

OSZCZĘDZAJ ENERGIĘ W SWOIM DOMU



OSZCZĘDZAJ ENERGIĘ W KUCHNI W ŁAZIENCIE

- Zawsze używaj garnków dostosowanych wielkością do sporządzanej potrawy, stawiając je na odpowiednim palniku lub płycie grzewczej.
- Należy unikać otwierania drzwi piekarnika i upewnić się, że szybka jest czysta, aby można było łatwo zobaczyć, co dzieje się w środku.
- Odczekaj, aż ciepła żywność ostygnie, zanim włożysz ją do lodówki.

WSKAZÓWKI W ZAKRESIE PRANIA

- Odwiruj praną odzież na najwyższych obrotach, zanim umieścisz ją w suszarce bębnowej.
- Pranie odzieży w 30 stopniach zamiast w wyższych temperaturach pozwala zaoszczędzić rocznie około 40% zużywanej energii. Współczesne proszki oraz środki do prania działają równie skutecznie w niższych temperaturach.
- Zaczekaj z nastawieniem prania do momentu, kiedy łączy się odpowiednia ilość rzeczy.
- Postaraj się ograniczać pranie, gdy jest ono zbędne, wietrząc odzież po noszeniu. Można w ten sposób wydłużyć czas noszenia ubrań, zanim konieczne będzie ich upranie.



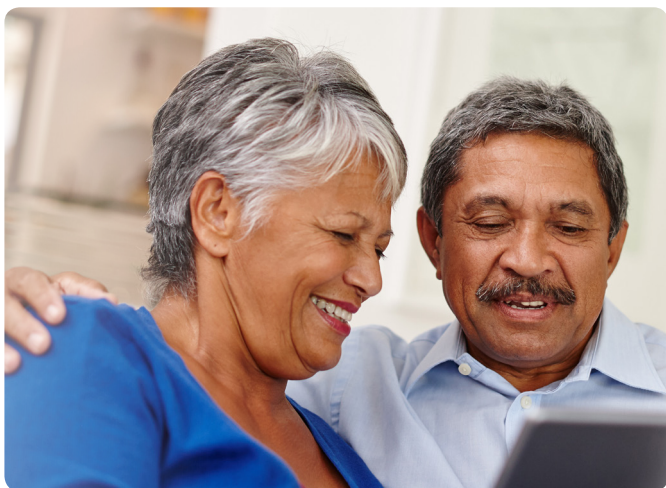
- Szybki prysznic przekłada się na mniejsze zużycie energii niż kąpiel w wannie.
- Upewnij się, że wentylator uruchamiany jest tylko na czas niezbędny do usunięcia z łazienki pary wodnej oraz zapachów.
- Zainwestuj w czasomierz łazienkowy, aby zobaczyć, ile czasu spędzasz pod prysznicem – biorąc krótszy prysznic, zużywasz mniej energii!
- Nie zostawiaj odkręconego kranu, kiedy szczotkujesz zęby, golisz się lub myjesz twarz – napełnij umywalkę wodą lub po prostu odkręcaj wodę wtedy, gdy tego potrzebujesz.

DODATKOWE WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE KORZYSTANIA Z GORĄCEJ WODY

- Korzystając z wysokociśnieniowego prysznica można łatwo zużyć tak dużo wody jak przy kąpeli w wannie – warto więc rozważyć montaż napowietrzającej lub niskoprzepływowej słuchawki prysznicowej, aby zmniejszyć zużycie wody.
- Jeśli użytkowany jest bojler grzewczy, postaraj się tak ustawić programator, aby grzanie wody skorelowane było z porami dnia, w których korzystasz z gorącej wody. Ograniczysz w ten sposób zbędne podgrzewanie wody.

W PRZEDPOKOJU

- Załóż izolację przeciwpociągową wokół drzwi wejściowych, a także uszczelnij skrzynkę na listy i dziurkę od klucza.
- Zawieszenie kotary zasłaniającej drzwi wejściowe pomaga przeciwdziałać powstawaniu przeciągów.
- Należy wyrobić sobie nawyk zamykania wszystkich drzwi, aby zatrzymać ciepło w każdym z pomieszczeń.
- Oświetlenie w przedpokoju używane jest w większym stopniu niż w innych pomieszczeniach – dzięki zamontowaniu tam żarówek LED, można więc zaoszczędzić ok. 2 - 6 £ rocznie.



