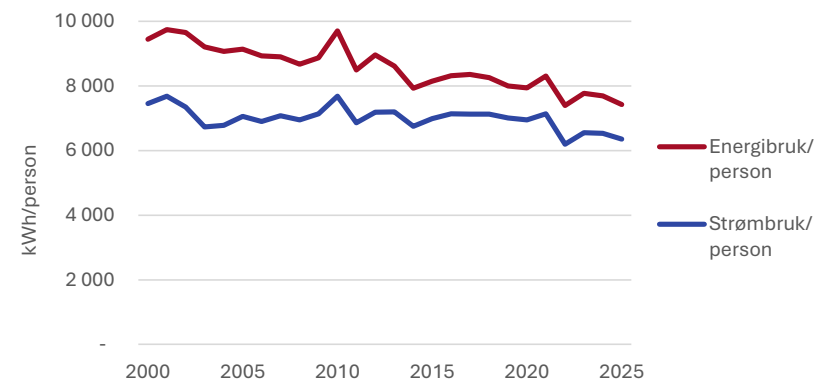
Mellom 2015 og 2025 var det befolkningsvekst i Norge, med en vekst i antall personer på om lag 460 000 (9 prosent). Energi- og strømbruk per person gikk dermed også ned i denne perioden, med om lag 9 prosent.

Husholdningene bruker energien mer effektivt

Energi- og strømbruk per husholdning og per person er viktige indikatorer for hvordan energibruken i husholdningene utvikler seg. Reduksjonen i begge disse indikatorene betyr at husholdningene bruker energien mer effektivt. På side 7 beskriver vi nærmere de viktigste årsakene til nedgangen i energiintensitet.



Figur 1: Utvikling i energi- og strømbruk per husholdning, 2000-2025. Kilde: SSB



Figur 2: Utvikling i energi- og strømbruk per person, 2000-2025. Kilde: SSB

Energi- og strømbruk i tjenesteyting synker

Energi- og strømbruk per ansatt går ned

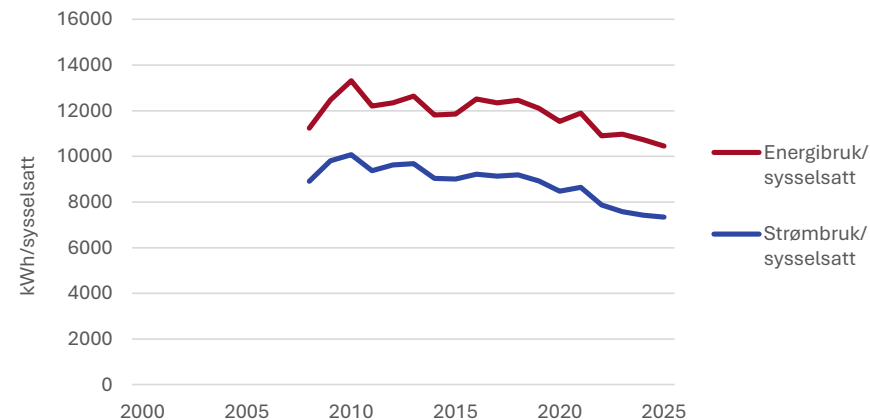
Siden 2008 har energi- og strømbruk per sysselsatt i tjenesteytende næringer gått ned. Mellom 2015 og 2025 har energibruken i tjenesteytende sektor gått ned med 1 TWh, mens strømbuken har gått ned med 2,5 TWh. I samme periode har antall sysselsatte i denne sektoren økt med 264 000, en økning på 10 prosent. Dette gjør at energi- og strømbruk per sysselsatt har gått ned med henholdsvis 12 og 19 prosent.

