

Economisiți energie în casă

HOME
ENERGY
SCOTLAND

Bucătărie

Folosiți întotdeauna cratița de mărimea potrivită și folosiți ochiul potrivit pentru fiecare cratiță.

Lăsați alimentele calde să se răcească înainte de a le pune în frigider.

Țineți ușa cuptorului cât mai mult timp închisă și aveți grijă ca ușa de sticlă să fie curată, pentru a vedea ce se întâmplă.



Sugestii pentru spălare

Stoarceți rufele la ciclul de centrifugare cu turația cea mai mare înainte de a le pune în uscător.

Spălarea rufelor la 30 de grade și nu la temperaturi mai ridicate va economisi circa 40% din energia folosită anual. Detergenții pudră și lichizi moderni au aceeași eficiență și în cazul temperaturilor mai reduse.

Așteptați până se adună o încărcătură completă înainte de a pune rufele la spălat.

Încercați să minimizați spălarea inutilă prin aerisirea rufelor după purtare. Astfel, puteți beneficia de utilizarea la maximum a fiecărui articol de îmbrăcăminte înainte de a fi nevoie să îl spălați.

Baie

Un duș rapid necesită mai puțină energie decât o baie.

Verificați ventilatorul să fie setat numai pentru durata necesară eliminării condensului și mirosurilor din baie.

Achiziționați un cronometru de duș pentru a vedea cât timp petreceți sub duș – dușurile mai scurte consumă mai puțină energie!

Nu lăsați robinetul deschis continuu cât timp vă spălați pe dinți, vă bărbierii sau vă spălați pe față – umpleți chiuveta sau deschideți robinetele numai când aveți nevoie.



Sugestii suplimentare privind apa caldă

Dușurile cu jet puternic pot consuma cu ușurință la fel de multă apă ca o baie – aveți în vedere instalarea unui cap de duș aerat sau cu debit redus, pentru a reduce consumul de apă.

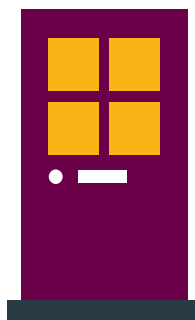
Dacă aveți un boiler, încercați să setați programatorul să se potrivească cu orele la care folosiți apa caldă, astfel încât să nu încălziți apă dacă nu aveți nevoie.

Hol

Instalați o bandă de etanșare în jurul ușii de intrare și peste fanta cutiei poștale și gaura cheii.

Instalarea unei draperii peste ușa de la intrare reduce curentul.

Formați-vă obiceiul să închideți toate ușile, pentru a menține căldura în fiecare cameră.





Living

Nu lăsați aparatele aprinse sau în repaus atunci când nu le folosiți.

Formați-vă obiceiul să opriți televizorul de la priză și să nu îl lăsați în repaus. Puteți achiziționa controlere pentru prize, care pot face acest lucru prin telecomandă.

Trageți draperiile când se înserează pentru a reține căldura în casă.

Sugestie de iluminare

Înlocuirea tuturor becurilor din casă cu becuri cu LED echivalente va **reduce factura pentru lumină cu 50% [pe an]**.



Dormitor

Uscați-vă bine părul cu prosopul, pentru a reduce utilizarea uscătorului de păr.

Folosiți o sticlă cu apă caldă pentru a încălzi patul în loc de o pătură electrică.

Nu lăsați telefonul să se încarce toată noaptea – are nevoie doar de câteva ore.

În timpul iernii setați încălzirea să se oprească cu un timp înainte de ora de culcare – astfel nu va rămâne pornită inutil după ce v-ați culcat.

Setați încălzirea să pornească cu puțin înainte de a vă trezi, dar potriviți-o să se oprească înainte de a pleca de acasă.

Sufragerie

Dacă nu folosiți frecvent sufrageria, setați radiatorul la setarea cea mai mică.

Nu uitați că încăperea se va încălzi dacă aveți musafiri.

Nu exagerați cu mâncarea comandată; risipa de alimente contribuie substanțial la emisiile de CO₂ și costă bani!



Birou și cameră de joacă

Costă sute de lire pe ansă folosești televizorul, un laptop și o consolă de jocuri, mai ales dacă sunt lăsate în funcțiune când nu sunt folosite.

Încurajați copii să oprească echipamentele de la priză asigurând accesul ușor la comutator.

Dacă copiii dvs. au nevoie de lumină de veghe, aveți grijă să fie un bec de putere redusă – cea mai redusă putere este suficientă.

Dacă vă gândiți să cumpărați un nou computer, aveți în vedere un laptop sau o tabletă. Laptopurile consumă cu 83% mai puțină energie într-un an comparativ cu un desktop. Tabletele consumă în medie 75% mai puțină energie decât laptopurile.



Suntem aici pentru a vă ajuta

Home Energy Scotland este finanțată de Guvernul Scoției și administrată de Energy Saving Trust pentru a oferi sfaturi despre energie gratuite și imparțiale.

Pentru mai multe sugestii de economisire a energiei și de încălzire, apelați **0808 808 2282** sau vizitați **homeenergyscotland.org**

 HomeEnergyScotland  @HomeEnergyScot  @HomeEnergyScot



HAPPY TO TRANSLATE

*Pe baza înlocuirii unui bec cu incandescentă de 50 W

Pe baza prețului mediu al electricității de 34,0 pence/kWh. Corect în octombrie 2022.

Aceste informații sunt disponibile, la cerere, în format scris cu majuscule, Braille sau în alte limbi.