

Az Ön hozzáállása is fontos!

Minden középületet rengeteg ember használ napi rendszerességgel: látogatók, dolgozók, szolgáltatószemélyzet stb.

A tanulmányokból és a bevált gyakorlatokból is egyértelműen látszik, hogy a felhasználók hozzáállása nagyon fontos az energiatakarékosság javítása és az épület szénlábnyomának csökkentése érdekében.

Még az alkalmazható, kizárólag technológiai intézkedések is (például egy épület felújítása) kevésbé hatékonyak vagy költségesebbek, ha a kivitelezésük elszigetelt módon történik.

A következőkben olyan tippeket olvashat, amelyekkel javíthat saját energiatakarékossági hozzáállásán, amikor egy középületben dolgozik, vagy látogatóként érkezik oda. Ön épülettulajdonos?

Ebben az esetben érdemes lehet ezt a kártyakészletet kihelyeznie az épület egyik jól látható területén. Ön épülethasználó?

Ebben az esetben bátran olvassa el a következő tartalmakat, fűzzön hozzájuk megjegyzéseket, és ossza meg őket ismerőseivel. Reméljük, örömmel fogadja ezeket a tippeket vagy legalább egy részüket, és alaposan átgondolja őket a valódi hozzáállásbeli változás érdekében.



Ha szükség van rá, akkor nyomtasson környezet tudatosan, használjon szűrkeárnyalatot nyomtatást és nyomtasson mindkét oldalra.

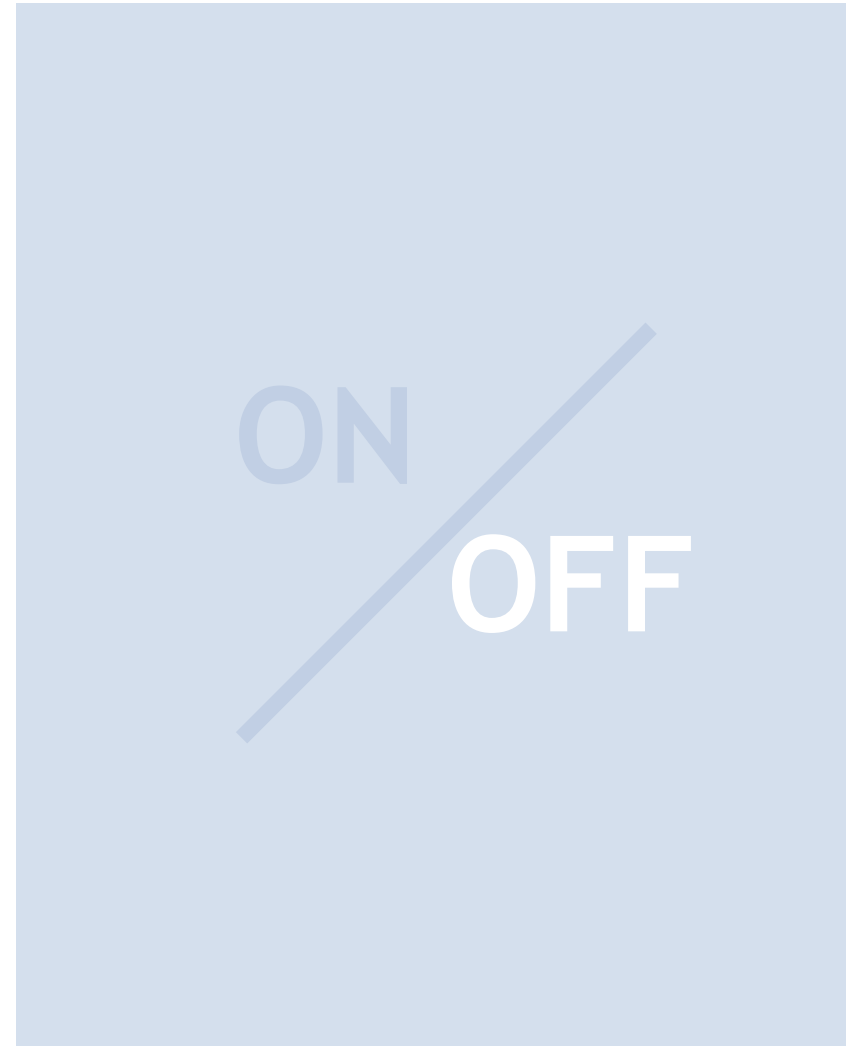
Ha nem muszáj, ne nyomtass ki!



