

# **БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО**

**ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ  
ПО ЭНЕРГОСБЕРЕЖЕНИЮ**



# **ЧТО ТАКОЕ ЭНЕРГОЭФФЕКТИВНОСТЬ И ДЛЯ ЧЕГО ОНА НУЖНА?**

**Энергоэффективность** – это потребление меньшего объема энергии при выполнении одного и того же объема работ: освещения, обогрева, производства какого-нибудь товара и т.д. Зачем она нужна? Для людей – это сокращение расходов на коммунальные услуги, для страны – экономия ресурсов, снижение удельных затрат в промышленности, для экологии – ограничение выбросов в атмосферу парниковых газов, для энергетических компаний – снижение затрат на топливо и эксплуатацию.

Сберечь можно электроэнергию, теплоэнергию, воду. Это наиболее эффективные объекты экономии.



**БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО!**

## ВОТ НЕСКОЛЬКО ПРОСТЫХ СОВЕТОВ ПО ТЕПЛОСБЕРЕЖЕНИЮ.

### УСТАНОВИТЕ НА БАТАРЕИ РЕГУЛЯТОР ТЕПЛОПОДАЧИ.

Когда вы надолго уходите или уезжаете из дома, экономьте: просто установите на регуляторах батареи более низкую температуру.

### НЕ ЗАДВИГАЙТЕ БАТАРЕИ МЕБЕЛЬЮ И НЕ ЗАНАВЕШИВАЙТЕ ИХ ШТОРАМИ.

Преграды мешают теплomu воздуху распространяться по комнате **и снижают теплоотдачу радиаторов до 20%**



### УСТАНОВИТЕ ЗА БАТАРЕЯМИ ТЕПЛОТРАЖАЮЩИЕ ЭКРАНЫ.

Стена за радиатором может нагреваться до 50°C. Обидно тратить столько тепла на разогрев бетонных плит, особенно если в квартире холодно. Установите за батареями теплоотражающие экраны из пенофола или простой фольги.

**БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО!**

# Как экономить воду?

В развитых странах суточное потребление воды колеблется **от 130 до 400 л на человека в день!** Причем **около 70%** этой воды просто.... **Проливается!** На это указывают и данные Мосводоканала: с 1995 года благодаря установке водных счетчиков потребление воды в Москве снизилось с 450 до 290 литров на человека в день без ущерба жизненному комфорту. При этом, соответственно, снизилась и плата за воду: экономия составила около 300 рублей на человека в год (по тарифам 2009 года).

К началу 2012 года согласно закону «Об энергосбережении и о повышении энергетической эффективности» все квартиры должны быть оснащены счетчиками воды. Так что самое время задуматься о том, какими способами можно снизить расходы воды в вашем доме. А таких способов немало, и результативность может быть весьма значительной. Например, сокращая время душа с 15 до 10 минут, каждый член семьи экономит около 100 кубометров воды ежегодно. А это **около 6 000 рублей согласно нынешним тарифам!**

## Это полезно знать...

Во что обходится одна «водная процедура»

Мытье рук 6-8 л

Чистка зубов 6-8 л

Душ 15-20 л/мин

Ванна 140 л

Споласкивание унитаза 15 л

Один цикл стиральной машины 30-60 л

Один цикл посудомоечной машины 15-25 л

**БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО!**

## ПРИ МЫТЬЕ ПОСУДЫ НЕ ДЕРЖИТЕ КРАН ОТКРЫТЫМ.

Полностью открытый кран - 150 литров за 10 минут. Если мыть посуду моющим средством при закрытом кране, а потом сполоснуть под проточной водой, **экономия составит около 100 литров!**

## НЕ МОЙТЕ ОВОЩИ И ФРУКТЫ ПОД ПРОТОЧНОЙ ВОДОЙ.

Пользуйтесь для мытья продуктов миской. Для наполнения одной большой кастрюли или миски вам понадобится **всего 3 литра воды**, в то время как при проточном мытье фруктов из водопроводного крана **ежеминутно вытекает 15 литров.**

## НЕ РАЗМОРАЖИВАЙТЕ ПРОДУКТЫ ПОД СТРУЕЙ ВОДЫ.

Помимо нецелевого расхода воды, это чревато ухудшением свойств продуктов. Лучше всего заранее переложить продукты из морозилки в холодильник.



**БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО!**

## ЗАМЕНИТЕ ЛАМПЫ НАКАЛИВАНИЯ ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩИМИ.



Хотя энергосберегающие лампы стоят дороже, работают они гораздо дольше и потребляют в 4-5 раз меньше энергии. Например, компактная энергосберегающая лампа на 12 Вт дает столько же света, сколько лампа накаливания на 60 Вт. Это происходит из-за того, что энергосберегающие лампы тратят меньше энергии на нагрев, и больше на свет.

