

Jak oszczędzać energię w domu w pigułce

*

2011-10-06, ostatnia aktualizacja 2011-10-06 11:15



Fot. Shutterstock

Praktyczne porady

Twój dom konsumuje energię codziennie, przez 24 godziny na dobę. Zużywa ją, kiedy zapalasz światło, a także aby zapewnić ciepło w zimie i chłód w lecie. Wykorzystuje energię do wszystkich urządzeń i sprzętów, z których korzystasz. Dlatego warto zwrócić uwagę na to w jaki sposób korzysta się z energii. Mniej zużytej energii to nie tylko korzyści dla środowiska naturalnego, ale również niższe rachunki!

Zapoznaj się z poradami jak ograniczyć zużycie energii w Twoim domu:

Ogrzewanie:

- * Zadbaj o właściwe uszczelnienie domu. Zwróć uwagę na izolację całego budynku, ale w szczególności okien i dachu. Pozwoli to znacznie zmniejszyć straty ciepła, nawet o połowę.
- * Zainstaluj termostat, dzięki któremu można regulować temperaturę w pomieszczeniach.
- * Zwróć uwagę, aby meble lub zasłony nie blokowały przepływu ciepłego powietrza od kaloryfera.
- * Pamiętaj, jeśli obniżysz temperaturę pomieszczenia nawet o 1 stopień możesz zaoszczędzić nawet 5% zużywanego ciepła.
- * Zmniejszaj temperaturę na noc - zbyt suche powietrze nie jest dobre dla zdrowia.
- * Gdy wyjeżdżasz na dłużej z domu - wyłącz kaloryfery. Ponowne nagrzanie pomieszczeń nie trwa długo.

- * Wymień okna na nowoczesne okna energooszczędne lub uszczelnij stare.
- * Jeżeli w Twoim domu znajdują się nieużywane lub rzadko używane pomieszczenia, zamykaj prowadzące do nich drzwi. W ten sposób zmniejszasz obszar, który masz do ogrzania.
- * Jeżeli mieszkasz w domu jednorodzinnym warto, abyś rozważył montaż paneli słonecznych do podgrzewania wody. Może wydawać się to niemożliwe w naszej szerokości geograficznej, ale panele mogą zapewnić 60% - 70% domowego zapotrzebowania na ciepłą wodę.

Oświetlenie:

- * Wymień tradycyjne żarówki na świetlówki energooszczędne, które pozwalają zmniejszyć pobór energii nawet o 85%.
- * Zawsze gaś światło, kiedy wychodzisz z pomieszczenia. Pamiętaj, że w pomieszczeniach, w których przebywasz krótko i często wyłączasz światło wystarczą tradycyjne żarówki.
- * Planując oświetlenie mieszkania pomyśl o większej ilości źródeł światła.
- * Dopasuj źródło światła do aktualnych potrzeb.
- * Nie zasłaniaj okien w ciągu dnia, tak aby jak najbardziej efektywnie wykorzystać światło naturalne.
- * Pomaluj ściany pomieszczenia na jasny kolor.

Kuchnia

- * Jeżeli zamierzasz kupować sprzęty gospodarstwa domowego wybieraj zawsze te oznaczone na etykiecie symbolem A (A+, A++) świadczącym o ich najwyższej efektywności. Modele o najwyższej efektywności zużywają o 30-40% mniej energii niż te z niższych klas (niektóre modele nawet o 75%!).
- * Napraw ciekące kraney i jeżeli jeszcze nie masz - zainstaluj perlator, co pozwoli ograniczyć zużycie wody.
- * Używaj materiałowych ściereczek zamiast papierowych ręczników.

Zmywarka

- * W dobie urządzeń energooszczędnych przestaje się opłacać zmywać ręcznie. Efektywne modele zmywarek zużywają ok. 36 litrów wody. Jeżeli chcesz zmyć tą samą ilość naczyń ręcznie możesz zużyć nawet 100 litrów...
- * Pamiętaj, aby uruchamiać zmywarkę dopiero gdy jest pełna.
- * Przed włożeniem naczyń do zmywarki usuń z nich resztki jedzenia, ale też nie spłukuj ich pod

bieżącą wodą.

* Staraj się nie suszyć naczyń w zmywarce.

Gotowanie

* Gotuj wodę w czajniku bezprzewodowym - zagotuje wodę szybciej niż ten, stawiany na kuchence. Pamiętaj, gotuj zawsze tylko tyle wody ile zamierzasz wykorzystać.