Energi- og strømbruk per produserte verdi går også ned

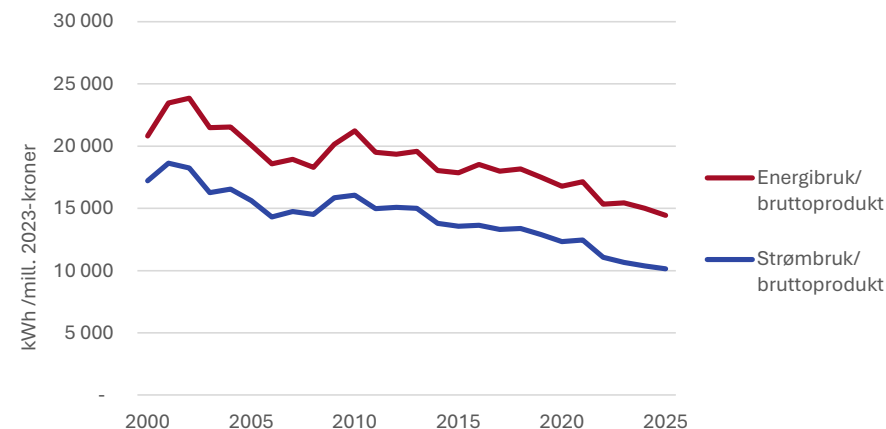
Siden 2000 har verdiskapingen i tjenesteytende sektor, her målt ved bruttoprodukt, økt betydelig. Siden 2015 har økningen vært på 20 prosent. Energi- og strømbuken per bruttoprodukt i tjenesteytende sektor har dermed gått ned med henholdsvis 19 og 25 prosent.

Nedgangen reflekterer mer effektiv energibruk i bygningsmassen

Økt arealbruk er en viktig driver for økt energibruk i tjenesteytende næringer. På neste side beskriver vi utviklingen i energi- og strømforbruk per arealbruk. Tjenesteytende næringer er mindre energiintensive enn andre næringer. Verdiskapingen kan derfor øke uten at energi- og strømbuken øker tilsvarende. Antall sysselsatte er derimot gjerne direkte knyttet til økt arealbruk.



Figur 3: Utvikling i energi- og strømbruk per sysselsatt, 2008-2025. Kilde: SSB



Figur 4: Utvikling i energi- og strømbruk per bruttoprodukt, 2000-2025. Kilde: SSB

Energien i bygninger brukes mer effektivt per areal

Det totale arealet i den norske bygningsmassen øker

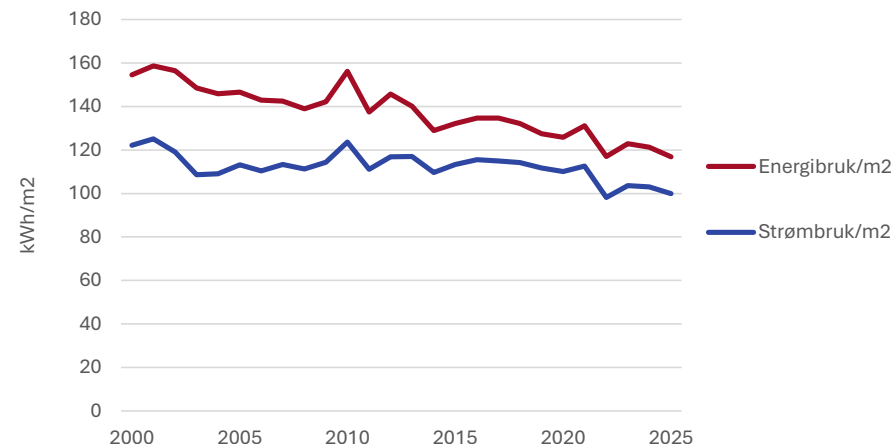
I perioden 2015-2025 økte det totale arealet i bygningsmassen i Norge betydelig, med mer enn 50 000 kvm. Dette tilsvarer en økning i arealet i boliger og tjenesteytende sektor på henholdsvis 11 og 14 prosent.