Средний срок службы у обычной люминесцентной лампы – **15 000 часов**. Можно забыть о покупке новых ламп **на 3 года!**

Есть еще светодиодные лампы. Они дороже, но зато потребляют еще меньше энергии и служат дольше.

**ОБОРУДУЙТЕ ДОМ СВЕТОРЕГУЛЯТОРАМИ ИЛИ МНОГОКЛАВИШНЫМИ ВЫКЛЮЧАТЕЛЯМИ.**

Вы сможете изменять степень освещения помещений в зависимости от ситуации. Это поможет сберечь электроэнергию.

**МАКСИМАЛЬНО ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЕСТЕСТВЕННОЕ ОСВЕЩЕНИЕ.**

Освещение составляет около 10% нашего «энергетического бюджета», использование дневного света позволит **экономить до 1500 руб. в год** (в зависимости от типа лампочек и др. факторов).

**БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО!**

# ЭКОНОМИЯ ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ

## ПРОВЕРЬТЕ ЦЕЛОСТНОСТЬ ПРОВОДКИ.

Очень часто в наших квартирах целостность электропроводки оставляет желать лучшего. А ведь плохие контакты – это не только источник короткого замыкания, но и канал для «утечки» электричества.

## УХОДЯ – ГАСИТЕ СВЕТ.

Причем, не только уходя из дома, но и просто перемещаясь по квартире. Статистика показала, что около 30% электроэнергии тратится на освещение пустующих помещений.

## ПРОТРИТЕ ЛАМПОЧКУ ОТ ПЫЛИ.

Хорошо протертая лампочка светится на 10-15% ярче запыленной.

## ПОКРАСЬТЕ СТЕНЫ И ПОТОЛКИ В СВЕТЛЫЙ ЦВЕТ, НАКЛЕЙТЕ ОБОИ СВЕТЛЫХ ТОНОВ.

Гладкая белая стена отражает 80% лучей, это позволяет экономить на освещении. (Для сравнения: темно-зеленая поверхность отдает только 15% света, черная – 9%)



**БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО!**

## ВЫБИРАЙТЕ ЭЛЕКТРОПЛИТЫ СО СТЕКЛОКЕРАМИЧЕСКОЙ ИЛИ ИНДУКЦИОННОЙ ПАНЕЛЯМИ.

Электроплита – самый расточительный из бытовых электроприборов. Если телевизор расходует за год около 300КВ.ч, холодильник – примерно 450 КВт.ч, то электроплита – больше 1000 КВ.ч.

**ЛЮБОЙ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ЭЛЕКТРОПРИБОР ЭНЕРГЕТИЧЕСКИ ВЫГОДНЕЕ ПЛИТЫ.**

Например, для того, чтобы вскипятить 1л воды в чайнике, **требуется на 50% меньше энергии**, чем для кипячения на электроплите.

Выбирайте герметичные мультиварки и скороварки – при приготовлении пищи в них **расходуется в несколько раз меньше электроэнергии**, чем на плите. Дно посуды должно быть ровным, а его диаметр немного превосходить диаметр конфорки – это избавит от теплопотерь, которые могут достигать 40-60%!

**ГОТОВЬТЕ ЕДУ НА МЕДЛЕННОМ ОГНЕ.**

Для большинства кулинарных операций мощный нагрев не нужен. Обычно жидкость нужно лишь довести до кипения, а затем доваривать пищу можно на медленном огне. Используйте остаточное тепло: выключайте плиту немного раньше, чем еда будет готова.



**БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО!**



## **ПРАВИЛЬНО УСТАНОВИТЕ ХОЛОДИЛЬНИК.**

Если хотите сэкономить – не ставьте холодильник возле батареи или плиты. Холодильник будет расходовать меньше энергии, если поставить его возле наружной стены, но не вплотную с ней. Чем больше зазор между задней стенкой холодильника и стеной, тем ниже температура теплообменника и эффективней его работа.

**НЕ ЗАБЫВАЙТЕ 2-3 РАЗА В ГОД РАЗМОРАЖИВАТЬ ХОЛОДИЛЬНИК И ПЕРИОДИЧЕСКИ ОЧИЩАТЬ РЕШЕТКУ РАДИАТОРА ХОЛОДИЛЬНИКА ОТ ПЫЛИ.**

Лед и пыль, оседающая на внутреннем и наружном радиаторе соответственно, заставляют его перегреваться, а это повышает его энергозатраты.

**НЕ СТАВЬТЕ В ХОЛОДИЛЬНИК ГОРЯЧУЮ ПИЩУ, НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДВЕРЦУ ОТКРЫТОЙ.**

При открытой дверце влажный воздух довольно быстро наполняет холодильную камеру, и холодильник тратит энергию для достижения положенной температуры. Так что заранее подумайте о том, что вам нужно достать из холодильника перед тем, как открыть его.

