



ΜΑΘΑΙΝΩ ΠΩΣ ΝΑ ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΩ ΕΝΕΡΓΕΙΑ

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗΣ ΗΛΕΚΤΡΙΚΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ

ΟΜΑΔΑ ΜΑΘΗΤΩΝ ΣΤ1 - ΣΤ2

ΟΔΗΓΙΕΣ ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Μπορείτε να βάλετε το δικό σας λιθαράκι στη συνολική μείωση κατανάλωσης ενέργειας στον πλανήτη, ξεκινώντας από μικρές αλλαγές στο σπίτι σας. Έτσι, δεν θα προστατεύσετε μόνο το περιβάλλον αλλά και την τσέπη σας, εξοικονομώντας χρήματα!

ΘΕΡΜΑΝΣΗ - ΨΥΞΗ

- ❖ Εγκατάστησε ή επισκεύασε τη μόνωση του σπιτιού σου ώστε να μην χάνεται η ζέστη ή το κρύο από σημεία που δεν έχουν καλή μόνωση.
- ❖ Το χειμώνα απομάκρυνε αντικείμενα και έπιπλα που βρίσκονται μπροστά από τα θερμαντικά σώματα. Μην σκεπάζεις και μην τοποθετείς ρούχα και διακοσμητικά πάνω τους.
- ❖ Απόφυγε να ανοίγεις τα παράθυρα για περισσότερο χρόνο απ'όσο χρειάζεται. Ο αερισμός του χώρου μπορεί να κρατήσει 5' και πρέπει να γίνεται με κλειστό το σύστημα θέρμανσης ή ψύξης.
- ❖ Το καλοκαίρι προτίμησε να χρησιμοποιείς ανεμιστήρες και όχι μόνο κλιματιστικά. Έτσι θα μπορείς να ρυθμίσεις το κλιματιστικό σου σε υψηλότερη θερμοκρασία, μειώνοντας την κατανάλωση και διατηρώντας το χώρο σου δροσερό.

ΝΕΡΟ

- ❖ Προτίμησε το σύντομο ντους και περιορίσε τη χρήση του ηλεκτρικού θερμοσίφωνα.
- ❖ Μόνωσε τους εκτεθειμένους σωλήνες ζεστού νερού και εξοικονόμησε έως και 30% ενέργειας.
- ❖ Χρησιμοποίησε πλυντήριο πιάτων και προτίμησε το πρόγραμμα εξοικονόμησης ενέργειας, εάν διαθέτει τέτοιο η συσκευή σου. Υπάρχουν επίσης πλυντήρια πιάτων που συνδέονται με ηλιακό θερμοσίφωνα (hotfill)
- ❖ Εάν έχεις τη δυνατότητα αγόρασε έναν ηλιακό θερμοσίφωνα, ο οποίος αποτελεί την πιο ενδεδειγμένη λύση για τη θέρμανση νερού στην Ελλάδα.

ΦΩΤΙΣΜΟΣ

- ❖ Άφησε το φυσικό φως της ημέρας να περάσει όσο το δυνατόν περισσότερο στους χώρους και προσπάθησε να μην χρησιμοποιείς τεχνητό φωτισμό.
- ❖ Αντικατάστησε τις λάμπες του σπιτιού σου με λαμπτήρες LED. Καταναλώνουν έως και 85% λιγότερη ενέργεια κι έχουν πάνω από 20 φορές μεγαλύτερο χρόνο ζωής.
- ❖ Σβήνε τα φώτα που δεν χρειάζεσαι, ιδίως όταν βγαίνεις από ένα δωμάτιο.
- ❖ Ξεσκόνισε τα φώτα σου! Η απόδοσή τους βελτιώνεται και έτσι δεν χρειάζεται να ανάψεις περισσότερα φωτιστικά.

ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- ❖ Μην αφήνεις τις συσκευές σου σε κατάσταση αναμονής (standby) γιατί συνεχίζουν να καταναλώνουν ενέργεια, ακόμα και αν θεωρείς ότι είναι μικρή! Μπορείς να χρησιμοποιήσεις «εξυπνους» διακόπτες ή πολύπριζα με διακόπτη.
- ❖ Απέφυγε τις άσκοπες προθερμάνσεις και το συχνό άνοιγμα-κλείσιμο της πόρτας του φούρνου όταν μαγειρεύεις. Κλείσε τον φούρνο 10 - 15 λεπτά πριν τελειώσει το μαγείρεμα. Η θερμότητα που υπάρχει επαρκεί για να μαγειρευτεί το φαγητό.
- ❖ Φρόντισε να κάνεις τακτική απόψυξη στο ψυγείο σου πριν ο πάγος φτάσει σε πάχος 3-5 χιλιοστών. Με αυτόν τον τρόπο μπορείς να εξοικονομήσεις έως και 30% από την κατανάλωση. Περιορίσε τη διάρκεια που αφήνεις ανοιχτή την πόρτα του ψυγείου. Έτσι ελαχιστοποιείς τον χρόνο ανάκτησης θερμοκρασίας και μειώνεις την κατανάλωση.
- ❖ Ρύθμισε τον θερμοστάτη στους 6°C για το χώρο του ψυγείου και -18°C στο θάλαμο κατάψυξης. Φρόντισε τα μαγειρικά σκεύη να εφαρμόζουν σωστά στις εστίες και όταν μαγειρεύεις σκέπαζέ τα με το καπάκι τους.

