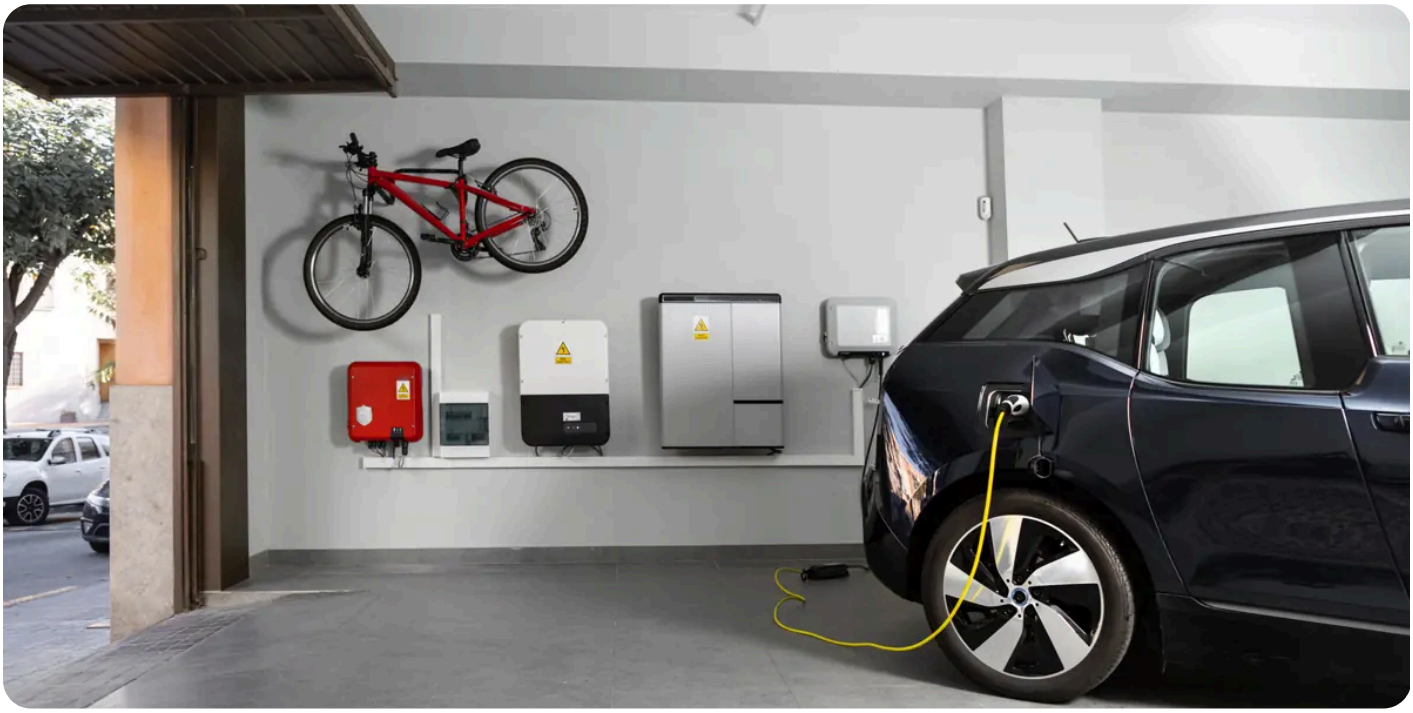
ELBIL

Lading hjemme: dette bør du vite om nettleie og effekttrinn

Slik unngår du å havne i et dyrere effekttrinn når du lader – uten å lade mindre.

18. september 2026 · 5 min lesing



Nettleien har to deler som påvirkes av elbilladingen: hvor mye strøm du bruker totalt, og hvor mye du bruker **samtidig**. Den siste delen er det mange som ikke kjenner til – og det er der du kan spare penger.

Hva er kapasitetsledd og effekttrinn?

Kapasitetsleddet (ofte kalt fastledd eller effekttrinn) er et fast månedsbeløp. Hos de fleste nettselskaper regnes det ut fra snittet av de tre timene med høyest forbruk, fordelt på tre ulike dager i måneden. Jo høyere de toppene er, jo høyere trinn – og jo mer betaler du hver måned.

Trinnene og prisene varierer fra nettselskap til nettselskap. Et vanlig oppsett er trinn som 0–2 kW, 2–5 kW, 5–10 kW, 10–15 kW og så videre. Noen nettselskaper bruker en annen modell, så sjekk prislisten hos ditt eget nettselskap.

Hvorfor gir elbilen høyere trinn?

En vanlig hjemmelader trekker gjerne 7,4 kW på én fase eller 11 kW på tre faser. Lader du samtidig som du lager middag, dusjer og har varmen på, kan huset fort trekke over 10 kW i samme time. Den timen kan avgjøre prisen for hele måneden.

Slik holder du trinnet nede

- Lad om natten. Da er resten av huset stille, og mange nettselskaper har også lavere energiledd natt og helg.
- Bruk tidsstyring eller smartlading i bilen, ladeboksen eller appen fra strømselskapet.
- Skru ned ladestrømmen. Bilen blir like full over natten, bare litt saktere.
- Spør om ladeboksen har lastbalansering. Den struper ladingen automatisk når annet forbruk er høyt.
- Unngå å starte ladingen rett når du kommer hjem fra jobb, når forbruket i huset ofte er høyest.

Lønner det seg?

Hvor mye du sparer, avhenger helt av nettselskapet ditt og forbruket i huset. Prisforskjellen mellom to trinn er ofte et par hundre kroner i måneden. Se på strømregningen eller i appen til nettselskapet hvilket trinn du ligger i, og prøv å ligge ett trinn lavere en måned.

Husk sikkerheten

DSB anbefaler at du lader med en fast montert ladeboks installert av en registrert elektroinstallatør. Lader du fra vanlig stikkontakt, bruk bilens egen kabel, ikke skjøteledning, og følg med på tegn til varmgang.

Toppbilde: Foto: BasilicoStudioStock/Depositphotos

Kilder

- Lnett: priser og vilkår, eksempel på kapasitetsledd
- DSB: trygg lading av elbil