

UŠETRÍTE ENERGIU VO SVOJEJ DOMÁCNOSTI

HOME
ENERGY
SCOTLAND



UŠETRÍTE ENERGIU V KUCHYNI

- Pri varení vždy používajte hrniec správnej veľkosti a na každý hrniec používajte správnu varnú plotničku.
- Dvierka rúry otvárajte čo najmenej a dbajte na to, aby bolo sklo čisté, aby ste mali prehľad o tom, čo sa deje vnútri rúry.
- Teplé jedlo nechajte pred vložením do chladničky vychladnúť.

TIPY PRI PRANÍ BIELIZNE

- Pred vložením vypranej bielizne do sušičky ho odstreďte na najvyššom stupni otáčok práčky.
- Práním bielizne na 30 stupňov miesto vyšších teplôt ušetríte energiu a peniaze. Moderné pracie prášky a čistiace prostriedky fungujú rovnako účinne aj pri nízkych teplotách.
- Pred zapnutím práčky počkajte, až bude úplne naplnená.
- Pokúste sa minimalizovať zbytočné pranie tým, že oblečenie po každom krátkom použití zavesíte na vzduch. Vďaka tomu môžete dosiahnuť maximálne využitie každého kúska oblečenia pred tým, než ho budete musieť opráť.



HOMEENERGYSCOTLAND.ORG
0808 808 2282
FUNDED BY THE SCOTTISH GOVERNMENT

V KÚPEĽNI

- Pri rýchlej sprche spotrebujete menej vody ako pri kúpeli.
- Skontrolujte, či máte ventilátor nastavený na použitie iba po dobu potrebnú na odsatie kondenzovanej vodnej pary a zápachu z kúpeľne.
- Kúpte si časový spínač sprchy, aby ste vedeli, koľko času v sprche strávite. Pri kratšej sprche spotrebujete menej energie!
- Nenechávajte tiecť vodu z kohútika, keď si čistíte zuby, holíte sa alebo si umývate tvár – napustite si vodu do umývadla alebo si pustite kohútik len vtedy, keď potrebujete.

ĎALŠIE TIPY TÝKAJÚCE SA TEPLEJ VODY

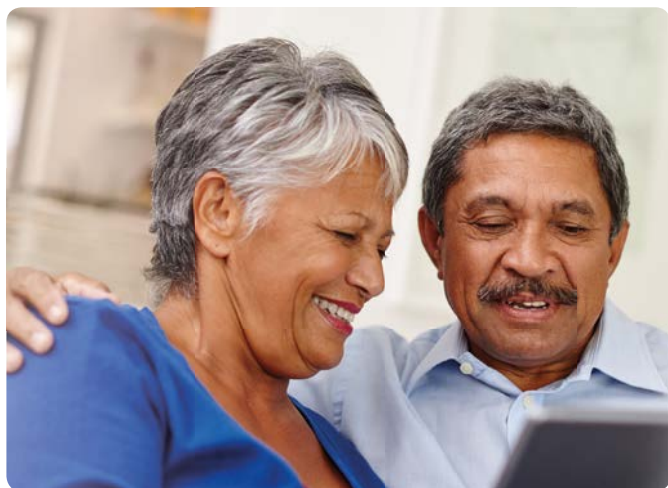
- Pri použití silnej masážnej sprchy môžete jednoducho spotrebovať rovnaké množstvo vody ako pri kúpeli – ak chcete znížiť spotrebu vody, zväžte použitie sprchovej hlavice s perlátorom alebo nízkym prietokom.
- Ak máte nádrž na teplú vodu, pokúste sa ju naprogramovať tak, aby ohrev vody čo najlepšie zodpovedal časom, keď používate horúcu vodu. Znížite tak pravdepodobnosť, že budete ohrievať vodu vtedy, keď ju nepotrebujete.

NA CHODBE

- Okolo vchodových dverí, otvoru na dopisy a kľúčovej dierky namontujte izolačné tesnenie.
- Umiestnením závesu na vchodové dvere zabránite prievanu.
- Zvyknite si zatvárať všetky dvere, aby ste udržali teplo v jednotlivých miestnostiach.

delivered for Scotland by
**energy
saving
trust**

 **Greener
Scotland**
Scottish
Government



V OBÝVACEJ IZBE

- Za súmraku zatiahnite záclony, aby ste vnútri udržali teplo.
- Elektronické zariadenia nenechávajte zapnuté alebo v pohotovostnom režime, keď ich nepoužívate.
- Zvyknite si vypínať televíziu zo zásuvky a nenechávať ju v pohotovostnom režime. Môžete si kúpiť ovládače napájania, ktoré umožňujú vypínanie spotrebičov diaľkovým ovládaním.

V JEDÁLNI

- Ak jedáleň nepoužívate často, nastavte radiátor na najnižšiu teplotu.
- Nezabudnite, že keď k vám prídu hostia, teplota v miestnosti sa zvýši.
- Nepreháňajte to s množstvom jedla. Zvyšky jedla významne prispievajú k emisiám oxidu uhličitého a stoja vás peniaze!

TIP NA OSVETLENIE

- Výmena všetkých žiaroviek v klasickom dome za ekvivalenty typu LED zníži váš účet za osvetlenie.

V SPÁLNI

- Mokré vlasy si najskôr dôkladne osušte pomocou uteráka, aby ste skrátili dobu použitia fénu.
- Na ohriatie postele používajte namiesto elektrickej prikrývky fläšu s horúcou vodou.
- Nenechávajte telefón nabíjať celú noc. Malo by to trvať iba pár hodín.
- V zime vypínajte kúrenie chvíľu predtým, ako idete spať. Tak nebude zbytočne pustené vtedy, keď už budete ležať pod prikrývkou.
- Nastavte kúrenie tak, aby sa zaplo chvíľu predtým, ako vstanete, a aby sa vyplo tesne pred vašim odchodom z domu.

V DETSKÝCH IZBÁCH

- Nezabudnite vypnúť televízory, DVD prehrávače, notebooky a herné konzoly.
- Vedte deti k tomu, aby vypínali všetky zariadenia priamo na zásuvke tým, že im uľahčíte prístup k spínaču.
- Ak vaše deti potrebujú nočné svetlo, použite úspornú žiarovku. Mala by stačiť žiarovka s čo najnižším príkonom.
- Ak uvažujete o kúpe nového počítača, nový prenosný počítač zvyčajne spotrebuje ročne menej energie než starý stolný počítač (a zaberie menej miesta).

NEBOJUJTE S NÁKLADMI NA ENERGIU, KEĎ MOŽNO ANI NEMUSÍTE.

Spoločnosť Energy Saving Trust v Škótsku je financovaná škótskou vládou a poskytuje bezplatné, nestranné rady, ktoré vám pomôžu šetriť energiu a peniaze a pomáhať v boji proti klimatickým zmenám.

Ak sa chcete dozvedieť, čo môžete urobiť ešte dnes, navštívte naše webové stránky energysavingtrust.org.uk/scotland alebo zavolajte miestnemu poradcovi organizácie Home Energy Scotland.

Naši poradcovia:

- vám poskytnú rady na mieru o tom, aké praktické opatrenia môžete podniknúť vo svojej domácnosti,
- a oboznámiť vás s ponukami dostupnými vo vašom regióne.

Sme tu, aby sme vám pomohli – na bezplatnej telefonickej linke **0808 808 2282**

Energy Saving Trust
2nd Floor
Ocean Point 1
94 Ocean Drive,
Edinburgh, EH6 6JH

SC191 © Energy Saving Trust
energysavingtrust.org.uk
August 2018
E&OE