

Ušteda energije u svakodnevnom životu





„Zašto nosiš džemper?“

„Kako bismo smanjili
troškove grijanja za
20 posto.“



Snižavanjem sobne temperature već za jedan stupanj smanjujete troškove grijanja za šest posto.

Pravilno zagrijavanje

Dvije trećine ukupno upotrijebljene energije u kućanstvu primjenjuje se za grijanje. Tko učinkovito grije, štedi energiju i novac: i to toliko novca da se svake šeste godine može besplatno grijati.

1. savjet: podesite ispravnu temperaturu

Nije u svim prostorijama potrebna jednaka temperatura: ugodna temperatura iznosi 20 stupnjeva u dnevnoj sobi (3. položaj termostatskog ventila) i 17 stupnjeva u spavaćoj sobi (2. položaj).

2. savjet: potpuno iskoristite toplinu

Topli zrak mora neometano cirkulirati prostorijama. Stoga ne smijete zagraditi grijaća tijela namještajem i zastorima. Kako bi se prostorije minimalno rashladile, preporučuje se noću zatvarati rolete i sjenila za prozore. Ako se ne želite odreći otvorenih prozora u spavaćoj sobi tijekom noći, najbolje je da ugastite grijanje.

3. savjet: smanjite temperaturu za slučaj odsutnosti

Nemojte zagrijavati prostorije kojima se ne koristite, već postavite termostatski ventil u položaj * (zvjezdica). Ako zimi odlazite na godišnji odmor ili ne provodite vikend kod kuće, također biste trebali smanjiti temperaturu u svim prostorijama. Integrirani regulatori grijanja mogu vam pomoći pri regulaciji temperature u pojedinačnim prostorijama. Njima možete praktično upravljati i putem pametnog telefona i aplikacije. Uz pomoć ovih inteligentnih sustava potrošnja energije za grijanje može se smanjiti za 30 do 60 posto.



Provedite ispitivanje

U Švicarskoj je svake godine moguće uštedjeti stotine milijuna franaka namijenjenih za troškove grijanja. Zahvaljujući ispitivanju troškova grijanja, u nekoliko minuta možete procijeniti svoje troškove grijanja i saznati jesu li ti troškovi niski, srednji ili visoki u usporedbi s troškovima osoba koje žive u sličnim stanovima. Kao vlasnik etaže ili najmoprinac značajno pridonosite smanjenju potrošnje energije te time i sami profitirate od nižih troškova.



„Ovdje je zagušljivo.“

„Onda probaj zračiti
tri minute.“



Ugodna temperatura
čak i ljeti? Dovoljan je jedan
ventilator.

Pravilno hlađenje

Previše vruće! Previše hladno! Previše vlažno! Optimalna sobna temperatura značajno ovisi o vlastitom osjećaju. Uz nekoliko jednostavnih savjeta možete na smislen i ekološki prihvatljiv način prozračiti i rashladiti prostor.

