

Ušetřete energii v domácnosti

Kuchyně

Vždy používejte vhodné velké nádobí a varné plotýnky správné velikosti.

Před vložením do ledničky nechte veškeré jídlo řádně vychladnout.

Otvírejte troubu co nejméně a dbejte na to, aby bylo sklo dveří dokonale čisté, abyste měli přehled o tom, co se děje uvnitř.



Koupelna

Při rychlé sprše spotřebujete méně vody než při koupeli.

Ujistěte se, že máte ventilátor nastaven pouze na dobu nezbytně nutnou k odstranění kondenzace a pachu z koupelny.

Pořídte si do sprchy časový spínač, abyste přesně věděli, kolik času ve sprše strávíte – při kratší sprše spotřebujete méně energie!

Nenechávejte téct vodu z kohoutku, když si čistíte zuby, holíte se nebo si umýváte obličej – napusťte si vodu do umyvadla nebo zapněte kohoutek, jen když potřebujete.



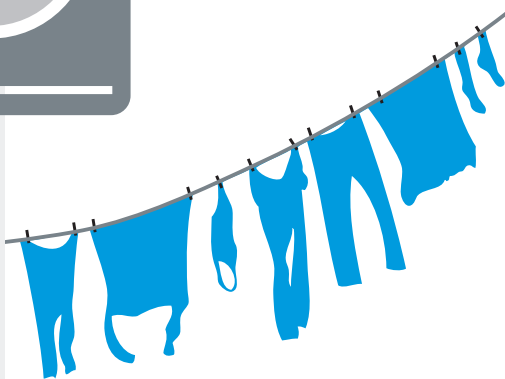
Tipy pro praní prádla

Než vložíte vyprané prádlo do sušičky, odstředte jej na nejvyšší stupeň otáček.

Praním prádla na 30 stupňů místo vyšších teplot ušetříte zhruba 40 % každoročně využitě energie. Moderní prací prášky a čisticí prostředky fungují stejně efektivně i při nižších teplotách.

Se zapnutím pračky počkejte, až bude plná.

Pokuste se minimalizovat zbytečné praní tím, že oblečení po krátkém použití pověsíte na vzduch. Díky tomu můžete dosáhnout maximálního využití každého kousku oblečení, než jej budete muset vyprat.



Další tipy týkající se horké vody

Při použití silné masážní sprchy můžete snadno spotřebovat stejné množství vody jako při koupeli – pokud chcete snížit spotřebu vody, zvažte použití sprchové hlavice s perlátorem nebo s nízkým průtokem.

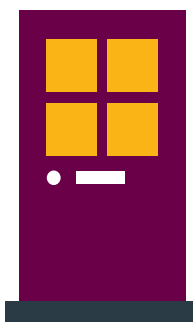
Pokud máte zásobník na horkou vodu, zkuste jej naprogramovat tak, aby ohřev vody co nejvíce odpovídal časům, kdy ji používáte. Tím snížíte pravděpodobnost, že se voda bude ohřívat v době, kdy ji nepotřebujete.

Chodba

Kolem vstupních dveří, otvoru na dopisy a klíčové dírky namontujte izolační těsnění.

Umístění závěsu na vchodové dveře pomáhá zabránit průvanu.

Zvykněte si zavírat dveře ve všech místnostech, abyste v nich udrželi teplo.





Obývací pokoj

Nenechávejte spotřebiče zapnuté nebo v pohotovostním režimu, pokud je nepoužíváte.

Zvykněte si televizi vypínat a nenechávat ji v pohotovostním režimu. Můžete si pořídit také regulátory napájení, které umožňují vypínání spotřebičů dálkovým ovládním.

Za soumraku zatáhněte závěsy, abyste uvnitř udrželi teplo.

Jídelna

Pokud jídelnu nepoužíváte často, nastavte radiátor na co nejnižší teplotu.

Myslete na to, že když vám přijdou hosté, teplota v místnosti se zvýší.

Nepřehánějte to s pohoščením; zbytky jídla významným způsobem přispívají k emisím CO₂ a stojí vás peníze!



Tip na osvětlení

Výměnou všech žárovek ve svém domě za LED žárovky **snižíte svůj účet za osvětlení o 50 % [za rok]**.



Ložnice

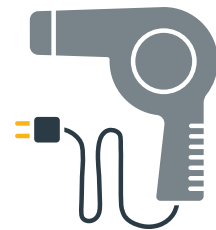
Mokrě vlasy si vždy důkladně vysušte ručníkem, abyste zkrátili dobu použití vysoušeče vlasů.

K vyhřátí postele používejte místo elektricky vyhřívané přikrývky ohřívací láhev.

Nenechávejte telefon nabíjet celou noc – k nabití potřebujete jen pár hodin.

V zimě nastavte vytápění tak, aby se vypnulo chvíli před tím, než půjdete spát – díky tomu nezůstane zbytečně zapnuté, až budete ležet v posteli.

Nastavte vytápění tak, aby se zapnulo, než se probudíte, a vypnulo, než odejdete z domu.



Pracovna a dětský pokoj

Provoz televizorů, notebooků a herních konzolí stojí každoročně stovky liber, zejména pokud jsou ponechány zapnuté i v době, kdy se nepoužívají.

Vedte děti k tomu, aby vypínaly všechna zařízení přímo na zásuvce tím, že jim usnadníte přístup k vypínači.

Pokud vaše děti potřebují noční světlo, použijte úspornou žárovku – měla by stačit žárovka s co nejmenším příkonem.

Pokud uvažujete o koupi nového počítače, zvažte notebook nebo tablet. Notebooky spotřebují o 83 % méně elektřiny za rok než stolní počítač. Tablety spotřebují v průměru o 75 % méně energie než notebooky.



Jsme tu, abychom vám pomohli

Organizace Home Energy Scotland je financována skotskou vládou a řízena společností Energy Saving Trust. Jejím cílem je poskytovat bezplatné a nestranné poradenství v oblasti spotřeby energie.

Chcete-li více tipů pro úsporu energie a pomoc s udržením tepla, zavolejte nám na telefonní číslo **0808 808 2282** nebo navštivte stránky **homeenergyscotland.org**

 HomeEnergyScotland  @HomeEnergyScot  @HomeEnergyScot



HAPPY TO TRANSLATE

*Zakládá se na výměně 50W klasické žárovky.

Podle průměrné standardní ceny za elektřinu 34,0 penci/kWh. Správný údaj k říjnu 2022.

Na vyžádání jsou tyto informace k dispozici ve zvětšeném písmu, Braillově písmu či v jiných jazycích.