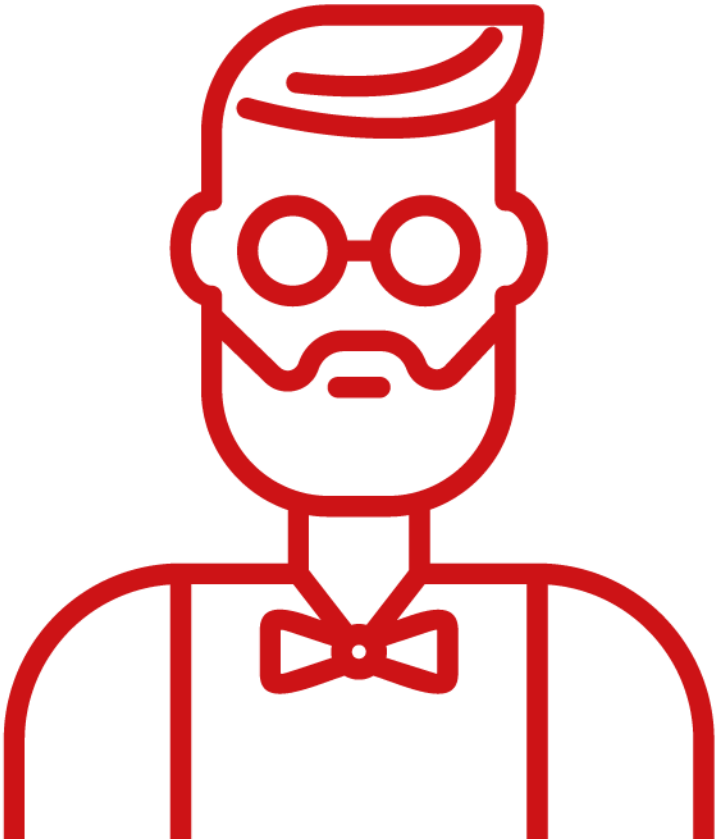
polski alarm smogowy

Ogrzewanie naszych domów jest coraz droższe. Zobacz co możesz zrobić jeszcze tej zimy, żeby płacić mniej.
Oto 15 prostych kroków do zmniejszenia rachunków za ogrzewanie domu.

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?



TEMPERATURA

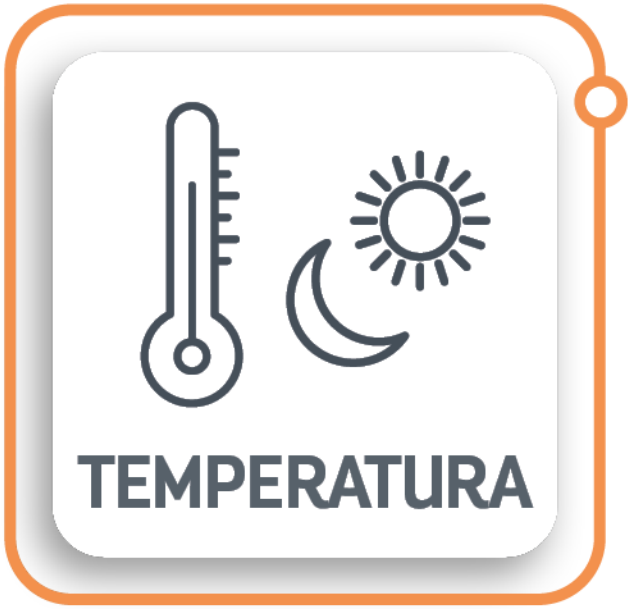
Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

1 Obniżenie temperatury w pomieszczeniach

Oszczędność energii **nawet 8–10%**

Obniż temperaturę w domu. Każdy stopień mniej to oszczędność 8% energii. Optymalna temperatura:

- w pokoju to 19–20°C
- w łazience to 22–24°C

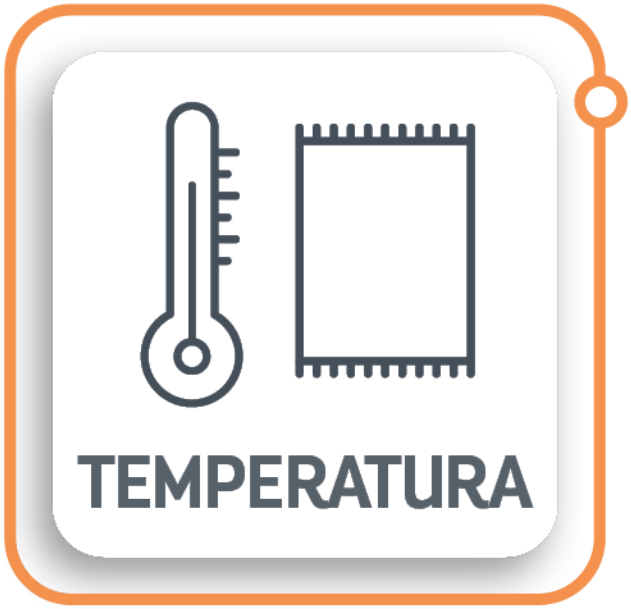


2 Obniżenie temperatury kiedy nie ma nas w domu oraz w nocy

Oszczędność energii **nawet 16%**

Kiedy wyjeżdżamy ustawmy w pomieszczeniach 16–17°C. Pamiętajmy, aby nie obniżać temperatury poniżej 16°C. Sen w niższej temperaturze jest zdrowszy (nie dotyczy dzieci i osób starszych). Optymalna temperatura w sypialni to 17–18°C.

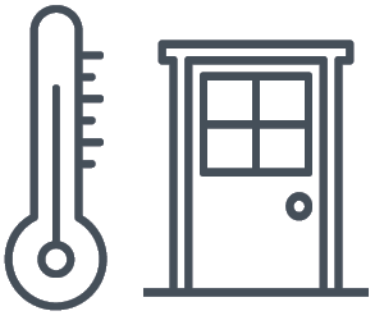
Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?



Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

3 Izolacja podłóg

Problem zimnej podłogi można szybko rozwiązać np. przez zastosowanie dywanu lub wykładziny. Taki zabieg poprawi nie tylko nasz komfort, to również dodatkowa izolacja termiczna pomieszczenia.

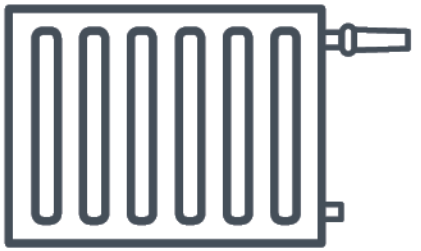


TEMPERATURA

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

4 Likwidacja nieszczelności

Zlokalizowanie nieszczelności, przez które ucieka ciepło (np. badaniem termowizyjnym) i ich likwidacja, ograniczy koszty ogrzewania. Największe straty ciepła są zazwyczaj w obrębie: parapetu okna, drzwi zewnętrznych oraz bramy garażowej – wystarczy uszczelnić lub docieplić takie miejsca, aby zmniejszyć wydatki na ogrzewanie.



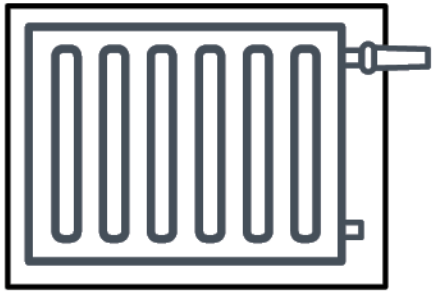
GRZEJNIKI

5 Montaż termostatów na grzejnikach

Oszczędność energii **nawet 18%**

Zawory termostatyczne w łatwy sposób regulują temperaturę w pomieszczeniach. W słoneczny dzień automatycznie ograniczają ogrzewanie, utrzymując zadaną temperaturę w pokoju. Koszt jednego zaworu to od 30 do 120 zł.

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?



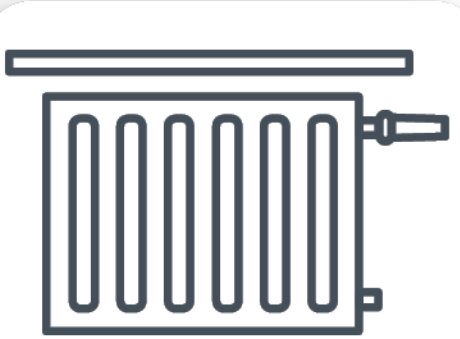
GRZEJNIKI

6 Montaż ekranów za grzejnikiem, odsłonięcie grzejników

Oszczędność energii **nawet 6%**

Żeby ciepło z grzejników nie wnikało w ścianę, warto za nimi zamontować specjalny ekran (zazwyczaj ze styropianu i folii aluminiowej). Taki ekran jest dostępny już od 20 zł za m². Grzejniki nie powinny być zastawione meblami – minimalna odległość wynosi kilkanaście centymetrów.