1. savjet: intenzivno zračite prostor zimi

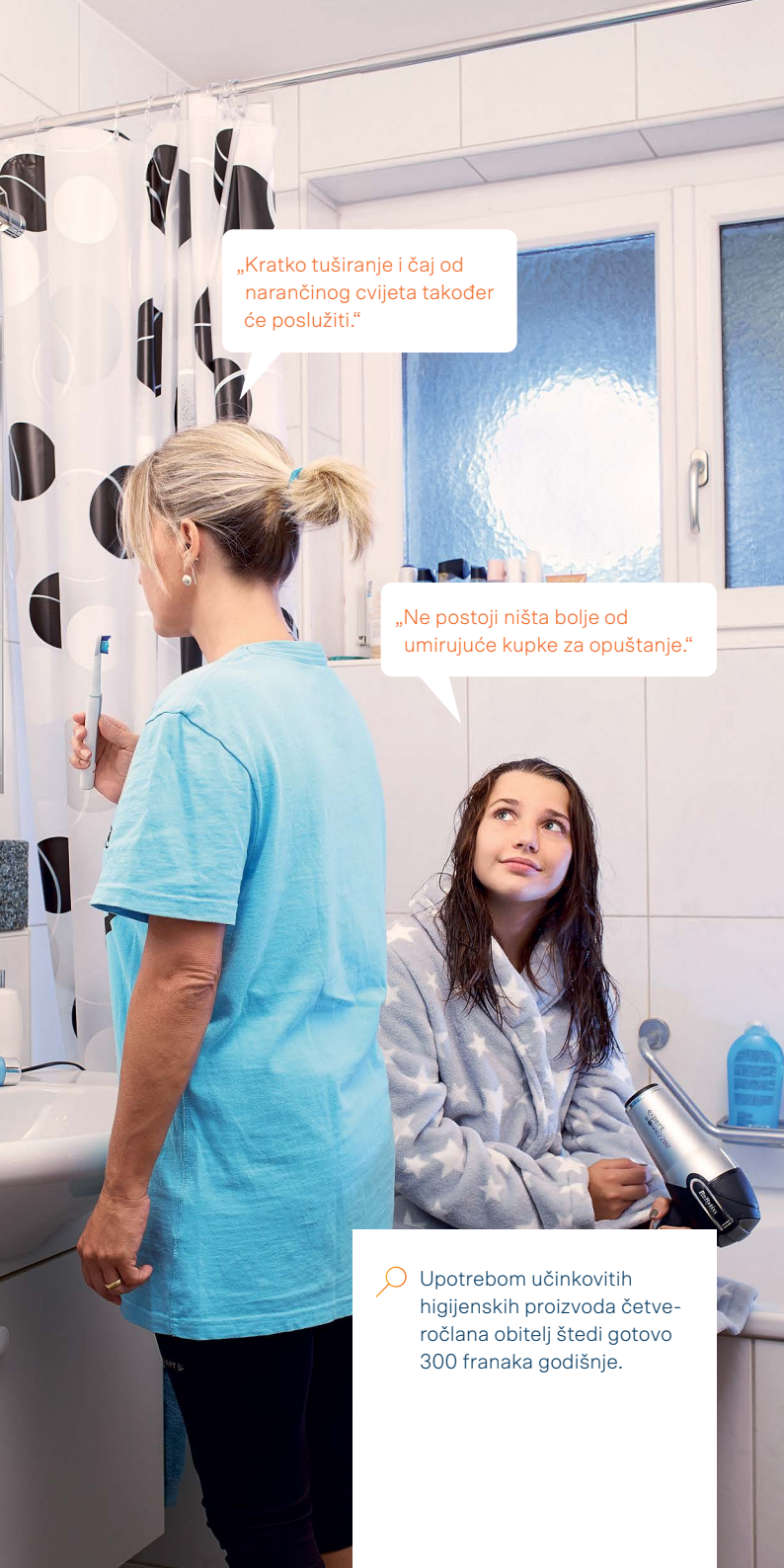
Uvijek kada zračite, činite to intenzivno i u kratkom razdoblju. To znači triput dnevno tijekom pet do deset minuta. Istovremeno otvorite što je moguće više prozora. Ne ostavljajte prozore stalno otklopljene jer se na taj način gubi mnogo topline iz prostorija, a istovremeno ne ulazi dovoljno svježeg zraka. Što je vanjska temperatura niža, to je kraće vrijeme prozračivanja potrebno.

2. savjet: uvijek ispravno hladite prostor ljeti

Jednostavne mjere pomažu pri postizanju ugodne temperature u stanu tijekom ljeta: dobro prozračite prostorije noću i ujutro, a tijekom dana ih zaštitite od sunca roletama ili tendama. U stambenim zgradama načelno nije potrebna dodatna klimatizacija, npr. klima uređajima.

3. savjet: ispravno podesite ventilaciju u zgradama s oznakom Minergie

U većini slučajeva dovoljno je podesiti ventilaciju na najniži stupanj. U slučaju dulje odsutnosti, na primjer radi odlaska na godišnji odmor, najbolje je isključiti ventilaciju. U zgradama s oznakom Minergie možete otvoriti prozore u svako vrijeme. Međutim, to nije potrebno za dobru kvalitetu zraka u prostorijama.



„Kratko tuširanje i čaj od narančinog cvijeta također će poslužiti.“

„Ne postoji ništa bolje od umirujuće kupke za opuštanje.“



Upotrebom učinkovitih higijenskih proizvoda četveročlana obitelj štedi gotovo 300 franaka godišnje.