Elektromos eszközök

- Távolítsa el a vízkövet a mosogatógépből, mosógépből és más berendezésekből (pl. ecet vagy citromsav segítségével)
- Hajszárító helyett természetes módon vagy törölközővel szárítsa a haját
- Mikrohullámú sütő helyett természetes módon olvassa ki az élelmiszert
- Ha huzamosabb ideig nem használja a hűtőt, húzza ki
- Vasaljon hatékonyan: először gyűjtsön össze nagy mennyiségű ruhát, kezdje az alacsonyabb hőfokot igénylőkkel, majd vasalja ki a magasabb hőfokot igénylő ruhákat, végül kapcsolja ki a vasalót és a műveletet az eltárolt hőenergia felhasználásával fejezze be.
- Ha tűzhelyen főz, használjon fedőt, hogy az étel gyorsabban főjön
- Évente egyszer tisztítsa ki a hűtő hátulját

Ha nem muszáj, ne nyomtass ki!



Ha szükség van rá, akkor nyomtasson környezetudatosan, használjon szűrkeáramyalatos nyomtatást és nyomtasson mindkét oldalra.



- A mosógépet hideg vízzel vagy energiatakarékos üzemmódban használja.
- Ha van erkélye, használja forró étel lehűtésére (különösen nagy mennyiség esetén). Télen először hűtse le szobahőmérsékletűre a lakásban, majd vigye ki az erkélyre. Nyáron először hűtse le a kinti hőmérsékletre az erkélyen, majd tegye a hűtőbe.
- Vízforralásához használjon fedett vízforralót vagy edényt. Még jobb, ha a vizet elektromos vagy gáztűzhely helyett elektromos vízforralóval forralja.
- A hűtőben tárolt folyékony ételeket fedje le és a szilárdakat csomagolja be, hogy csökkentse a kompresszor terhelését fokozó párolgást
- A hűtőket és fagyasztókat rendszeresen olvassza le. Szabad levegőn szárítsa a ruhákat, ne a mosógép szárítási funkciójával vagy szárítógéppel.
- Kapcsolja ki a tűzhelyet vagy elektromos tűzhelyet még az étel főzésének befejezése előtt
- Szabad levegőn szárítsa az edényeket, ne a mosogatógép szárítási funkciójával. Csak teljes töltet edényt és ruhát mosson
- A nap végén kapcsoljon ki minden különálló villamos eszközt
- Használjon kenyérpírtót vagy mikrohullámú sütőt a hagyományos tűzhely helyett
- A mindennapi főzéshez használjon kuktát
- A kézi mosogatás helyett használjon mosogatógépet, ha a háztartási melegvíz-rendszer elektromos
- Húzza ki az akkumulátortöltőket, ha nem használja
- Állítsa be a hűtő és a fagyasztó megfelelő hőmérsékletét
- Állítsa közepes szintre a tévéképernyők és a monitorok fényerejét