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

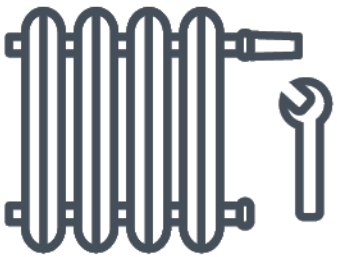


GRZEJNIKI

7 Parapet lub półka nad kaloryferem

Parapet lub półka nad kaloryferem zmienia kierunek przepływu ciepłego powietrza, które bez niego unosiłoby się prosto do góry. Ciepło „odbije się” od nich i powędruje w głąb pokoju, lepiej go ogrzewając.

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?



GRZEJNIKI

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

8 Płukanie instalacji grzewczej i odpowietrzenie grzejników

Oszczędność energii **nawet 10%**

W instalacjach starego typu z czasem odkłada się szlam i osad, który zmniejsza wydajność – w skrajnych przypadkach nawet o 30%. Dlatego raz na kilka lat należy zamówić hydrauliczne płukanie instalacji. Przed każdym sezonem grzewczym, niezależnie od wieku instalacji, trzeba odpowietrzyć grzejniki.

OKNA

9 Regulacja okien

Oszczędność energii **nawet 5%**

Przed zimą warto zwiększyć siłę docisku skrzydła okna do ramy. Do regulacji służy pokrętło znajdujące się na skrzydle okna.

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

OKNA

10 Używanie zasłon, rolet zewnętrznych

Oszczędność energii **nawet 1%**

W dzień – odsłaniamy zasłony, dzięki temu ciepło promieni słonecznych częściowo ogrzeje nasze pomieszczenia.
W nocy – zasłaniamy okna, aby ograniczyć wychładzanie.

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

OKNA

11 Krótkie, ale intensywne wietrzenie

Wietrzenie pomieszczeń – zakręcamy grzejniki i na krótko otwieramy szeroko okna. Dopiero po zamknięciu okien na nowo odkręcamy grzejniki. Unikamy wietrzenia poprzez lekkie uchylenie okna przy włączonym grzejniku – w ten sposób marnujemy ciepło.

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

12 Prysznic zamiast wanny

Oszczędność energii **nawet 30%**

Zamień kąpiele w wannie na prysznic – zaoszczędzisz 50 litrów wody na jednej kąpieli i zużyjesz mniej energii

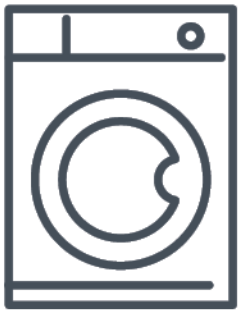
Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

13 Temperatura wody użytkowej

Oszczędność energii **nawet 5%**

Jeśli grzejesz wodę w instalacji domowej możesz na kotle zmniejszyć temperaturę wody użytkowej o 5 stopni.

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?



WODA

14 Pralka i zmywarka

Uruchamiaj te sprzęty z pełnym wkładem na programach EKO – mimo wydłużonego czasu pracy zaoszczędzisz wodę i energię oraz środki czystości, które działają równie dobrze w niższych temperaturach.

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

15 Perlator

Perlator to niewielkie urządzenie montowane albo na kranie albo na wylewce baterii, które napowietrza wodę, przez co zużywamy jej nawet o 50% mniej. Dodatkowym plusem perlatora jest zapobieganie rozchlapywaniu strumienia na boki. Prosty perlator na kran można kupić już za 20 zł.

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?

PRĄD

16 Oszczędzanie energii elektrycznej

- wyłączaj światła w nieużywanych pomieszczeniach
- stosuj światła punktowe
- wymień tradycyjne żarówki na energooszczędne
- gotuj wodę w ilości niezbędnej (nie na zapas)
- zastosuj czasowe wyłączniki urządzeń

Jak zaoszczędzić na ogrzewaniu domu tej zimy?