Manje je više

U Švicarskoj jedna osoba u prosjeku potroši oko 50 litara tople vode dnevno. Tu potrebu obično pokrivaju uobičajeni izvori energije, kao što su plin, nafta ili struja, a ona odgovara potrošnji energije u kućanstvu od gotovo 15 posto. Primjenom jednostavnih savjeta možete uštedjeti mnogo vode, a time i mnogo energije.

1. savjet: tuširanje umjesto kupanja

Kratkim tuširanjem štedi se značajno više nego kupanjem: za kadu punu tople vode potrebno je pet kilovatsati energije. Ta količina energije dovoljna je za putovanje električnim biciklom od Basela do Pariza.

2. savjet: upotrebljavajte pametnu glavu tuša

Upotrebom energetski učinkovitih glava tuša (najmanje razreda učinkovitosti B) moguće je uštedjeti do 50 posto vode u odnosu na glave tuša drugih razreda – a sve to uz jednaku razinu praktičnosti. Ako stanujete u višeobiteljskoj zgradi, osobito vam se isplati obavijestiti upravitelja o zamjeni starih armatura novim, energetski učinkovitijim modelima.


3. savjet: upotrebljavajte ekološke / štedne armature

U kuhinji i kupaonici upotrebljavajte armature, glave tuša i ostalu opremu klase učinkovitosti A te na taj način uštedite 50 posto vode. Moderni regulatori protoka mogu se jednostavno zavrnuti u armature umjesto starih regulatora mlaza, a mlaz vode i dalje će biti prigodne jačine.



„Još 13 minuta do savršene al dente tjestenine.“

„Ili 11 minuta ako na lonac staviš poklopac.“

 Mnogi uređaji, pa čak i napajanja, troše struju i kada su samo priključeni i ne upotrebljavaju se.

Ušteda pritiskom na prekidač

Više od 30 posto struje troši se u kućanstvu. Pritom se mnogo energije gubi radom u načinu pripravnosti. Procjenjuje se da se u švicarskim kućanstvima uzaludno potroši dvije milijarde kilovatsati odnosno deset posto struje.

1. savjet: potpuno isključite uređaje

Većina uređaja aktivno se upotrebljava samo jedan do dva sata u danu. Pritom često troše manje struje nego tijekom preostalog vremena u načinu pripravnosti. Modemi, usmjerivači, pisači, računala i gotovo svi drugi uređaji mogu se potpuno isključiti iz struje pomoću višestruke utičnice.

2. savjet: prebacite se na LED svjetla

Bilo u vaša četiri zida ili u vanjskom prostoru: ako želite učinkovitu rasvjetu, svi putovi vode do LED svjetala. LED tehnologija postavlja nove standarde u područjima energetske učinkovitosti, kvalitete i vijeka trajanja. Osim toga, LED svjetla čuvaju okoliš i vaš novčanik. Za svaku primjenu rasvjete u kućanstvu, uz nešto malo iznimaka, postoji LED rješenje.



Putem portala Energybox 2.0 možete saznati koliko energije vaši elektronički uređaji troše u načinu pripravnosti. Može vam pomoći i ručno ispitivanje: Ako je elektronički uređaj u načinu pripravnosti topao, to znači da bespotrebno troši struju.

3. savjet: pažnja: gutači struje

U kućanstvu se kriju i gutači struje: ventilatorske grijalice, akvariji, ovlaživači zraka, klima uređaji ili odvlaživači zraka ubrajaju se u velike potrošače u kućanstvu. Uz pomoć inteligentne utičnice nećete samo ući u trag ovim gutačima struje, već ćete moći programirati njihova vremena rada.



„Kako ćemo oprati moju majicu za nogomet?“

„Tako da 60 prepolovimo na 30 i usput uštedimo još jednu polovicu.“



Rublje se može oprati i na 30 stupnjeva, a takvim pranjem troši se manje od polovice energije.

Znanje i iskustvo

Najmoprimci u pravilu ne mogu zamijeniti hladnjak i perilicu rublja novim štednim uređajima. Međutim, i stariji uređaji mogu raditi učinkovito – na pravi način. Pametnom upotrebom možete dodatno uštedjeti, čak i ako posjedujete najmodernije uređaje.


