

Jak oszczędzać energię w pracy?



OŚWIETLENIE

Zawsze gaś światło na nieużywanych lub zamkniętych częściach biura, a wychodząc z pomieszczenia, pamiętaj o zgaszeniu światła. Tam, gdzie to możliwe staraj się korzystać z naturalnego oświetlenia i nie zasłaniaj okien bez potrzeby.



NIE UŻYWASZ - ODŁĄCZ!

Optymalizuj pracę urządzeń w firmie! Pamiętaj o tym, że wszystkie nieużywane sprzęty powinny być wyłączone od prądu. Nie zostawiaj w kontaktach ładowarek i unikaj pozostawiania komputera czy drukarki w trybie czuwania. Te małe działania dadzą duży efekt!



DBAJ O TEMPERATURĘ

UWAGA: Wszystkie budynki WPT mają wentylację mechaniczną, dlatego nie ma potrzeby wietrzenia pomieszczeń poprzez otwieranie okien!

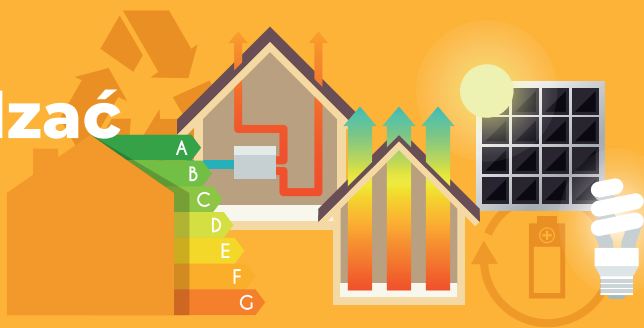
LATEM

Przy włączonej klimatyzacji zamykaj okna i drzwi. Nigdy nie zostawiaj włączonej klimatyzacji na noc! Zwróć też uwagę na to, by nie zasłaniać sterowników temperatury klimatyzacji - wbudowane są w nie czujniki temperatury. Przy szalejących upałach, najlepiej czujemy się w temperaturze powietrza 25 - 26 °C. Jeżeli ustawimy klimatyzację na niższą temperaturę, chłód może pogorszyć nasze samopoczucie, a wręcz nam zaszkodzić.

ZIMĄ

Nie otwieraj okien przy włączonym ogrzewaniu. Pamiętaj, że w okresie jesienno-zimowym temperatura w pomieszczeniu biurowym powinna wynosić około 20°C, a na korytarzach i holach około 18°C. Nastaw głowicę termostatyczną w odpowiednim położeniu zgodnie z zaleceniami producenta. Przeważnie nastawa „2” to 18 °C, a „3” to 20 °C. Zamykaj za sobą drzwi, szczególnie te do budynku.

Jak oszczędzać energię w domu?



OŚWIETLENIE

Bądź energooszczędny – używaj odpowiednich, zużywających mniej prądu żarówek, a gdy wychodzisz z pokoju - gaś światło. Gdy nie potrzebujesz silnego oświetlenia sufitowego korzystaj z mniejszych lamp - mniej intensywne oświetlenie pozwoli zaoszczędzić energię elektryczną. Oświetlając dom z zewnątrz postaw na instalacje z czujnikiem ruchu, unikniesz niepotrzebnego zużycia prądu.



PRĄD

Nie zostawiaj ładowarek w kontaktach, a urządzeń elektrycznych w trybie czuwania. Zminimalizuj czas w którym lodówka jest otwarta, nie wstawiaj ciepłych potraw do lodówki, a używając pralki czy zmywarki, zadбай o to, by były one pełne. Zwróć też uwagę, że gotując na płycie indukcyjnej lub elektrycznej użyjesz mniej prądu używając pokrywek!



CIEPŁO

Zadbaj o odpowiedni sposób wietrzenia pomieszczeń, nie otwieraj okien przy włączonym ogrzewaniu! Używaj regulatorów temperatury, a przed sezonem grzewczym dokonaj przeglądu instalacji grzewczej oraz uszczelnij drzwi i okna. Nie zasłaniaj grzejników meblami, sprzętami, zasłonami.

Optymalna temperatura w domu powinna oscylować w granicach 19-21°C. Obniżenie średniej temperatury w pomieszczeniu o 1°C to zmniejszenie wysokości rachunków za ciepło o około 5 - 8 proc. Obniżenie temperatury o 2°C to proporcjonalnie jeszcze wyższe oszczędności. Przy temperaturze wyższej niż 21°C wysychają śluzówki dróg oddechowych, co osłabia naturalne mechanizmy usuwania wirusów i bakterii z nosa, czy gardła. W efekcie jesteśmy bardziej narażeni na infekcje.