

Pressmeddelande

01.12.2025

Elmarknaden just nu: December inleds med lägre elpriser

November präglades av kraftiga prissvängningar, främst i norra Sverige där elpriset några enstaka kvartar var nästan fem gånger högre än normalt. Under månaden sammanföll mindre vind- och vattenkraftsproduktion med plötsligt kyla som svepte över landet. Inledningen av december är dock betydligt stabilare med goda förutsättningar för energiproduktion och högre temperaturer.

Novemberpriserna på den nordiska elbörsen Nord Pool (utan påslag och exklusive moms) landade på 36,97 öre/kWh i elområde 1, norra Sverige, och i södra Mellansverige, elområde 3, blev månadsmedelspotpriset 69,65 öre/kWh.

– Efter en mild och blöt start på november med låga priser kom en abrupt vändning i mitten av månaden. Många faktorer sammanföll, som snabbt sjunkande temperaturer, mindre blåst och isläggning, vilket begränsade produktionen av vattenkraft en kort tid. Men nu är situationen den motsatta med mildare väder och goda förutsättningar inom energiproduktionen, säger Jonas Stenbeck, privatkundschef Vattenfall Försäljning.

Fyllnadsgraden i de svenska och norska vattenmagasinen är god inför vintern. Kärnkraften i Norden hade i slutet av november 85 procent av installerad effekt och ökar när Forsmark 1 kopplas till elnätet den 14 december efter ett längre underhållsarbete. Vindkraftsproduktionen, som är en viktig prisdämpare, ligger på normala nivåer just nu. Gaspriserna på kontinenten har sjunkit men om kraftig och långvarig kyla slår till kan elpriserna stiga snabbt vilket även kan påverka prisbilden i Sverige.

– Alla har olika förutsättningar så det är viktigt att välja ett elavtal som passar det egna hushållet. Vattenfall erbjuder flera alternativ och för den som vill ha trygghet under vintermånaderna så finns fortfarande möjligheten att teckna en Vintersäkring* som gäller till och med den sista mars. Efter det blir det ett rörligt elpris igen, säger Jonas Stenbeck, privatkundschef på Vattenfall Försäljning.

Vattenfalls klimatcoach Jens Berggren tipsar om några enkla energisparande åtgärder inför julen.

– Med små förändringar går det att spara en hel del el och sänka sina elkostnader, minskad el-stress helt enkelt. I december står ofta köket i centrum inför julförberedelserna. Det är klokt att dra nytta av både värme och kyla. Låt varm mat svalna utomhus innan du ställer in den i kyl eller frys. Och passa på att laga fler plåtar med rätter när ugnen är varm. Sätt på locket på kastrullen, annars går det mesta av energin upp i rök, eller rättare sagt i vattenånga.

Medelspotpris	November 2024	November 2025
Elområde 1, Norra Sverige	24,96 öre/kWh	36,97 öre/kWh
Elområde 2, Norra Mellansverige	18,09 öre/kWh	34,33 öre/kWh
Elområde 3, Södra Mellansverige	66,95 öre/kWh	69,65 öre/kWh
Elområde 4, Södra Sverige	84,65 öre/kWh	80,70 öre/kWh

*Vintersäkring kan tecknas t.o.m. den 15 december.

Medelspotpris är det genomsnittliga priset på den nordiska elbörsen. Priserna är exklusive moms, påslag och elcertifikat. Se dagsaktuella [timpriser på elbörsen](#)

Privat: [Om elmarknaden just nu](#) Företag: [Om elmarknaden just nu](#)

För mer information kontakta Vattenfalls pressavdelning, 08-739 50 10, press@vattenfall.com