1. savjet: pametno kuhajte i perite

Još su naši djedovi i bake znali kako brojnim jednostavnim mjerama uštedjeti mnogo struje. U nastavku slijede odabrani stari i novi savjeti:

- Kuhalo za vodu troši 50 posto manje struje za prokuhavanje vode.
- Uvijek potpuno napunite perilicu posuđa.
- Pri kuhanju koristite poklopce jer se na taj način troši 30 posto manje energije.
- Ne stavljajte tople lonce u hladnjak.
- Sušite rublje na suncu umjesto u sušilici, jer se na taj način uopće ne troši struja.
- Keksi i kruh ispast će vam dobro i bez prethodnog zagrijavanja pećnice. Na taj način štedite oko 20 posto energije.

2. savjet: odaberite ekološku struju

Svi mi možemo kod svojeg dobavljača električne energije odabrati koju struju želimo rabiti. Stoga odaberite ekološku struju s oznakom „naturemade star“. Pečat kvalitete „naturmade star“ označava energiju proizvedenu na osobito ekološki prihvatljiv način.



„Vidimo se, žurim na trening.“

„Idi električnim biciklom. Tako se nećeš morati zagrijavati.“



Isključite motor i klima uređaj kad god je to moguće.

Pametno putovanje

Švicarci svakoga dana prijeđu gotovo 37 kilometara na svom putovanju u unutrašnjost. Energija utrošena na mobilnost čini više od 37 posto ukupne potrošnje energije u Švicarskoj. Uštedu energije za mobilnost uopće nije teško ostvariti, a donosi mnogo prednosti.

1. savjet: odaberite i kombinirajte odgovarajuća prometna sredstva.

Nije svako prometno sredstvo prikladno za svaku svrhu. Za kratke udaljenosti često je najprikladniji bicikl. Također možete kombinirati više prometnih sredstava: na primjer, biciklom se možete odvesti do željezničkog kolodvora, vlakom do odredišta, a zadnji komad puta možete prijeći javnim biciklom za iznajmljivanje. Ipak vam je s vremena na vrijeme potreban automobil? Možda da isprobate uslugu dijeljenja automobila?



2. savjet: novi automobil i nove gume kategorije A

Za kupnju novog automobila ili novih guma postoji važno pomoćno sredstvo: energetska naljepnica. Ako kupujete automobil, informirajte se o potrošnji, emisijama CO₂ i učinkovitosti vozila. Na naljepnici na gumama pronaći ćete informacije o otporu kotrljanja, prljanju na mokrom i buci kotrljanja. Što je manji otpor kotrljanja, to je veća potrošnja goriva, kao i emisije CO₂. U tablici potrošnje

ureda EnergieSchweiz i udruge TCS možete pronaći energetske učinkovite automobile s niskom stopom emisija.



3. savjet: vozite prema pravilima za eko-vožnju

Uštedjeti do 15 posto goriva bez usporavanja? To je moguće zahvaljujući pravilima za eko-vožnju. Vozite proaktivno, ravnomjerno i uvijek u najvišem mogućem stupnju prijenosa. Uklonite nepotrebni teret te nosače za skije i prtljagu. Redovito provjeravajte tlak u gumama i povišite ga za 0,5 bara

prema uputama proizvođača. Sve savjete pronaći ćete na stranici organizacije EcoDrive.

Ovisi o ovome

Oni su sveprisutni: uređaji, strojevi i tehnička pomoćna sredstva. U jednom švicarskom kućanstvu radi do 100 uređaja i svi oni troše struju. Već samom kupnjom možete pripremiti teren za uštedu jer ovisno o modelu i marki koje odaberete postoje značajne razlike u potrošnji energije.

1. savjet: uzmite u obzir energetska naljepnica.

Gotovo svi suvremeni uređaji označeni su energetska naljepnicom. Zahvaljujući ljestvici koja počinje zelenom i završava crvenom bojom odmah znate koji su aparati za kavu, televizori, žarulje ili perilice posuđa zaista štedni. Trenutačno važeće razrede učinkovitosti uređaja možete pronaći na: www.energieschweiz.ch/haushalt

2. savjet: štedni uredski elektronički uređaji

Ono što je energetska naljepnica za kućanske uređaje to je oznaka „Energy Star“ za uređaje u području informacijsko-komunikacijske tehnologije (IKT) kao što su računala, pisači, kopirni uređaji i skeneri. Njome se označavaju uredski uređaji koji štede struju. Stoga pri kupnji potražite oznaku kvalitete „Energy Star“. Ona vam pomaže da prepoznate i odaberete energetska učinkovite uređaje prilikom kupnje.

