

Spóroljon az energiával az otthonában



Konyha

Mindig a megfelelő méretű edényt válassza, és minden edényhez használja a hozzá illő méretű főzőzónát.

Hagyja lehűlni a meleg ételeket, mielőtt a hűtőbe tenné őket.

A sütő ajtaját tartsa csukva, amikor csak lehet, és gondoskodjon az üvegajtó tisztaságáról, hogy mindig jól lássa, mi történik a sütőtérben.



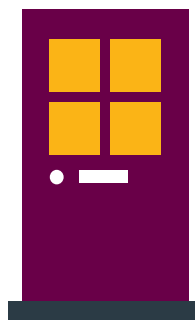
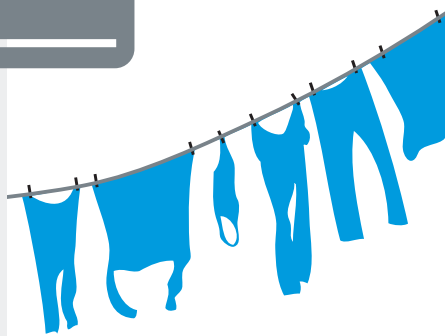
Mosási tippek

A mosógép legnagyobb fokozatán centrifugálja ki a ruhákat, mielőtt a szárítóba tenné őket.

Az energiának mintegy 40%-át takaríthatja meg évente azzal, ha a ruhákat 30 fokon mossa magasabb hőmérséklet helyett. A modern mosóporok és tisztítószerke alacsonyabb hőmérsékleten is ugyanolyan hatékonyak.

Várjon a mosás elindításával addig, amíg meg nem telik a mosógép.

Akassza fel szellőzni a ruhákat, miután viselte őket, hogy minimálisra csökkenthesse a szükségtelen mosások számát. Így minden ruhadarabot a lehető legtovább hordhat, mielőtt szükségessé válna a mosás.



Fürdőszoba

Egy gyors zuhany kevesebb energiát használ, mint egy fürdőzés.

Ellenőrizze, hogy a ventilátor csak annyi időre legyen beállítva, amennyire szükség van fürdőszobájában a pára és a szagok eltüntetéséhez.

Szerezzen be egy időzítőt a zuhanyzóhoz, hogy lássa, mennyi időt tölt a tusolással. A rövidebb zuhanyzáshoz kevesebb energiára van szüksége!

Ne hagyja folyamatosan folyni a csapokat fogmosás, borotválkozás vagy arcmosás közben – töltsen meg a mosdókagylót, vagy csak akkor nyissa meg a csapot, amikor szüksége van rá.



Meleg vízzel kapcsolatos extra tippek

A nagynyomású zuhanyok könnyedén elhasználnak annyi vizet, mint a fürdőzés. A kisebb vízfogyasztás érdekében fontolja meg perlátoros vagy víztakarékos zuhanyfej használatát.

Ha melegvíz-tárolót használ, a programozása során próbálja meg arra a napszakra ütemezni, amikor ténylegesen használnia kell a meleg vizet, így a berendezés kisebb eséllyel fogja olyankor felmelegíteni a vizet, amikor nincs rá szüksége.

Előszoba

Helyezzen fel huzat elleni szigetelést a bejárati ajtó köré, valamint a levélbedobó nyílás és a kulcslyuk fölé.

Azzal is segíthet kizárni a huzatot, ha függönyt tesz a bejárati ajtóhoz.

Tegye szokásává azt, hogy mindig becsukja az összes ajtót, hiszen így a hő mindig az adott helyiségben maradhat.



Nappali

Amikor nem használja az egyes eszközöket, ne tartsa őket bekapcsolva vagy készenléti módban.

Tegye szokásává azt, hogy teljesen áramtalanítja a tévét ahelyett, hogy készenléti módban hagyná. Vásárolhat távirányítható hálózati aljzatot is, hogy ezt kényelmesebben el tudja végezni.

Szűrőket húzza be a függönyöket, hogy segítsenek a lakásban tartani a hőt.

Étkező

Ha ritkán használja az étkezőt, állítsa a radiátort a legalacsonyabb fokozatra.

Ne feledje: a szoba felmelegsik, ha vendégei vannak.

Ne vásároljon túl sok élelmiszert; a kidobott étel jelentős mértékben hozzájárul a CO₂-kibocsátáshoz, és sok pénzbe kerül!



Világítással kapcsolatos tipp

Ha az otthonában lecseréli az összes égőt LED-es fényforrásra, azzal **50%-kal csökkentheti a villanyszámláját [egy év alatt]**.



Hálószoba

Alaposan törölje szárazra a haját törölközővel, hogy kevesebbet kelljen járattatnia a hajszárítót.

Az ágy felmelegítéséhez elektromos ágymelegítő helyett használjon meleg vizes palackot.

Ne töltsön egész éjjel a telefonját – elég hozzá pár óra is.

Télen kapcsolja ki a fűtést, mielőtt aludni menne – így nem üzemel szükségtelenül, miközben Ön kényelmesen be van takarózva.

Úgy állítsa be a fűtést, hogy ébredés előtt egy kicsivel kapcsoljon be, de amikor Ön elmegy otthonról, kapcsoljon ki újra.

Iroda és játszószoza

Minden évben több száz fontot emészt fel a tévék, laptopok és játékkonzolok működtetése, főleg akkor, ha használaton kívül is bekapcsolva maradnak.

Tegye könnyen hozzáférhetővé a csatlakozásokat, így könnyebben rábírhassa gyermekeit, hogy teljesen áramtalanítsák az eszközöket.

Ha gyermekeinek szüksége van éjjeli lámpára, energiatakarékos izzót használjon – a lehető legkisebb teljesítményű is elég kell, hogy legyen.

Ha számítógép vásárlásán gondolkodik, vegye fontolórára, hogy laptopot vagy tabletet válasszon. Egy laptop éves szinten 83%-kal kevesebb áramot használ, mint egy asztali gép. Egy tablet pedig átlagosan 75%-kal fogyaszt kevesebbet, mint egy laptop.



Szívesen segítünk

A Home Energy Scotland központ a skót kormány finanszírozásával és az Energy Saving Trust irányításával nyújt díjmentes és pártatlan tanácsot energiaügyekben.

Ha további tippekre kíváncsi, hogyan fogyaszthat kevesebb energiát és melegítheti fel jobban otthonát, hívjon fel bennünket a **0808 808 2282**-es telefonszámon, vagy látogasson el a homeenergyscotland.org oldalra.

HomeEnergyScotland @HomeEnergyScot @HomeEnergyScot



HAPPY TO TRANSLATE

* Ha egy 50 W-os hagyományos izzót cserélünk le ilyenre.

Az elektromos áram átlagosan 34,0 p/kWh-s alapárát alapul véve. 2022 októberétől helytálló.

Ezek az információk kérésre nagy méretű nyomtatásban, Braille-írással és egyéb nyelveken is rendelkezésre állnak.