**НЕ ПОМЕЩАЙТЕ В ХОЛОДИЛЬНИК ОТКРЫТЫЕ ЕМКОСТИ С ВОДОЙ ИЛИ РАЗРЕЗАННЫЕ СОЧНЫЕ ФРУКТЫ.**



Излишняя влажность в камере холодильника мешает нормальной работе испарителя, приводит к ледообразованию и увеличивает затраты энергии.

**ПРОВЕРЬТЕ ГЕРМЕТИЧНОСТЬ И ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ ХОЛОДИЛЬНИКА.**

Для того, чтобы сохранить продукты свежими, вполне достаточно температуры +6° С в холодильной камере и -18° С в морозилке.

**БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО!**

## НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ЭЛЕКТРОПРИБОРЫ В РЕЖИМЕ ОЖИДАНИЯ.

Даже в режиме ожидания бытовые приборы поглощают энергию. Если телевизор постоянно включен в розетку – за это вы платите около 800 рублей в год.

Часы на DVD-проигрывателе обойдутся в 100-150 рублей, а на музыкальном центре – в 250-300 рублей. Маленькая «безобидная» зарядка для сотового телефона, оставленная в розетке после того, как телефон зарядился, съедает до 300 рублей в год. Прибавьте к этому компьютер и микроволновку – получится еще 1000-1200 рублей. Таким образом, жизнь ваших электроприборов в режиме stand by обойдется вам в 2000-3000 рублей в год.

Представим себе среднестатистическую квартиру, в которой три телевизора, два компьютера, два постоянно включенных в розетку зарядных устройства, один DVD-проигрыватель и микроволновка. Получается - **4000-6000 руб. в год мы платим за то, чтобы лишний раз не выключать вилку из розетки.**

**ОТВЛЕКЛИСЬ ОТ КОМПЬЮТЕРА? ПЕРЕВЕДИТЕ ЕГО В «СПЯЩИЙ» РЕЖИМ ИЛИ ВЫКЛЮЧИТЕ МОНИТОР.**

Зачастую компьютеры в наших домах работают круглосуточно, но пользователь не проводит перед монитором целый день. Часто выключать системный блок не слишком полезно для компьютера, но от перевода в «спящий» режим вреда технике не будет. Работающий компьютер потребляет около 350 Вт/ч, **показатели потребления в «спящем» режиме – в 10 раз ниже!**

Можно отрегулировать настройки телевизора. Причем, у телевизоров с большой диагональю при уменьшении яркости до средних размеров **энергопотребление может падать почти в 3 раза: с 300 до 100 Вт.ч.**



**БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО!**

## ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ОСТАТОЧНЫМ ТЕПЛОМ БЫТОВЫХ ПРИБОРОВ.

Например, в утюге сохраняется остаточное тепло, которого хватит на несколько минут утюжки. Гладильная доска с теплоотражателем также **поможет сэкономить электроэнергию.**

### СЛЕДИТЕ ЗА РЕЖИМОМ РАБОТЫ УТЮГА И ФЕНА

Не стоит в погоне за скоростью выставлять на них режим максимального нагрева, экономичнее и **правильнее выбрать наиболее энергоэффективные параметры.**

### НЕ «ПЕРЕСУШИВАЙТЕ» БЕЛЬЕ.

Слишком сухое (как и совсем влажное) белье гладить гораздо труднее. **Растет время утюжки – и, следовательно, расход энергии.**

### ПОЧАЩЕ МЕНЯЙТЕ ПЫЛЕСБОРНИКИ В ПЫЛЕСОСЕ.

Пылесос с заполненным мешком требует для работы на **40% больше энергии, чем с пустым.**

## ЭКОНОМИЯ ТЕПЛА – НУЖНА ЛИ ОНА НАМ?

В больших городах чаще всего жилье обогревается при помощи центрального отопления. Оплата за отопление раньше производилась исходя из нормативов, вне зависимости от реальных затрат.

Многие ТСЖ и УК сейчас устанавливают в домах центральные счетчики тепла с оплатой согласно потраченным гикалориям. Такая практика становится повсеместной. Таким образом, **нужно приучаться экономить (или хотя бы считать) потраченное тепло.**

Кроме этого, снижая потребление тепла, мы заботимся о собственном здоровье (избыточное отопление понижает влажность воздуха и усиливает риск респираторных заболеваний и осложнений) и об экологическом состоянии нашей страны. В Камчатском крае плата за отопление и ГВС составляет существенную долю коммунальных платежей. Поэтому теплосберегающие мероприятия могут принести большой эффект, и это **отразится на семейном бюджете.**

## ТЕПЛОСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В НАШЕМ ДОМЕ.

В наших силах сделать свои квартиры более энергоэффективными. Кстати, это положительно отразится на семейном бюджете. Утепляя жилье, снижаем расход теплоэнергии и не пользуемся электрообогревателями.

**А это может уменьшить плату за электричество и тепло на 3000 и более рублей в год!**



**БЫТЬ ЭКОНОМНЫМ – ПРОСТО И ВЫГОДНО!**