



# **Energetické okienko Priateľov Zeme**

## **Ako ušetriť energiu bez nákladov**

Nemalú časť energie (a peňazí) doma aj na pracoviskách môžete ušetriť jednoducho, rýchlo, a buď bez toho, aby ste minuli čo i len jediný cent, alebo iba s minimálnymi nákladmi. Inteligentný človek urobí takéto opatrenia hneď a dôsledne.

V minulom čísle Energetického okienka sme sa venovali správne kúreniu drevom. Dnes prinášame niektoré ďalšie užitočné odporúčania.

### ***Neprekurujte miestnosti***

Dodržiavajte odporúčané teploty v obytných a pracovných priestoroch. Znížte a regulujte teplotu v menej využívaných miestnostiach, v noci a v čase obmedzenej prevádzky. Skontrolujte, či na všetkých radiátoroch fungujú ventily a ak nie, odvzdušnite ich. Ak nebudú fungovať ani potom, musíte ich vymeniť za nové. Ak máte termostatickú reguláciu, overte si, či máte na termostatoch správne nastavenú teplotu a či správne fungujú radiátory.

### ***Teplo, za ktoré platíte, využite efektívne***

Odráživé fólie za radiátormi môžu priniesť výrazné úspory tepla, najmä v starších alebo nedostatočne izolovaných budovách. Ak máte na oknách závesy alebo žalúzie, dbajte na to, aby ste ich správne používali. Presvedčte sa, či teplé radiátory nie sú zakryté šatami alebo clonené záclonami, závesmi, skrinkami alebo rôznymi mriežkami. Ak áno, odstráňte pokiaľ možno všetky prekážky tak, aby okolo radiátorov mohol čo najlepšie voľne prúdiť vzduch. Rozvody tepla v chladnejších priestoroch domu správne zaizolujte.

### ***V zime vetrajte krátko a intenzívne***

V mnohých domácnostiach, školách a úradoch ľudia regulujú teplotu v prekurovaných miestnostiach dlho otvorenými oknami. Je to bežný príklad zbytočného a drahého plytvania energiou.

### ***Neplytvajte teplou vodou***

Máte rozvody teplej vody všade dobre izolované? Nekvapkajú kohútiky? 10 kvapiek za minútu znamená viac než 2 tisíc litrov za rok! Ak kvapká teplá voda, zaplatíte zbytočne aj za jej ohrev.

## **Sviette s rozumom**

Využite maximálne denné svetlo a ak netreba, nesviette počas dňa. Dbajte na to, aby ste mali okná a kryty na sietidlách čisté. Využívate úsporné svetelné zdroje? Neexistujú lacnejšie, výkonnejšie a zároveň úspornejšie? Umožňujú vám vypínače obmedziť umelé osvetlenie iba na tie časti miestností, kde nie je dostatočné denné svetlo? Sú vaše svetelné zdroje správne rozmiestnené? Ak plánujete rekonštrukciu domu, zahrňte do nej aj zlepšenie osvetlenia. Vyžiada si síce to investície, ale v tejto fáze si dobre premyslite, čo a ako zmeniť.

## **Vypínajte spotrebiče z pohotovostného režimu (stand-by)**

Funkcia stand-by umožňuje vypnúť spotrebič diaľkovým ovládaním, keď je pripojený na sieť. Režim stand-by obyčajne prezrádza svit LED indikátora na spotrebiči. Aj keď okamžitý príkon v tomto režime je malý (0,5 – 8 W), jeho podiel na celkovej spotrebe energie spotrebiča môže byť 5 až 20 percent!

## **Pozor na chladničku**

Čím je chladnička na teplejšom mieste, tým viac energie spotrebuje. Zabezpečte, aby na ňu priamo nesvietilo slnko, nesáľal sporák a aby sa nestala odkladacím priestorom na ohriaty riad alebo teplé pokrmy a nápoje. Mala by sa otvárať čo najmenej a na čo najkratší čas a dvere by mali byť dokonale izolované. Zadná časť s mriežkou od steny nesmie byť zakrytá a mala by umožňovať čo najlepšie prúdenie vzduchu.

---

*Podrobnejšie informácie o správnom kúrení aj s ilustráciami nájdete v osobitnom letáku Priateľov Zeme-CEPA alebo si ich stiahnite z Energoportálu na adrese:*

[http://www.priateliazeme.sk/cepa/eportal/images/dokumenty/kurenie\\_letak\\_web.pdf](http://www.priateliazeme.sk/cepa/eportal/images/dokumenty/kurenie_letak_web.pdf).

**Kontakt:** Juraj Zamkovský, Priatelia Zeme-CEPA, námestie Pod krížom 65 na Ponickéj Hute, tel. 048/419 37 18, email: [zamkovsky@priateliazeme.sk](mailto:zamkovsky@priateliazeme.sk).

## **PROGRAM ŠVAJČIARSKO-SLOVENSKEJ SPOLUPRÁCE SWISS-SLOVAK COOPERATION PROGRAMME**



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra



Slovenská  
republika

**Na projekte sa finančne spolupodieľajú Švajčiarska konfederácia a Slovenská republika.**

Blokový grant pre MVO a podporu partnerstiev švajčiarsko-slovenskej spolupráce realizuje Nadácia Ekopolis v spolupráci s partnermi nadáciou SOCIA a Karpatskou nadáciou.