Energi og strøm brukes mer effektivt per kvadratmeter

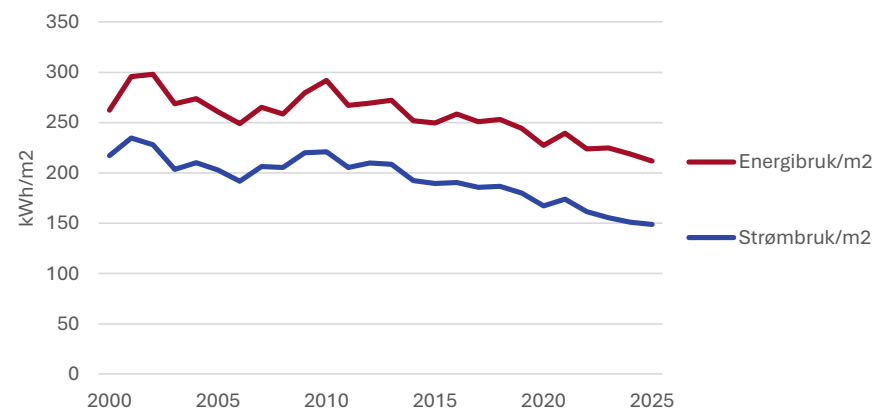
Til tross for den betydelige veksten i arealet de siste ti årene, har vi ikke sett en tilsvarende økning i energi- og strømbruken. Energiforbruken var relativt stabil i begge sektorene. Energi og strøm brukes dermed stadig mer effektivt per kvadratmeter. Dette viser at det skjer en underliggende energieffektivisering i bygningsmassen i begge sektorene. I tjenesteytende sektor gikk strømbruken ned med om lag 2,5 TWh.

Det er flere mulige årsaker til nedgangen i energi- og strømforbruket

Mer effektiv bruk av energi i bygningsmassen i Norge kan skyldes flere faktorer. Viktige årsaker er redusert strømbruk til apparater og belysning, økte krav til energieffektivitet i nye bygg, økt bruk av varmepumper og Enovas programmer. På side 7 gir vi en mer detaljert beskrivelse av de viktigste årsakene til nedgangen i energiintensitet.



Figur 5: Utvikling i energi- og strømbruk per m², husholdninger, 2000-2025. Kilde: SSB og NVE



Figur 6: Utvikling i energi- og strømbruk per m², tjenesteytende, 2000-2025. Kilde: SSB og NVE

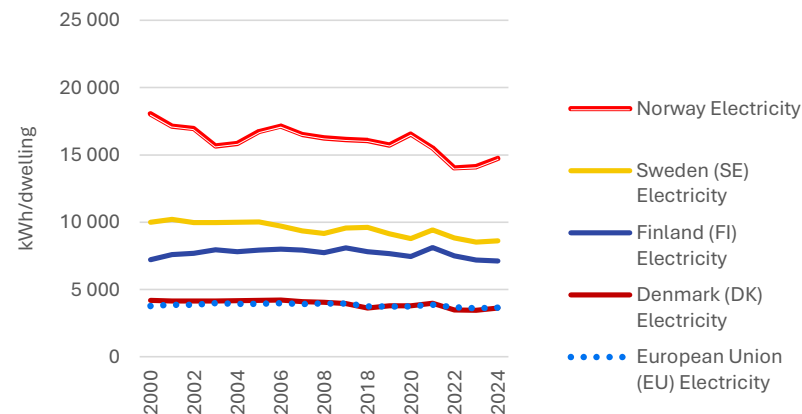
Norge bruker omtrent like mye per husholdning som nordiske naboland

Strømbruken er høyere men energibruken på samme nivå

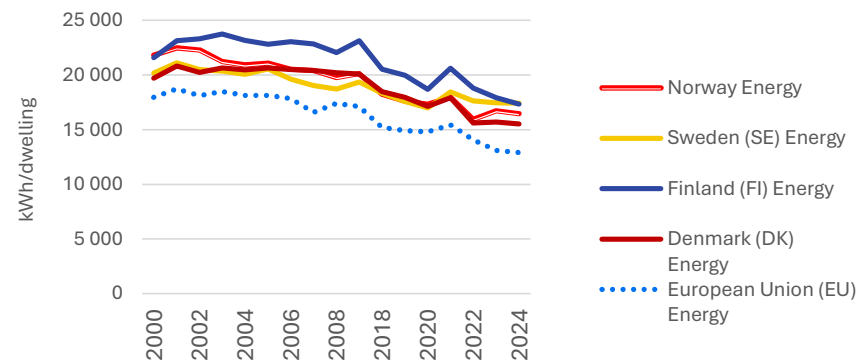
Sammenligning med andre nordiske land viser at Norge har en høyere strømbruk per husholdning enn de andre nordiske landene og EU.

