

«ПОТРЕБЛЯТЬ, А НЕ РАСПЫЛЯТЬ ЭНЕРГИЮ»

Очень важный вопрос для всех нас сегодня – уменьшение количества потребляемой [энергии и энергосбережение в домах](#), квартирах и промышленности.

Как считают специалисты, что до 40% потребляемой энергии можно сэкономить простыми и недорогими способами.

Если мы будем больше знать, как правильно обращаться с энергией, то эти знания помогут не только сократить наши расходы, но и сохранят окружающую среду от разрушения, ведь чем рациональнее мы расходует тепло и электричество, тем меньше используем драгоценных запасов сырья.

ТЕПЛОСБЕРЕЖЕНИЕ

1. Не выбрасывайте деньги в окно.

Окно, часами остающееся приоткрытым, вряд ли обеспечит вам приток свежего воздуха, но большой счет за отопление — наверняка. Лучше проветривать чаще, но при этом открывать окно широко и всего на несколько минут. И на это время отключать термостатный вентиль на радиаторе отопления.

2. Не преграждайте путь теплу

Необлицованные батареи отопления не всегда красивы на вид, зато это гарантия того, что тепло будет беспрепятственно распространяться в помещении. Длинные шторы, радиаторные экраны, неудачно расставленная мебель, стойки для сушки белья перед батареями могут поглотить до 20% тепла.

3. Не перегревайте квартиру

Некоторые люди любят жарко натопленные квартиры, а потом поражаются большому счету за отопление. Всегда помните: каждый дополнительный градус температуры в помещении обойдется примерно в 6% дополнительных затрат на энергию.

4. Не выпускайте тепло

На ночь опускайте жалюзи, закрывайте шторы, чтобы уменьшить потери тепла через окна.

5. Отапливайте свою квартиру, а не улицу

Между радиаторной батареей и стеной установите защитный экран из алюминиевой фольги. Фольга отражает тепло, излучаемое радиатором, и направляет его обратно в комнату. Благодаря этому можно сэкономить до 4% затрат на отопление.

ВОДОСБЕРЕЖЕНИЕ

1. Принимать не ванну, а душ — таков девиз всех, кто экономит воду

Для полной ванны требуется 140-160 л воды, для душа – только 30-50 л. Если одной семье из 4 человек два раза в неделю отказаться от ванны в пользу душа, то в год будет экономиться 46 м³ воды!

2. Оснастите свои туалеты экономичными сливными бачками

Традиционный сливной бачок пропускает 9 л за один смыв, экономный сливной бачок — только 6 л, а сливной бачок с экономичной клавишей — только 3 л. В одной семье из 4 человек может экономиться приблизительно 21 м³ воды в год.

3. Почаще пользуйтесь в стиральных машинах и посудомоечных автоматах программами экономичных режимов.

4. При покупке нового бытового прибора обращайте внимание не только на потребление энергии, но и на потребление воды.

5. Установите счетчики воды! Это выгодно для вас и для природы!

ЭЛЕКТРОСБЕРЕЖЕНИЕ

1. Используйте энергосберегающие лампы

Энергосберегающие лампы потребляют энергии примерно на 80% меньше, чем традиционные лампы накаливания, а служат в 8-10 раз дольше.

2. Используйте наиболее экономичные бытовые приборы

Современные бытовые приборы часто обходятся меньшей энергией, чем их предшественники.

3. Разумно расставляйте мебель на кухне

Плита и холодильник или морозильник — плохие соседи! Из-за теплоотдачи плиты холодильный агрегат потребляет больше энергии.

4. Следуйте советам по использованию энергосберегающих ламп:

- использование лампы всегда должно соответствовать фактической потребности в освещении;
- используйте лучше одну мощную лампу, чем несколько маломощных;
- избегайте отраженного освещения;

- оборудуйте рабочие места, всегда ориентируясь на дневной свет и используя его;

5. Следуйте советам по экономии энергии при приготовлении пищи:

- следите за тем, чтобы кастрюля и конфорка были одинакового диаметра, чтобы тепло использовалось оптимально;

- предотвращайте излишний расход тепла с помощью ровных и толстых днищ кастрюль и плотно прилегающих крышек;

