

41 energiamegtakarítási tipp

Az energia ésszerű és hatékony felhasználására eddig is meg volt az igény és törekvés, viszont az energiaárak emelkedése után még fontosabbá vált. Alább összegyűjtöttünk jó néhány tippet és tanácsot, amiről lehet azt gondolod, hogy olvastad már ezer helyen, és bagatell tanácsok, de ha van kedved és időd, olvasd végig, mert ha csak egy-két dolog van, amivel még nem találkoztál vagy nem gondoltál rá, és még is hasznosnak ítéled meg utólag, sőt mi több, ha a jövőben odafigyelsz rá, és még a költségeid is csökkenni tudnak általa, akkor mi örülünk, hogy segíteni tudunk.

Vágjunk is bele, hosszú a lista!

Világítás, áram

1. Sokszor rossz szokás kérdése és annyit hallottuk már, de mégis érdemes folyton újra és újra elmondani: ne hagyd feleslegesen felkapcsolva a világítást.
2. Váltss energiahatékonyabb világításra: kompakt fénycsövekre vagy LED-re. A LED fényforrások a hagyományos izzókhoz képest akár 90%-kal kevesebb energiát fogyasztanak. Jó ha tudod, hogy kompakt fénycsöveket csak olyan helyen érdemes alkalmaznod, ahol legalább 3 órát használod a nap során, nincs gyakori ki-bekapcsolás.
3. Természetesen, amikor csak lehetőség van rá, használd ki a természetes fényt és napközben ne használd a világítást.
4. A lámpaburákat és az égőket rendszeresen tisztítsd meg.
5. A feleslegesen bedugva hagyott elektronikai eszközök és a standby-üzemmód akkor áramot fogyaszt, ha épp nem használod. Ezért a használaton kívüli eszközöket húzd ki a konnektorból, vagy használj elosztót, így elég csak azt kikapcsolni.
6. Ha most szeretnél cserélni vagy vásárolni háztartási eszközöket, akkor válaszd a takarékosabb háztartási eszközt. Az „A” a legtakarékosabb, míg a „G” kategóriájú fogyasztja a legtöbb energiát.
7. Ha te is rendelkezzel vele, akkor tudod, hogy bár nagyon megkönnyíti az életed a szárítógép, de most ezzel is takarékoskodhatsz: teregess a szárítógép használata helyett. Persze ha abszolút nem megoldható, már akkor is kevesebb ideig használod, és így kevesebbet is fogasz, ha nem teljesen szárítod meg a ruhákat a szárítógépben, hanem csak rásegítesz, hogy aztán kitergetve könnyebben, gyorsabban száradjanak a ruhák.





8. Nagyon kevés olyan ruhanemű van, aminek szüksége van a 60 fokos mosásra, a hagyományos ruhákat elég 30 fokon mosni. Így a víz felmelegítésének költségét megspórolhatjuk, ráadásul ezek a mosások általában rövidebbek is, mint a nagy, forró vizesek. Ha nem muszáj, ne moss nagyon meleg vízben, elég a törölközők és az ágyneműk esetében.
9. Csukd be a hűtőajtót: Ne hagyd nyitva a hűtőajtót, mert az a hűtő, amelynek a beáradó meleget kell kompenzálnia, rengeteg energiát használ.
10. Fagyasztó: Ha a hónap végén nálad is üresen marad a fagyasztó, sokkal több áramot fogyaszt a frizsider. Tölts meg üres flakonokat vízzel, és tedd be őket, ezzel energiát és pénzt spórolhatsz.
11. A hűtő elhelyezkedése: A hűtőt ne állítsd sugárzó hőforrás, például tűzhely közelébe, illetve ne tedd ki közvetlen napsugárzásnak.
12. A hűtő szellőzőnyílása: A készülék hátulján lévő kondenzátorrácsnak a jó szellőzéshez tér kell, ezért ne helyezd a gépet szűk kamrába, a faltól legyen legalább 10 centiméter távolságra, és félévente portalanítsd a rácsot. Mindig hagyd szabadon és tartsd tisztán a hűtő szellőzőnyílását, mert a túlmunkára kényszerített hűtőszekrény az elvártnál több energiát fogyaszt.
13. A megfelelő hőmérséklet beállítása a hűtő és a fagyasztó esetében is számszerűsíthetően fontos. A fagyasztóban elegendő a $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$, a hűtőben pedig a $+7\text{ }^{\circ}\text{C}$. Ha a hűtő belső hőmérsékletét 7 helyett $5\text{ }^{\circ}\text{C}$ -ra állítod, máris 15%-kal megnövelted a fogyasztásod.
14. Rendszeres karbantartás a hűtő esetében is fontos, sőt akár energiát is spórolhatsz vele, ezért időnként ellenőrizd, hogy a hűtő ajtajának tömítése hibátlan-e.