W POKOJU DZIENNYM

- Zasuń zasłony o zmierzchu, aby utrzymać ciepło wewnątrz domu.
- Nie pozostawiaj sprzętów włączonych lub w trybie gotowości, gdy nie są one używane (można w ten sposób zaoszczędzić do 30 £ rocznie).
- Wyrób sobie nawyk wyłączenia telewizora z gniazdka i nie pozostawiaj go w stanie gotowości. Możesz nabyć urządzenie zdalnie sterujące siecią zasilania.

W JADALNI

- Jeśli nie korzystasz często z jadalni, upewnij się, że grzejnik w tym pomieszczeniu ustawiony jest na najniższym poziomie.
- Pamiętaj, że pokój nagrzej się, gdy będą w nim przebywali goście.
- Nie przesadzaj z cateringiem; marnotrawstwo jedzenia przyczynia się w znacznym stopniu do emisji dwutlenku węgla i pochłania Twoje pieniądze!

W SYPIALNI

- Dokładnie osuszaj włosy ręcznikiem, aby krócej korzystać z suszarki do włosów.
- Do ogrzania łóżka używaj raczej termoforu, a nie koca elektrycznego.
- Nie ładuj telefonu przez całą noc – powinno wystarczyć kilka godzin.
- W okresie zimowym ustaw ogrzewanie w taki sposób, aby wyłączało się zanim jeszcze położysz się spać. Dzięki temu nie będzie ono niepotrzebnie włączone, gdy będzie Ci ciepło pod przykryciem.
- Zaprogramuj ogrzewanie tak, aby uruchamiało się na krótko przed Twoim przebudzeniem i aby wyłączało się ponownie, zanim wyjdiesz z domu.

W SYPIALNI DZIECI

- Korzystanie z telewizora, odtwarzacza DVD i konsoli PS4 kosztuje 60 £ rocznie, jednak może kosztować znacznie więcej, jeśli te urządzenia nigdy nie są odłączone od zasilania, w czasie, gdy nie są używane.
- Zachęcaj dzieci, aby wyłączały sprzęt z gniazdka, dbając przy tym o łatwość dostępu do wtyczki lub wyłącznika.
- Jeśli Twoje dzieci potrzebują lampki nocnej, zastosuj żarówkę energooszczędną – najniższa moc powinna wystarczyć.
- Jeśli rozważasz zakup nowego komputera, zauważ, że koszty zużycia energii elektrycznej przez laptopa zazwyczaj wynoszą 17 £ rocznie mniej od kosztów, jakie generuje komputer stacjonarny starego typu (laptop zajmuje także mniej miejsca).

Na podstawie średniej podstawowej stawki za energię elektryczną w wysokości 14,37 pensów / kWh. Stawka obowiązująca od czerwca 2017.

Koszty energii nie muszą przytłaczać. Jest na nie sposób!

Energy Saving Trust z siedzibą w Szkocji, będąc instytucją finansowaną przez rząd szkocki, zapewnia bezpłatne, bezstronne poradnictwo, dzięki któremu uzyskasz wiedzę, jak zaoszczędzić energię i pieniądze oraz przeciwdziałać zmianom klimatycznym.

Aby dowiedzieć się, co możesz zrobić już dziś, odwiedź naszą stronę internetową energysavingtrust.org.uk/scotland lub skontaktuj się telefonicznie z lokalnym doradcą Home Energy Scotland.

Nasi doradcy:

- udzielą Ci indywidualnej porady na temat tego, jakie praktyczne rozwiązania mogłyby mieć zastosowanie w Twoim domu;
- powiadomią Cię o ofertach dostępnych w Twojej okolicy.

Jesteśmy tutaj, aby Ci pomóc – zadzwoń na bezpłatny numer 0808 808 2282