- используйте остаточное тепло конфорки и духовки в электроплитах. Выключайте их, по меньшей мере, за 10 мин. До готовности блюда;

- готовьте в небольшом количестве жидкости и в закрытой кастрюле; это экономит энергию, воду, время, это полезнее и вкуснее;

- при приготовлении блюд, требующих много времени, пользуйтесь скороваркой;

- своевременно переключайте с наибольшей степени нагрева при доведении до кипения на умеренную степень, необходимую лишь для поддержания температуры кипения. Если у вас газовая плита — уменьшайте интенсивность пламени;

- откажитесь от предварительного прогрева духовки — для большинства блюд этого не требуется;

- пользуйтесь режимом принудительной циркуляции воздуха в духовке, т. к. это позволяет одновременно варить и печь на разных уровнях, при этом теплота распределяется лучше. Благодаря этому можно работать и при более низких температурах и даже приготовить полное меню в духовке. При одновременном приготовлении в духовке овощей, гарниров и мяса энергия расходуется оптимально;

- открывайте дверцу духовки только в тех случаях, когда это действительно необходимо;

- запекайте в духовке только большие куски мяса — весом более 1 кг. При меньших количествах готовить на конфорке экономнее;

- варите кофе по возможности в кофейной машине (с кофейником-термосом) — это экономнее, чем нагревать воду в кастрюле. Другие специальные приборы, как, например, яйцеварка или тостер, также берегут энергию.

1. Следуйте советам по экономии энергии при охлаждении и замораживании:

- лучше купить морозильный ларь, а не морозильный шкаф, потому что ларь экономнее. Но не берите слишком большое устройство, т. к. полупустой ларь потребляет почти столько же энергии, что и полный;
- предотвращайте образование энергопожирающего инея: открывайте дверцы лишь ненадолго, ставьте или кладите только охлажденные и упакованные продукты и регулярно размораживайте холодильник;
- установите температуру в холодильнике на $+7^{\circ}\text{C}$, а в морозильнике — на -18°C — этого вполне достаточно.

Консультация для родителей «Энергосбережение. Как научить этому детей»

Каждому из нас хочется, чтобы его дом был уютным, комфортным, неповторимым, чтобы всегда, где бы кто не находился вдали от дома из членов семьи, он знал, что его ждут дома, всегда выслушают и поймут, помогут в трудную минуту. Именно для этого в семьях должны бытовать традиции, которые дети должны перенять и перенести в свои будущие семьи. О традициях бережливости, о появлении навыков **энергосбережения у детей**, мы поговорим в этой статье.

Психологи утверждают, как ребенок впоследствии отнесется к себе, окружающим и жизни в целом – целиком и полностью зависит от родителей. Жизнь может представляться ему бесконечным праздником или увлекательным путешествием, а может видеться, как скучный, неблагодарный и тяжелый труд, при посещении школы. Ребенок воспринимает мир глазами взрослых – его родителей.

Существуют внешние факторы, которые влияют на семейные традиции. Современный уровень жизни и прогресс диктуют свои правила, и уже нет нечего особенного, что трехлетний – четырехлетний малыш запросто справляется с премудростями компьютера, с включением и отключением освещения в комнатах. С включением телевизора и просмотром детских программ. Он также открывает и закрывает краны с водой, знает, где горячая вода, где холодная. Осторожно прикасается к радиаторам отопления и знает, что отопление работает, когда на улице холодно, и не работает, когда на улице тепло.

В 5 – 7 летнем возрасте его уже интересуют вопросы: откуда берется газ и как он поступает в квартиру?; почему необходимо заправлять автомобиль топливом и откуда оно берется?; почему отключается электричество (в момент просмотра детских программ) и вода (когда ребенок моется в ванной) и от кого это зависит?; почему нужно выезжать за город и дышать чистым воздухом, а не играть во дворе со своими друзьями?

Все эти проблемы, так или иначе, связаны с энергосбережением, экологией, актуальны в наше время и волнуют взрослых. Может ли заинтересовать энергосбережение детей 5 – 7 летнего возраста? Могут ли они осознано делать свой вклад в её решение?