Fűtés

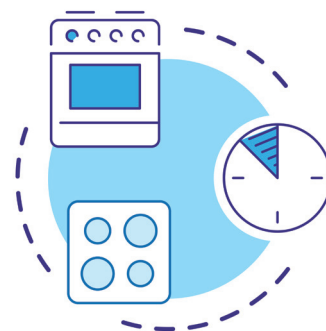
15. A redőny, relaxa, vagy egyéb sötétítő – akár egy függöny is – télen segíthet bent tartani a meleget, nyáron pedig a nap közvetlen melegítő hatását mérsékelni.
16. Téli tipp: Ha hozzászoktatod a szervezeted, 18-20 fokban is jól érezheted magad, és minden fok, mellyel alacsonyabb a hőmérséklet a lakásban, 6%-kal alacsonyabb számlát eredményez. Ahhoz, hogy a lábad se fázzon, teríts vastag szőnyeget a padlóra, és húzz vastag, meleg zoknit vagy házicipőt. Ha a falak árasztják magukból a hideget, szerelj fel vastag anyagú falvédőt vagy ne a falhoz állítsd be az ágyat.



17. Amikor nem vagy otthon, akkor ne menjen a fűtés és ne fűtsd feleslegesen a kevésbé használt szobákat. Az MVM ajánlása alapján érdemes 15 °C-ra állítani a hőmérsékletet, ha két napig vagy távol, míg 12 °C-ra, ha ennél hosszabb ideig.
18. Ha nem tartózkodsz egy adott helyiségben, akkor tekerd lejjebb a fűtést: ha csak 1 °C-kal csökkented a hőmérsékletet, kb. 5%-os megtakarítást érhetsz el.
19. Ha letakard a fűtőtestet, az sajnos rontja a hőszugárzás és hőáramlás hatékonyságát. Ne tedd!
20. Ha hőtükör fóliát használsz a radiátorok mögött, akkor azzal a fűtésre fordított energia 5%-kát is megspórolhatod.
21. Amikor szellőztetsz, akkor tekerd le a radiátorokat, kapcsolj alacsonyabb fokozatra a termosztátot. Nyisd ki az ablakokat, csinálj keresztuzatot. Nem kell fél órán át szellőztetned, jobb, ha többször, rövidebb ideig tartasz intenzív szellőztetést.
22. Rendszeresen tisztítsd meg a fűtőtesteket: a konvektorokra, radiátorokra rakódott szennyeződés miatt több energia szükséges a fűtéshez.
23. Ha tudsz, állj át átalánydíjról mérésen alapuló elszámolásra és alkalmazz hőmennyiségmérőt.
24. Még a tél beállta előtt vizsgáld meg a nyílászárók állapotát: a hőveszteség jelentős része távozhat az ablakokon, ajtókon keresztül a megfelelő szigetelés hiányában. Ha szükséges és megoldható, akkor szigeteld újra, de a huzatfogó használata is sokat segíthet.
25. Ha megteheted, fektess be hatékonyabb fűtési rendszerbe, akár csak a kazán, vagy a bojler cseréjével.
26. Minél vastagabbak a lakásod falai és minél jobban szigetelnek a nyílászárók, annál kevesebb hő megy pocskba. Amennyiben kisebb szigetelésben tudsz gondolkodni, egy redőny, egy reluxa vagy akár egy huzatfogó párna is segít, hogy kicsit bent tartsa a meleget.

Sütés-főzés

27. Elektromos tűzhelynél akkora méretű edényt használj, ami a főzőlap átmérőjének megfelel. Gáztűzhelynél arra ügyelj, hogy a gázláng ne érjen túl az edény szélén.
28. Használj kuktát, mert a főzésre fordítandó energia akár 40%-kát is megspórolhatod vele.
29. Az elektromos főzőlapot és a sütőt is kikapcsolhatod a főzési vagy sütési idő vége előtt 5 perccel, az így visszamaradó tartalék hő segítségével is el fog készülni az étel.
30. Feleslegesen ne nyitogasd a sütő ajtaját.



31. A tűzhelyet azután kapcsold be, hogy az edényt rátetted, és valóban elkezdte főzni, ezáltal elkerülheted, hogy feleslegesen pocskólod az energiát.
32. A főzőlapot rendszeres tisztítsd meg, mert sokat segít, ha a főzőlap szennyeződésektől mentes, az égésnyílás pedig tiszta.