3. savjet: popravak se često isplati

Aparat za kavu štrajka: različiti čimbenici određuju isplati li se popravak ili kupnja novog aparata. Kao zlatno pravilo vrijedi: neispravni uređaji stariji od dvanaest godina u pravilu troše više struje i trebaju se zamijeniti novima i odložiti u otpad. Za novije uređaje većinom se isplati popravak.

Ovo se isplati

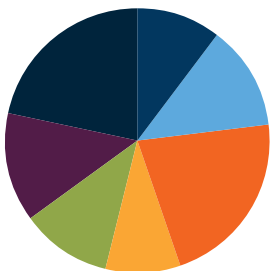
Energija utrošena u kućanstvima čini više od četvrtine ukupne potrošnje energije u Švicarskoj. U to nije ni uračunat cjelokupni promet. Ove brojke jasno ukazuju na sljedeće: čak i u privatnom kućanstvu može se uštedjeti mnogo energije.

U kojem području uštedjeti?

Količinski možete najviše uštedjeti u području u kojem najviše trošite. To je vrlo individualno i snažno ovisi o životnim okolnostima i navikama. Najmoprimac koji živi u velikom gradskom stanu u starogradnji ima sasvim drugačiju potrošnju od vlasnice kuće s oznakom Minergie u ruralnom području. Potonja može još nešto i uštedjeti na grijanju, no kod nje je važniji čimbenik potrošnja struje. Za razliku od nje, najmoprimac koji stanuje u gradu može mnogo utjecati na potrošnju energije za grijanje i potrošnju struje. Ako ne rabi automobil, već je vrlo učinkovit u području mobilnosti.

Za što upotrebljavamo struju u kućanstvu?

Švicarci troše 19,1 milijardi kilovatsati struje, što je više od količine koju zajedno proizvedu elektrane Gösgen i Leibstadt. Slika pokazuje u kojem se području koliko troši. Dakle, možete uštedjeti u gotovo svim područjima.



- 6,8 % klimatizacija, ventilacija i smještajna tehnologija
- 8,3 % zabava, informacije i komunikacije
- 14 % kuhanje i pranje posuđa
- 5,9 % rasvjeta
- 7,3 % pranje i sušenje
- 8,7 % hlađenje i zamrzavanje
- 13,9 % ostali elektronički uređaji

Slika: Savezni ured za energiju, analiza potrošnje energije u Švicarskoj prema namjenama 2019. godine, bez podataka o zagrijavanju prostora i toploj vodi

Više o ovoj temi

EnergieSchweiz središnja je platforma Saveza za senzibilizaciju, informacije, savjetovanje, obrazovanje i usavršavanje te osiguravanje kvalitete namijenjena za područja energetske učinkovitosti i obnovljivih izvora energije.

Kao program Saveznog ureda za energiju, EnergieSchweiz podržava dobrovoljne mjere za provedbu energetske politike Švicarske te tako podupire energetske strategije 2050. EnergieSchweiz u skladu sa zakonskim obvezama potiče znanje i kompetencije u području energije te istovremeno nudi sredstvo za tržišno testiranje inovativnih ideja.

Na www.energieschweiz.ch možete pronaći:

- informacije o subvencijama i potporama u vašoj općini
- mnogo dodatnih informacija i brošura o pojedinačnim temama u području energije
- korisne alate i kalkulatore za analizu vaše energetske potrošnje
- kompetentno i pojedinačno savjetovanje o obnovljivim izvorima energije i štedljivom ophođenju s energijom.

EnergieSchweiz
Bundesamt für Energie BFE
Pulverstrasse 13
CH-3063 Ittigen
Postadresse: CH-3003 Bern

Infoline 0848 444 444
infoline.energieschweiz.ch

energieschweiz.ch
energieschweiz@bfe.admin.ch
twitter.com/energieschweiz

Distribucija:
bundespublikationen.admin.ch
Kataloški broj 805.170.SKB