**TIPY AKO ŠETRIŤ ENERGIOU ☺**

**Ekologické využívanie elektrospotrebičov**

* Umiestnite chladničky a mrazničky ďalej od sporáka a tepelných zariadení, na chladnejšie miesta. Každý stupeň naviac nad 20 stupňov Celzia zvyšuje spotrebu asi o 4 - 6%. Nechajte dostatočný priestor medzi zadnou stenou chladničky a stenou, aby bolo zaistené dostatočné prúdenie vzduchu.
* Chladničky a mrazničky zbytočne často neotvárajte a nevkladajte tam teplé jedlá, čím predídete prehrievaniu zariadenia.
* Veľa chladničiek je nastavených na príliš nízku teplotu, je to zbytočné a drahé, pre normálnu prevádzku postačuje teplota + 5 stupňov Celzia. Zníženie vnútornej teploty na 3 stupne = zvýšenie spotreby najmenej o 15%.
* Využívajte chladné obdobia počas roka. Potraviny môžete skladovať i v skrinke na balkóne. Chladničku vypnite, ušetríte na energii.
* Pri kúpe novej chladničky či mrazničky vyberajte tie s označením "A" .
* Nenechávajte spotrebiče v polohe STAND BY, pretože takto nie sú vypnuté, dochádza k skrytému odberu, ročne to môže byť až 500kWh (cca 100 euro). Najlepšie je prístroje vypínať priamo zo zásuvky alebo používať predlžovaciu šnúru, ktorú je možné vypnúť.
* Režim STAND BY je aj nebezpečnejší z hľadiska ochrany pred napäťovými rázmi v elektrickej sieti, preto pokiaľ elektrospotrebič dlhšie nepoužívate, odpojte ho zo siete.
* Nenechávajte v sieti nabíjačku na mobil či fotoaparát, pokiaľ sa nenabíjajú. Nabíjačky ponechané v zásuvke spotrebujú až 10 krát viac energie, ako je treba pri nabíjaní.
* Počítače počas dlhších prestávok radšej vypínajte namiesto používania úsporných režimov, pretože tie stále spotrebujú až 70% energie.
* Uprednostňujte elektrospotrebiče s priamym sieťovým pripojením namiesto používania batérií.
* Pri kúpe nových elektrospotrebičov si pozorne všímajte štítok s informáciami, do ktorej kvalitatívnej skupiny je spotrebič zaradený. Výrobky najlepšej kvality s najnižšou spotrebou energie sú označené písmenom A.
* Viac tu: [http://zmena-zacina-u-teba.webnode.sk/news/tipy-ako-setrit-energiu/](http://zmena-zacina-u-teba.webnode.sk/news/tipy-ako-setrit-energiu/?utm_source=copy&utm_medium=paste&utm_campaign=copypaste&utm_content=http%3A%2F%2Fzmena-zacina-u-teba.webnode.sk%2Fnews%2Ftipy-ako-setrit-energiu%2F)

