

Figyeljünk a fűtésünkre!

Egy átlagos magyar háztartás energiafogyasztásának 75%-a megy el a fűtésre.¹ Nemi tudatossággal azonban hatékonyabbá tehető a fűtési energia felhasználása. Klímabarát fűtési ötletek következnek.

Beruházás nélkül²

- Ha lehet, az egyes helyiségekben helyi termosztáttal legyen állítható a hőmérséklet. Ha ez nem megoldható, tegyünk hőmérőt a szobákba, és rendszeresen ellenőrizzük, szabályozzuk a hőmérsékletet. Ha csak egy fokkal csökkentjük a lakás átlaghőmérsékletét, már akár 10%-kal is csökkenhet energiafogyasztásunk és a fűtés számlánk!
- A legideálisabb a 18°C és 21°C közötti hőfok. Ha a 21°C-et kevésnek találjuk, öltözzünk melegebben.
- A hálószoba hőmérsékletét tartsuk 1-3 fokkal alacsonyabban, mint a lakás többi, gyakran használt helyiségét (16-18 fok is elegendő az alváshoz! Szervezetünknek jót tesz a viszonylag hűvös környezet, használjunk gyapjútakarót, igyunk egy meleg teát lefekvés előtt).
- Ha van hőszugárzónk, inkább azzal fűtsük ideiglenesen a ritkán használt helyiségeket (ilyen lehet pl. a fürdőszoba).
- Biztosítsuk a megfelelő páratartalmat, így az alacsonyabb hőmérsékletet is melegebbnek érezzük.
- Ne feledjük a szobanövények pozitív hatásait: párologtatnak, és számos káros anyagot is megkötnék. (Figyeljünk oda viszont, hogy a hálószobába ne tegyünk túl sok növényt.)
- Szellőztetéskor ne hagyjuk félóra nyitva az ablakot, inkább többször, de rövid ideig szellőztessünk! Így a bútorok sem hűlnek ki.
- Fűtésre a legdrágább energia a fosszilis energiaforrásból előállított villamos energia. Ha árammal fűtünk, az majdnem háromszor annyi energiát emészt fel, mintha közvetlenül gázzal fűtenénk, az átalakítási és szállítási veszteségek miatt.



Kép forrása:
<http://planetgreen.discovery.com>

Az egyes házak és lakások különböző idő alatt hűlnek ki és fűthetőek fel, attól függően, hogy hány éves az ingatlan és milyen a szigetelése. Egy újonnan épült, A-energiaosztályú lakás esetében a felfűtés nagyjából 15 perc. Nézzük meg, nálunk mi a helyzet, és ha van hőfokszabályzónk, ennek megfelelően állítsuk az időzítőt – így finom melegegre ébredünk és érkezünk haza, anélkül, hogy pazarolnánk az energiát.

Szigetelés

Szigetelésből sosem elég, minél több, annál jobb! A meleg nagyjából fele a falakon, ablakokon, padlón, és a tetőn át távozik, azaz, ha ezeken a pontokon nincs megfelelő szigetelés, jóval többet fog kerülni a tél... Keressünk meg minden rest és hézagot (ha biztosra akarunk menni, csináltassunk otthonunkról hőterképet) és találjuk ki, hogyan szigeteljük a kérdéses területeket.

Használjunk redőnyt és függönyöket

Jelentősen javíthatjuk szobáink szigetelését már azzal is, ha kívülre redőnyöket szereltetünk fel és vastag függönyöket lógatunk az ablak elé télen! Napközben, ha hétágra süt a nap, hagyjuk az ablakokat szabadon és engedjük be a nap melegét. Éjszaka húzzuk be a függönyöket és engedjük le a redőnyöket – jóval több meleg marad a szobákban így, mint gondolnánk.



Képforrása:
<http://planetgreen.discovery.com>

Vackolódjunk be a konyhába

Régi teleken a konyha volt a "hőközpont": ez volt az egyetlen meleg helyiség, ahol főzni, enni és szomszédot vendégelni lehetett, itt játszottak a gyerekek, itt törték a diót a felnőttek és a jó melegben itt is mosdott az egész család – energiatakarékos volt, nem vitás, hogy egy helyiségre korlátozódott a családok élete.

Nyilván senki nem fog hirtelen felindulásból beköltözni télire az ágyával a konyhába, de azon érdemes elgondolkodni, hogy egy-két szobával kevesebbet használjunk a hideg hónapokban, ha pl. családi házban lakunk. Ugyanakkor az is tény, hogy a téli búskomorságot kiválóan gyógyítja egy csésze jó forró leves, egy adag héjában sült krumpli vagy egy tálca illatozó sütemény – és ha már amúgy is begyűjtjük a sütot, miért ne olvassgathatnánk az újságot vagy az emaileket is a jó meleg konyhában? A meleg duplán hasznosul, és közben lejjebb vehetjük a nappaliban a fűtést.



Kép forrása: www.dreamstime.com

Források:

[EnergiaKözösségek program](#) - Top tips to keep in mind

<http://inhabitat.com/10-easy-tips-to-cut-your-home-energy-bill-this-winter/>

¹Király, Zs., Tóth, Zs. (szerk.) (2010) Lakcímke - Avagy hogyan nyerhet otthonunk az energiatanúsítvánnyal? Energiaklub. Letölthető: <http://www.lakcimke.hu>

² Antal, O., Vadovics, E. (2011) Klímabarát háztartások – Útmutató családoknak

Hasznos információk, kapcsolat, támogatók

Szerkeszti: Antal Orsolya és Vadovics Edina
Közreműködött: Boza-Kiss Benigna, Gáll Veronika, Tóth Kornélia
és Vadovics Kristóf
Design: Iconica Bt.

Információk az EnergiaKözösségek programról:
GreenDependent Intézet
2100 Gödöllő, Éva u. 4.
Tel.: 06-28-412-855
E-mail: info@greendependent.org
Honlap: www.energiakozossegek.eu
www.greendependent.org



Az EnergiaKözösségek program fővédnöke **dr. Fülöp Sándor** a jövő nemzedékek országgyűlési biztosa.

Védnök **Dr. Gémesi György**, Gödöllő polgármestere, a Magyar Önkormányzatok Szövetségének elnöke.



Programunkat a **Klimabarát Települések Szövetségének**, valamint az **Energia-Hatékony Önkormányzatok Szövetségének** ajánlásával valósítjuk meg.



Az EnergiaKözösségek program támogatója:



INTELLIGENS ENERGIA
EURÓPA



Ezen információs hírlevél tartalmáért a kizárólagos felelősség a szerzőket terheli, nem feltétlenül tükrözi az Európai Unió véleményét. Sem az EACI, sem az Európai Bizottság nem felelős az abban foglalt információk bármilyen jellegű felhasználásáért.