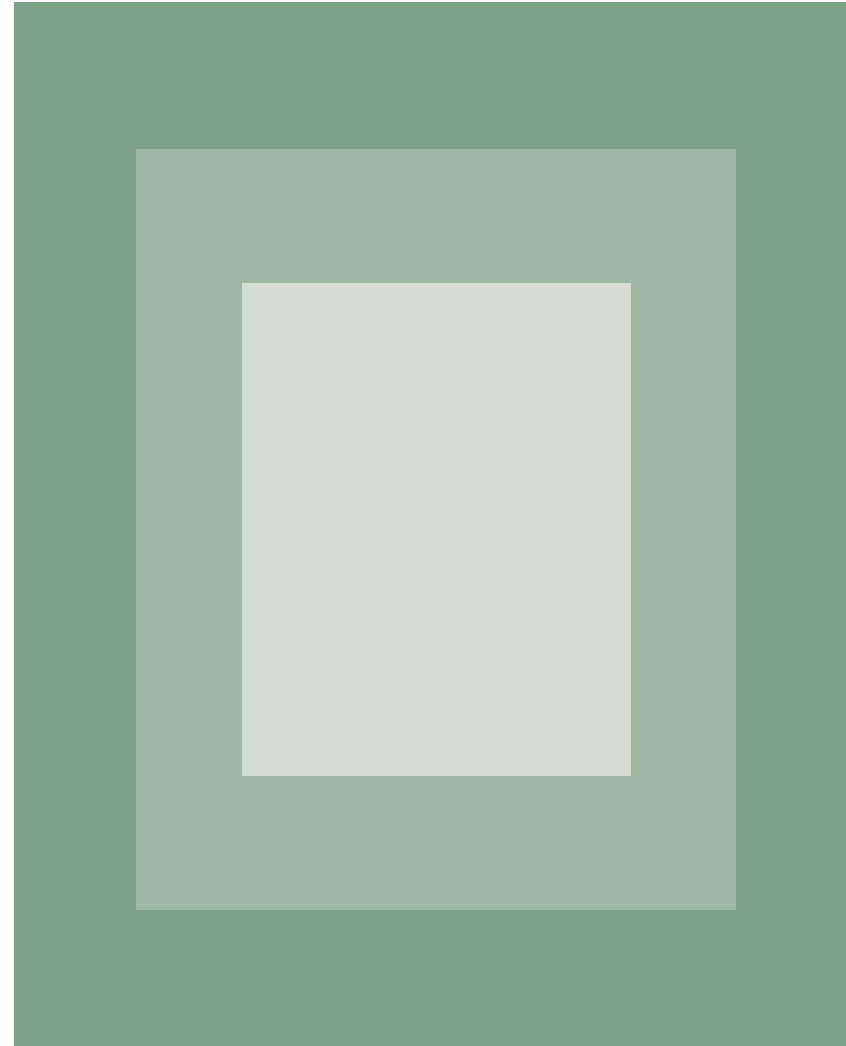
- Állítson be energiatakarékos programot az elektromos tűzhelyhez
- Állítson be energiatakarékos programot a mosogatógéphez
- Állítson be energiatakarékos programot a mosógéphez
- Kapcsolja ki a tévét, rádiót, számítógépet és egyéb berendezéseket, ha senki nem használja őket
- Kapcsolja ki a monitor kijelzőjét
- Állítson be energiatakarékos üzemmódot az elektromos berendezésekhez. Nyáron tartson egy flakon ivóvizet a hűtőben ahelyett, hogy a csapot folytatná a víz lehűtéséhez.



Fűtés, szellőztetés és hűtés

- Léghőszigetelt helyen ne használjon hőszigetelőt
- A fűtő-, szellőztető- és léghőszigetelő rendszerek működésekor csukja be az ajtókat és ablakokat.
- Mindig az időjárásnak megfelelően szellőztessen. Télen naponta háromszor 2-5 percre nyissa ki az ablakokat. Nyáron tartsa zárva az ablakokat, és akkor nyissa ki őket, ha kívül hűvösebb van, mint bent (pl. éjszaka).
- A konyha és fürdőszoba szellőztetését használat után azonnal kapcsolja ki

Ha nem muszáj, ne nyomtass ki!