Ответим сразу – могут, если в этом заинтересованы взрослые. В таком возрасте дети знают цифры и могут отличить большее число от меньшего. Можно показать счетчик воды или электричества, как и почему он работает, почему необходимо закрывать кран, если не пользуешься водой, выключать свет, выходя из комнаты. Таким образом, у ребенка вырабатываются навыки правильного, бережного отношения к энергоресурсам, за которые семья платит деньги. Это и есть **энергосбережение в детском возрасте**. И еще, очень важно, эти понятия и навыки, превращаются в [правила поведения по экономии электроэнергии в быту](#), их дети познают от самых близких людей, проведя и общаясь с ними большее время.

В заключение, примите несколько советов, которыми можно воспользоваться для экономии энергии вместе с детьми.

Простые правила хорошего хозяина.

- Закрывайте кран, пока чистите зубы или пользуйтесь стаканом для полоскания рта.
- Мойте посуду не под текущей струей воды, а в раковине, закрыв отверстие пробкой.
- Главное - не забывайте выключать воду!

Выполнение этих простых правил позволит за год сэкономить целое озеро диаметром 200 метров и глубиной 2 метра. Кроме этого, вы экономите химикаты, которые используются для очистки воды, и энергию, которая используется на ее нагрев и перекачку.

Что можно сделать, чтобы лампа зря не светила?

Средний расход электроэнергии на освещение квартиры составляет примерно 1 кВт. ч в день (при использовании ламп накаливания). Но и этот расход можно сократить, если заменить лампы накаливания, люминесцентными. 60 Вт лампа накаливания соответствует 18 Вт лампе люминесцентной при одном и том же уровне освещенности. Срок эксплуатации люминесцентных ламп в 6 – 8 выше, чем у ламп накаливания.

Периодически протирайте лампочки: хорошо протертая лампочка светит на 10 - 15% ярче грязной, запыленной.

Как помочь холодильнику?

Оптимальным местом для холодильника на кухне является самое прохладное место. При наружной температуре 20 градусов холодильник расходует на 6% меньше энергии. Не ставьте холодильник вблизи батареи или других отопительных приборов. Крайне отрицательно на работе холодильника сказывается и большая “шуба” в морозильнике. Поэтому не поленитесь его лишней раз оттаять. От этого он будет экономичней работать.

Как экономно пользоваться электрической плитой?

На одной кухонной утвари можно сэкономить сотни киловатт часов энергии. Достаточно лишь, чтобы кастрюля чуть перекрывала конфорку электроплиты и плотно прилегала к ней. Кастрюли с выпуклым или вогнутым дном, а также кастрюли с грязным дном и слоем накипи расточают 50% электричества, а заодно примерно столько же времени.

Посчитайте, сколько раз за день кипятите воду электрочайником? Сколько из вскипяченной воды используете?

Наверняка, стакана 2 – 3, а остальная вода остывает себе в чайнике. А что, если эту воду взять и залить в термос? Тогда не придется тратить время на кипячение каждый раз, когда захочешь выпить чаю, да еще и сэкономишь энергию.

Как вы гладите белье?

Экономить электроэнергию можно даже при глажении. Для этого надо помнить, что слишком сухое и слишком влажное белье приходится гладить дольше, а значит, и больше расход энергии. И еще одна “мелочь”: утюг можно выключать за несколько минут до конца работы; на это время вполне хватит остаточного тепла.

Сейчас - холодное время года. Мы с вами ходим по теплой квартире. Но бывает, в зимний период мы жалуемся на холод в наших квартирах и виним в том организации, обеспечивающие нас теплоэнергией. Все ли мы сами сделали, чтобы сохранить в наших домах драгоценное тепло?

Как мы можем сохранить тепло в наших домах?

- Осенью утепляйте в доме все окна, балконы и двери.
- Не забывайте закрывать двери в подъезде.
- Не держите форточки постоянно открытыми.
- На ночь закройте занавески, что бы удержать дополнительно тепло.
- В квартире правильно расставьте мебель: отставьте от батареи диван и стол, чтобы тепло свободно проходило в вашу квартиру.

За счет этих простых мероприятий вам удастся сократить затраты на отопление квартиры примерно на 5-10%.

Можно быть уверенным, что **энергосбережение для детей** - это инвестиции родителей в будущее своего поколения.