Energibruk per husholdning er derimot ganske lik for de nordiske landene. En del av variasjonene mellom landene skyldes ulikt klima.

I Norge er strøm vanlig å bruke til oppvarming, mens andre land gjerne bruker fjernvarme, gass eller bioenergi. Dette gjør at Norge har en høyere andel strømbruk per husholdning. Oppvarming i Norge har historisk vært mye knyttet til elektrisitet.



Figur 7: Utvikling i strømbruk per husholdning, nordiske land og EU. 2000-2024. Kilde: Odyssee og SSB



Figur 8: Utvikling i energi per husholdning, nordiske land og EU. 2000-2024. Kilde: Odyssee og SSB

Viktige drivere som kan forklare nedgangen i energiintensitet

Mer energieffektive produkter og belysning

Regler om energimerking av produkter og økodesign bidrar til betydelig nedgang i strømbruk. Økodesign setter minimumskrav til energieffektivitet for energirelaterte produkter, og har særlig bidratt til at strømbruk til belysning har blitt redusert. Andre produkter og elektriske apparater har også blitt mer effektive, gjennom energimerking og regler for «stand-by», med krav til hvor mye strøm et produkt kan bruke når det ikke er i bruk.

Enovas programmer skaper effektivisering

Enova har i perioden 2015 – 2035 hatt flere programmer rettet mot forbedring av energitilstand i boliger, yrkesbygg og til boligselskap. Fra høsten 2025 har Enova utvidet ordningen «Støtte til tiltak i hjemmet». Programmene bidrar betydelig til redusert strømforbruk i bygg, og redusert behov for strøm fra nettet.

Norge har en stor utbredelse av varmepumper

Det har vært en veldig sterk utvikling i salg av varmepumper i Norge fra 2002 til i dag. Varmepumpene henter omgivelsesvarme fra luft, sjø, jord, berg ol. En pumpe kan eksempelvis bruke én del strøm fra nettet, hente to deler varme fra omgivelsene, og levere tre deler varme. Omgivelsesvarmen bidrar til å redusere levert energi, som strøm, bioenergi, fjernvarme eller fossile energivarer, som ellers ville dekket varmebehovet. Luft-luft er de mest solgte pumpene, og er i hovedsak installert i småhus. Enova støtter luft-vann og væske-vann varmepumper. Omgivelsesvarme fra varmepumpene økte med rundt 4 TWh fra 2015 til 2024. Om lag 2,6 TWh av økningen var i husholdningene, mens 1,3 TWh var i tjenesteytende sektor.

Byggeteknisk forskrift gir viktig nedgang over tid

Byggeteknisk forskrift (TEK) regulerer kvaliteten på nye bygg som oppføres, inkludert krav til energieffektivitet. Første versjon av TEK kom i 1949 (TEK49), og reglene har blitt strammet inn med ujevne mellomrom siden. Kravene til energieffektivitet ble kraftig strammet for de fleste bygningstypene mellom TEK69 og TEK07. Etter TEK07 er ikke innstrammingene like store. Innstrammingene i kravene for energieffektivitet gjør at nyere bygg bruker mindre energi enn eldre bygg. Når man river et bygg og erstatter det med et tilsvarende nytt bygg, går energibruken ned.

Varme år trekker energibruken ned

Året 2025 var varmt, og bidro til at energi- og strømbruken ble redusert fra 2015 til 2025. 2015 og 2024 var derimot mer like i årstemperatur, og alle indikatorene viste en trend med nedgang fra 2015 til 2024.



NVE