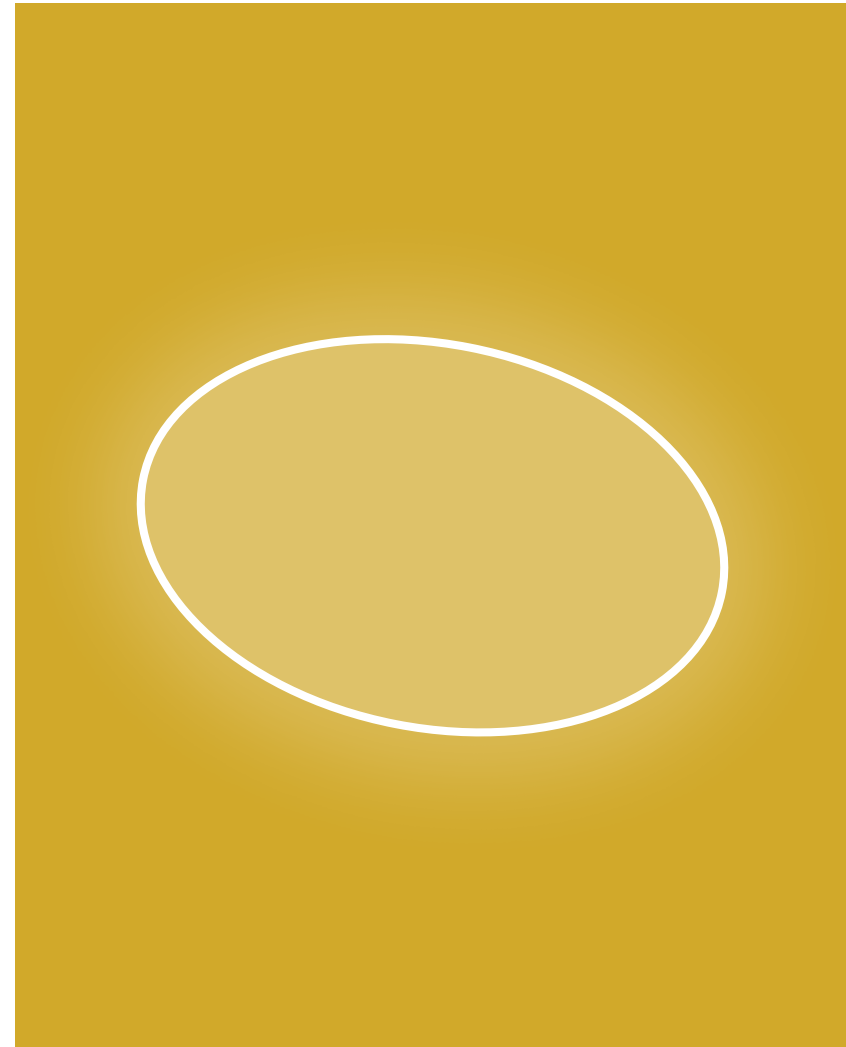


Ha szükség van rá, akkor nyomtasson környezet tudatosan, használjon szűrkeáramlatos nyomtatást és nyomtasson mindkét oldalra.



Világítás

- Kapcsolja le az ablakokhoz közeli lámpákat, ha a napfény is elegendő
- Használja megfelelően a külső árnyékolókat. Az árnyékolókat nyáron használja, amikor az ablakot erős napfény éri, de télen napközben mellőzze a használatukat. A téli éjszakákon használjon redőnyöket.
- Használja megfelelően a belső árnyékolókat



Ha szükség van rá, akkor nyomtasson környezet tudatosan, használjon szűrkeáramnyalatos nyomtatást és nyomtasson mindkét oldalra.

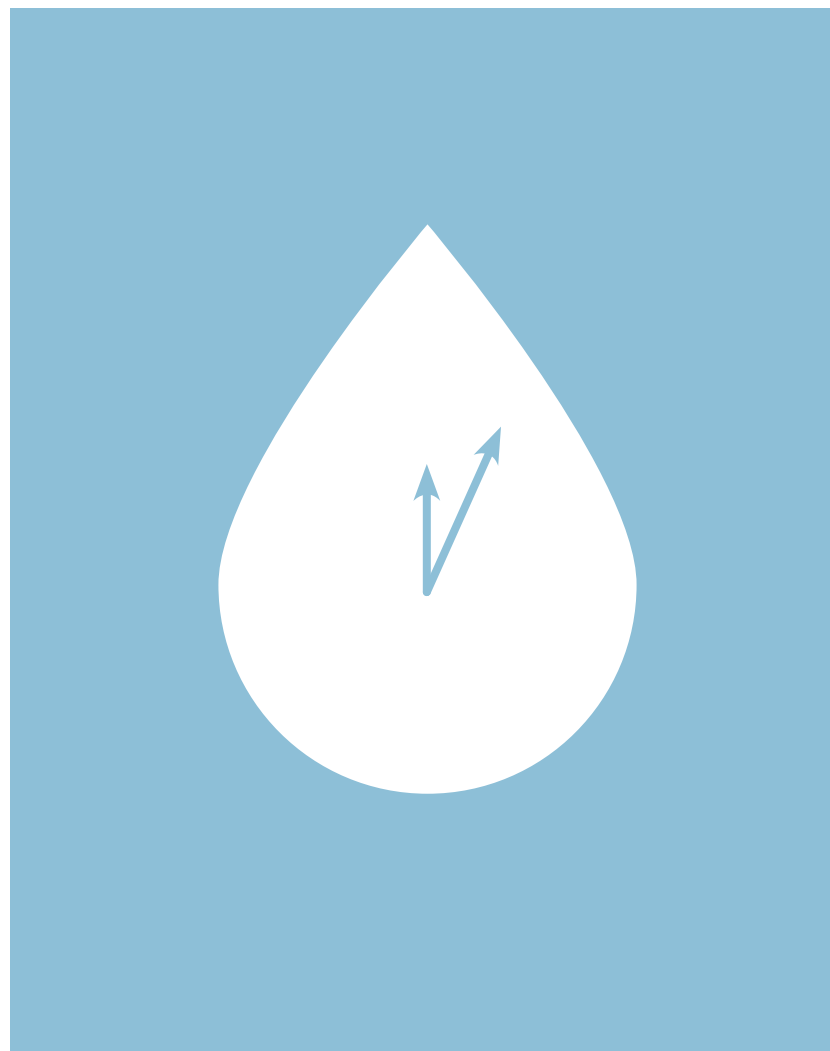
Ha nem muszáj, ne nyomtass ki!



