

Эти десять советов по использованию электроэнергии помогут вам лучше контролировать свое энергопотребление, уменьшить вредное влияние на климат и сэкономить деньги. Убедитесь сами!

1. Обогрев

- Снизив температуру в доме на один градус, вы уменьшите свои расходы на отопление на 5 %.
- Тепло лучше распространяется в помещении, если батарея не загорожена мебелью.

2. Горячая вода

- Ежедневный десятиминутный душ обходится вам примерно в 2000 крон в год.
- При помощи водосберегающей насадки на душе и водопроводных кранах можно снизить потребление воды в два раза.
- Установите температуру водосмесителя на 60°C.

3. Бытовая техника в режиме ожидания

- Бытовая техника в режиме ожидания (stand-by) расходует электроэнергию без всякой пользы. Это касается телевизоров и всех устройств с дистанционным пультом, компьютеров и зарядных устройств. Это бесполезное потребление электроэнергии ведет к излишним расходам. Выключайте их!
- Пользуйтесь удлинителем с выключателем, который можно выключить, когда включенная в него техника не используется.

4. Приготовление еды

- Электрический чайник – самый экономный способ кипячения воды.
- Накрыв кастрюлю крышкой, вы сэкономите около 30% энергии по сравнению с варкой без крышки.
- Размораживайте еду не в микроволновой печи, а в холодильнике.

5. Хранение пищевых продуктов

- Холодильники и морозильники – настоящие пожиратели энергии, поскольку они работают постоянно. При покупке новой техники, выбирайте энергосберегающую модель, помеченную A+ или A++.
- Установив правильную температуру в морозильнике (-18°C) и в холодильнике (примерно +5°C) и вытирая пыль с задней стенки, вы добьетесь снижения энергопотребления.

6. Освещение

- Использование для освещения энергосберегающих ламп и светодиодов (LED) – это простой способ снижения расходов на электроэнергию. Каждая лампа накаливания, замененная на современную альтернативу, экономит вам несколько сотен крон.
- Выбирайте конструкцию светильников и лампы, обеспечивающие хорошее освещение.
- Избегайте ламп накаливания и галогеновых ламп, транжирящих электроэнергию, особенно в тех осветительных приборах, которые остаются долго включенными.

7. Мытье посуды и стирка

- При пользовании посудомоечной или стиральной машиной, можно сэкономить электроэнергию, установив более низкую температуру и наполняя машину бельем или посудой полностью.
- Если при стирке пользоваться центрифугой на повышенных оборотах, то время сушки сократится, и электроэнергии уйдет меньше.

8. Счета за электричество

- Производство энергии связано с множеством экологических проблем. Выбирая электроэнергию, произведенную из возобновляемых источников энергии, таких как ветровая или гидроэнергия (например, электроэнергия с экомаркировкой «Bra Miljöval»), вы сможете внести вклад в защиту экологии. Пересмотрите свой договор на пользование электроэнергией и сознательно выберите поставщика электроэнергии. Тогда вы сможете снизить свои расходы на электричество и уменьшить экологическую нагрузку.

9. Энергия нового типа?

- Если вы проживаете в частном доме, обогреваемом при помощи электрического или дизельного котла, то подумайте, не поменять ли вам систему отопления. Подключение к центральному отоплению, установка системы отопления пеллетами (топливными гранулами) или теплового насоса зачастую более выгодны и значительно благоприятнее для окружающей среды. В качестве дополнительного источника тепла можно использовать солнечную энергию.

10. Транспорт

- Если вы пользуетесь автомашиной – выберите экоавтомобиль и ведите машину плавно, с установленным производителем давлением шин. Благодаря этому можно уменьшить расход топлива на 20%.
- Предпочтительнее выбирать поезд, а не самолет, поскольку энергоэффективность поезда выше более чем в пятьдесят раз. Чаще используйте велосипед!

По телефону 08-29 11 29 предоставляются консультации на шведском и английском языках. Часы работы: с 9.00 до 17.00, кроме выходных.

На сайте www.energiradgivningen.se имеется информация на шведском языке. Консультирование по энергопотреблению – это услуга, предоставляемая вашим муниципалитетом. Объективные и бесплатные советы консультантов помогут вам снизить расходы на электричество и уменьшить вредное воздействие на климат.