* Jeżeli masz taką możliwość zamień garnki na szybkowary. Zużywają nawet o 20% mniej energii niż naczynia tradycyjne.

* Podczas gotowania zawsze używaj dobrze dopasowanych przykrywek do garnków i patelni. Dzięki temu przygotujesz jedzenie dużo szybciej.

* Wybieraj garnki i patelnie, które mają gładkie i dobrze przewodzące ciepło dno.

* W trakcie gotowania na gazie zwracaj uwagę by płomień palnika nie wychodził poza obrys garnka.

* Jeżeli korzystasz z kuchenki mikrofalowej pamiętaj, żeby podgrzewać w niej małe porcje. Jeżeli przygotowujesz większe dania, bardziej efektywnie będzie, jeżeli skorzystasz z tradycyjnej kuchenki.

* Podczas pieczenia, nie otwieraj drzwiczek piekarnika, aby ograniczyć straty ciepła.

Lodówka i zamrażarka

* Aby zużywać mniej energii, pamiętaj o regularnym rozmrażaniu lodówki i zamrażarki.

* Zwracaj uwagę, aby drzwi lodówki były otwarte jak najkrócej.

* Pamiętaj, aby nie wkładać do lodówki ciepłych potraw.

* Dbaj o czystość i szczelność uszczelki w drzwiach od lodówki.

* Zamrożone produkty rozmrażaj w lodówce, wyjmując je z zamrażalnika odpowiednio wcześniej.

* Nie obniżaj zanedo temperatury w lodówce. Obniżając temperaturę o nawet jeden stopień zwiększasz zużycie energii nawet o 5%.

* Ustaw lodówkę z daleka od źródeł ciepła - okna, kaloryfera lub kuchenki elektrycznej

Łazienka

* Napraw ciekące krany i jeżeli jeszcze nie masz - zainstaluj perlator, co pozwoli ograniczyć zużycie wody.

* Zakręcaj wodę podczas mycia zębów.

- * Pamiętaj, lepiej wziąć prysznic niż kąpiel w wannie. Dzięki temu zużyjesz mniej wody.
- * Pamiętaj, wiele nowoczesnych modeli toalet posiada tryb ekonomiczny, dzięki któremu możesz zużyć mniej wody.

Pralka

- * Jeżeli masz cichą pralkę lub cierpliwych sąsiadów staraj się uruchamiać pranie w godzinach nocnych między 22:00 a 6:00. W tych godzinach ceny jednostkowe prądu są na ogół dwa razy niższe niż w ciągu dnia.
- * Pierz w niższych temperaturach. Pozwoli to nie tylko na ograniczenie zużycia energii - zbyt gorąca woda może zniszczyć Twoje ubrania.
- * Pranie wstępne wstawiaj tylko wtedy, jeżeli ubranie jest mocno zabrudzone.
- * Staraj się nie prać dwóch - trzech rzeczy, a wykorzystywać całą pojemność pralki, ponieważ niezależnie od ilości ubrań urządzenie zawsze pobiera tę samą ilość wody i energii

Komputer, drukarka i inne urządzenia

- * Nigdy nie pozostawiaj sprzętów w trybie stand-by. Czerwona dioda wskazująca na stan czuwania, świadczy o tym, że cały czas pobierasz prąd z sieci.
- * Każde urządzenie włączaj dopiero wtedy, gdy zamierzasz go użyć. Na przykład jeżeli przez dłuższy czas nie będziesz używał komputera wyłącz go.
- * Ustaw komputer na przechodzenie w stan wstrzymania lub hibernacji w czasie bezczynności.
- * Pamiętaj, aby zawsze wyłączać komputer w trakcie dłuższych przerw w pracy.
- * Jeżeli używasz laptopa po naładowaniu baterii zawsze wyłączaj go z sieci.
- * Wyłączaj monitor kiedy kończysz pracę, a najlepiej ustaw go w ten sposób, aby po 10 minutach nieużywania przełączał się automatycznie na tryb czuwania, a po 30 całkowicie się wyłączał
- * We wszystkich urządzeniach, w których to możliwe, aktywuj funkcje zarządzania energią.
- * Po zakończeniu ładowania telefonu komórkowego, mp3 itp. wyjmij ładowarkę z kontaktu.
- * Używaj akumulatorów zamiast jednorazowych baterii.