Víz

- Meleg víz helyett hideg vízzel mosson kezét
- Korlátozza a zuhanyzás idejét 5-7 percre
- Fürdés helyett zuhanyozzon
- Kézi mosogatásnál öblítés céljából ne hagyja folyni a vizet
- Csak teljes töltettel használja mosogató- és mosógépét
- Fogkeféje bevezetése után zárja el a csapot
- Szigetelje vízvezetékét.
- Szereljen fel víztakarékos zuhanyfejeket és víztakarékos csaptelepeket
- Használja vízóráját a rejtett vízszivárgások felderítésére
- Ellenőrizze, nem szivárog-e a vécé
- Ne használja a vécét hamutartónak vagy szemetesnek
- Ellenőrizze, nem szivárognak-e a csapok és csövek

Ha nem muszáj, ne nyomtass ki!



Ha szükség van rá, akkor nyomtasson környezet tudatosan, használjon szűrkeáramnyalatos nyomtatást és nyomtasson mindkét oldalra.



A projekt bemutatása

A jelen tájékoztató célja, hogy ismertesse az épületek végfelhasználói számára, hogyan kell hatékonyan használni az épületeket, különösen, ha benne laknak.

Tulajdonképpen az egyetemi kampuszok, kollégiumok és bentlakásos iskolák egyben olyan középületek is, amelyek esetében szoros a kapcsolat a létesítmény és annak használói között. A közleményt társfinanszírozta az INTERREG TOGETHER projekt. A projekt célja a középületek energiatakarékosságának javítása és a megújuló energiaforrások használatának népszerűsítése. Olyan összetett (technológiai, pénzügyi és vezetői) megoldások kifejlesztésére és tesztelésére összpontosít, amelyekhez nincs szükség befektetésre (vagy csak minimális összegűre), és amelyek az energiamegtakarítást (és a pénzmegtakarítást) célozzák a hozzáállás módosításával. A projekt eredménye egy olyan innovatív energiagazdálkodási megközelítés lesz, amely nemzetközi tapasztalatokon, valamint a középületek üzemeltetőinek, felhasználóinak és bérlőinek (pl. olyan felek, akik érdekeltek az infrastruktúra karbantartásában) részvételén és elköteleződésén alapszik. A projektben hét közép-európai ország működik együtt: Olaszország, Csehország, Szlovénia, Horvátország, Lengyelország, Magyarország és Szlovákia. Különböző ágazatok (például önkormányzatok, tudományos intézetek és energiaügyi hatóságok) képviselői működnek együtt a sikeres kivitelezés érdekében.



www.interreg-central.eu/together

 TogetherPRTV2016



Ha szükség van rá, akkor nyomtasson környezet tudatosan,
hasznájon szűrkeáramú nyomtatást és nyomtasson mindkét oldalra.