**TIPY AKO ŠETRIŤ ENERGIOU ☺**

**Kúrenie**

* Neprekurujte, dodržiavajte doporučené teploty v izbách, každý stupeň naviac znamená zvýšenie spotreby energie o 6%. Obývacia izba 20 - 22 stupňov Celzia, spálňa 18 stupňov.
* Používajte termoregulačné ventily na radiátoroch, sú jednoduchou možnosťou úspory asi 10 - 15% energie.
* Vetrajte krátko a intenzívne, po dobu vetrania uzavrite ventil radiátora.
* Nezakrývajte radiátory záclonami (ušetríte 40% energie), závesmi, či drevenými krytmi. Naopak, pri okne úplne bez záclony je potreba energie až o 40% vyššia. Najvhodnejšia je záclona siahajúca po parapetnú dosku, ktorá usmerňuje prúdenie tepla do miestnosti, úspora energie je až 25%.
* Utesnite okná, netesnosti v oknách a dverách znížia teplotu o 2 stupne a zvyšujú vykurovacie náklady o 6 - 10%.
* Investujte do zateplenia stavby alebo Vášho bytu. Zaizolujte teplovodné potrubia v nevykurovaných priestoroch.
* Staré okná vymeňte za nové, s kvalitným zasklením. Únik tepla cez okno pri trojitom skle predstavuje len 8%, zatiaľ čo pri jednoduchom okne až 30%.
* Tepelné straty znížite aj inštalovaním vonkajších okeníc alebo roliet.
* Teplotu v miestnosti regulujte prívodom tepla, Nie otváraním okien.
* Za radiátor nalepte reflexnú fóliu, ktorá do miestnosti vracia 90% tepla, ktoré by sa inak stratilo v stene.
* Na ohrev vody pre kúpeľ vo vani spotrebujete až o 10kWh energie viac, nahraďte preto kúpeľ sprchou a ušetrite nielen vodu, ale aj 2/3 energie.
* Udržiavajte vhodnú vlhkosť vzduchu na úrovni 50 - 65%. Pri takejto vlhkosti vzduchu pri teplote 21 stupňov dosiahnete rovnakú tepelnú pohodu ako pri teplote 24 stupňov a vlhkosti len 30%. Ušetríte až 12% tepla.
* Pokiaľ používate klimatizáciu, nenastavujte príliš nízku teplotu. Rovnaký efekt priaznivej tepelnej pohody môžete dosiahnuť cirkuláciou vzduchu - ventilátorom, ktorý spotrebuje približne 16x menej energie ako klimatizácia.

Viac tu: [http://zmena-zacina-u-teba.webnode.sk/news/tipy-ako-setrit-energiu/](http://zmena-zacina-u-teba.webnode.sk/news/tipy-ako-setrit-energiu/?utm_source=copy&utm_medium=paste&utm_campaign=copypaste&utm_content=http%3A%2F%2Fzmena-zacina-u-teba.webnode.sk%2Fnews%2Ftipy-ako-setrit-energiu%2F)

**TIPY AKO ŠETRIŤ ENERGIOU ☺**

**Osvetlenie**

* Používajte úsporné žiarovky tam, kde sa svieti dlhodobo. Nová generácia týchto žiaroviek má životnosť až 15 000 hod., čo je 15 násobok životnosti obyčajnej žiarovky. Spotreba úsporných žiaroviek je až o 80% menšia, preto sa ich vysoká cena rýchlo vráti.
* Pre priestory, kde sa svieti len krátkodobo, sú vhodnejšie obyčajné žiarovky.
* Osvetľujte len tie, priestory, kde je svetlo potrebné.
* Farbu stien a stropu je vhodné zvoliť aj podľa stupňa odrazu svetla. Biela farba odráža až 80%, tmavozelené 15% a čierna len 9% svetla.
* Nevypínajte svetlo pri každom odchode z miestnosti (pre žiarovky platí pravidlo: ak opúšťame miestnosť na dlhšie ako 10minút, treba svetlo vypnúť).

**Varenie**

* Pri varení používajte pokrievky (úspora 150 - 300%), tlakové hrnce ušetria až 50% energie.
* Používajte riad s rovnakým priemerom dna ako je priemer platničky, ak je hrniec menší a rozdiel je napr. 3 cm, strata energie je až 30%.
* Neotvárajte často dvierka rúry pri pečení. Pri každom otvorení uniká až 20% tepla.
* Používajte hrnce z materiálov, ktoré dobre vedú teplo a majú rovné dno (klenuté dno je nevhodné, zvyšuje spotrebu až o 40%).
* Vypnite platňu 5 - 10 minút pred koncom varenia, tým využijete na dovarenie zvyškovú teplotu platne a ušetríte 30 - 50% energie.
* Vyhnite sa častému a dlhšiemu používaniu mikrovlniek. Už pri dvoch porciách spotrebujú viac energie ako sporák.
* Sklokeramické platne sporákov majú len 30% spotrebu energie oproti bežným elektrickým sporákom.
* Uprednostnite plynový sporák pred elektrickým.

Viac tu: [http://zmena-zacina-u-teba.webnode.sk/news/tipy-ako-setrit-energiu/](http://zmena-zacina-u-teba.webnode.sk/news/tipy-ako-setrit-energiu/?utm_source=copy&utm_medium=paste&utm_campaign=copypaste&utm_content=http%3A%2F%2Fzmena-zacina-u-teba.webnode.sk%2Fnews%2Ftipy-ako-setrit-energiu%2F)