

Urząd Miejski w Łomiankach

<https://lomianki.pl/pl/miasto-mozliwosci/eko-lomianki/ekoporadnik/12743,Ekologia-na-co-dzien-cz1.html>
25.04.2024, 16:31

Ekologia na co dzień cz.1

W październiku 2020 r. Ministerstwo Środowiska przeprowadziło badania, z których wynika, że zachowania konsumenckie i świadomość ekologiczna Polaków uległy zmianie. Ponad 95 proc. z nas deklaruje, że oszczędza energię w domu.

Według ankiety najczęściej stosowane sposoby oszczędzania energii to: gaszenie światła w nieużywanych pomieszczeniach, kupowanie energooszczędnych żarówek czy urządzeń gospodarstwa domowego. Przypominamy zatem, co jeszcze każdy z nas może zrobić, by żyć bardziej ekologicznie.

Telefon

- Odłącz telefon od ładowarki, gdy bateria jest naładowana w 100 proc.
- Wyłącz zbędne aplikacje – wydłuży to okres działania telefonu bez ponownego ładowania baterii.
- Nieużywany telefon oddaj do recyklingu (pamiętaj, aby wcześniej usunąć z niego wszystkie dane).

Komputer

- Wyłącz komputer, jeśli nie korzystasz z niego przez dłuższy czas.
- Włącz funkcję oszczędzania energii.
- Po naładowaniu baterii laptopa wyjmij ładowarkę z kontaktu.

Drukarka

- Drukuj dwustronnie i używaj ekologicznej czcionki – zaoszczędzisz tusz, papier i energię.
- W drukarkach laserowych włącz tryb energooszczędny.
- Wyłącz drukarkę, jeśli z niej nie korzystasz – w stanie czuwania może zużyć nawet do kilkunastu watów energii.

Klimatyzacja

- Nie otwieraj okien, gdy działa klimatyzacja.
- Ustaw temperaturę o 5–7 st. C niższą niż na zewnątrz.
- Regularnie wymieniaj filtry – zanieczyszczona klimatyzacja zużywa o wiele więcej energii.

Telewizor i sprzęt audio

- Przed zakupem telewizora sprawdź wskaźniki energooszczędności – różnice w poborze energii poszczególnych modeli mogą być bardzo duże.
- Jeżeli nie oglądasz telewizji, wyłącz urządzenie.
- Zwróć uwagę na urządzenia w trybie stand-by, które pozornie wyłączone wciąż pobierają prąd.

Oświetlenie

- Gaś światło w pomieszczeniach, z których nie korzystasz.
- Żarówki tradycyjne zastąp świetłówkami energooszczędnymi lub żarówkami LED.

- Używaj oświetlenia zewnętrznego z czujnikiem ruchu.

Toaleta

- Regularnie sprawdzaj szczelność kranów, zaworów i spłuczek.
- Zainstaluj spłuczkę z dwustopniowym trybem spuszczenia wody.
- Na krany zamontuj specjalne nakładki, które oszczędzają wodę.

Lodówka

- Na energooszczędność lodówki wpływają dodatkowe funkcje, np. tryb wakacje czy no frost.
- Nie wkładaj do lodówki potraw i produktów, których temperatura jest wyższa niż pokojowa, bo wówczas lodówka zużywa więcej energii.
- Myj i rozmrażaj lodówkę oraz zamrażarkę regularnie, aby nie dopuścić do powstania szronu lub lodu, ponieważ wpływa to na jakość chłodzenia.

Pralka

- Korzystaj z programów ekonomicznych.
- Pranie wstępne oraz pranie w wysokiej temperaturze wykorzystuj tylko do mocno zabrudzonych rzeczy.
- Regularnie czyść filtry pralki.

Zmywarka

- Staraj się zbierać naczynia, aby zapełnić 100 proc. pojemności zmywarki.
- Wybieraj programy z krótszym czasem zmywania, bo wtedy oszczędzasz wodę i energię.
- Jeżeli możesz, planuj zmywanie w godzinach tańszej taryfy energii elektrycznej.

Samochód

- Pozbądź się zbędnych rzeczy z samochodu, zwłaszcza z bagażnika – dodatkowe obciążenie powoduje wzrost zużycia paliwa.
- Nie myj samochodu na własnej posesji, myjnie są bardziej ekologiczne.
- Dbaj, aby samochód był jak najbardziej aerodynamiczny – dodatki, jak relingi czy bagażnik na dachu, zwiększają opór powietrza i w efekcie zużycie paliwa.

Źródło: BIUM 9/2021