Vízfelhasználás



33. Amikor nem indokolt, ne folyasd a vizet: használj például poharat fogmosáshoz, mosogatásnál csak az öblítéshez használj folyóvizet.
34. Sok kicsi sokra megy alapon, ne hagyd, hogy csöpögjenek a csapok. Percenként 10-20 cseppel egy hét leforgása alatt simán pocskóba megy egy kádnyi víz.
35. A víztakarékos öblítőtartállyal rengeteg vizet spórolhatsz egy-egy wc-öblítés során.
36. Használj víztakarékos rózsát a zuhanyon és a kézmosó csapnál is.
37. Válaszd a rövid ideig tartó zuhanyzást a kádban fürdés helyett. Egy-egy kádas fürdés során 160 liter vizet is elfogyaszthatsz, míg egy átlagos zuhanyzáshoz 60 liter is elegendő lehet.
38. A lerakódott vízkőtől csökkenhet a bojler hatásfoka. A bojler rendszeres vizsgálatával és a fűtőszál vízkőtelenítésével növelheted a hatékonyságát.
39. Kézi mosogatásnál ne mosogass forró vízben, az öblítés kivételével ne folyasd a vizet. Kézi mosogatás helyett inkább mosogatógépet használj, a mosogatógépnél válassz energiatakarékos olyan programot.
40. Fogmosás: és használj poharat. Ezzel akár nyolc liter vizet is megspórolhatsz alkalmanként.
41. Ha van rá lehetőséged, akkor gyűjtsd az esővizet és öntözz azzal ivóvíz helyett.

Extra tippek

Karbantartás: a rendszeresen karbantartással sokat spórolhatsz. A gázkészülékek rendszeres – szakértő által végzett tisztításának köszönhetően akár 20 százalékkal is növelhető a készülékek hatékonysága, ezzel pedig csökkenheted a kiadásokat.

Alternatív munkába járás: a legjobb és legolcsóbb megoldás a tömegközlekedés, de nyáron erre sem költened, ha kerékpárral jársz be dolgozni. Télen akár „telekocsit” is szervezhetsz azokkal a kollégáiddal, akikkel ugyanazon a környéken laktok, így a költségek eloszlanak, és a környezetet is kevésbé szennyezzük.

Alternatív energiaforrások: érdemes alternatív energiaforrásokban gondolkodni, ilyen például a napelem, a napkollektor, a geotermikus hőszivattyú, illetve a biomassa.

Még néhány jótanács: gazdálkodj okosan!

Vezess költségvetést

Légy pontosan tisztában a bevételeiddel és kiadásaidal. Ezek vezetéséhez használhatsz egy költségvetés-tervező alkalmazást, de elég lehet egy jegyzetfüzet vagy táblázat is.

Tudatos bevásárlás

Bevásárlás előtt mindig készíts listát. Ha előre megtervezed, mit főzöl a héten, mire is van szüksége a családnak, és nem veszel felesleges dolgokat, havonta több ezer forintot is spórolhatsz. Ha éhesen mész a boltba, vagy nem írod össze, hogy miket kell vened, szinte biztos, hogy beleesel az impulzusvásárlás csapdájába.

Gyűjtsd a blokkokat

A fentiek megkönnyítése érdekében gyűjts blokkokat és szánj időt arra, hogy ezeket összeszámold és felvezeted. Ma már rengeteg olyan applikációval találkozhatsz, amik segítenek követni a pénzügyeidet; sőt, néhány alkalmazást már a bankszámláddal is össze tudsz kötni, így könnyebb lesz a nyomonkövetés.

Legyen megtakarításod

Amikor megkapod a fizetésed, különítsd el azt az összeget, amit a számlák befizetésére, gyakori kiadásokra kell fordítanod, egy kisebb részét pedig automatikusan tedd be egy megtakarítási számlára.

Állíts fel megtakarítási célokat

Ez lehet egy fix havi összeg vagy a bevételed bizonyos százaléka is. A kisebb, növekményes megtakarítási célok elérhetőbbek és kevésbé megterhelőek a pénztárcára nézve.

Használd ki a pénzvisszatérítéseket, kuponokat

Ha a bevásárlások, tankolások és utazások alkalmával hűségprogramokban veszel részt, és kihasználod az akciókat, kuponokat, amelyek gyakran az adott cég mobilalkalmazásán keresztül érhetőek el, visszanyerhetsz némi pénzt abból, amit elköltöttél.

Rakd félre az aprót

Ha van valami, amire vágysz, akkor kezd el gyűjteni rá az aprót egy perselyben vagy befőttesüvegben. Még ha eleinte nem is lesz benne túl sok pénz, később még hasznos lehet.

Mondd le a nem használt bérleteket, előfizetéseket

Ha rendszeresen előfordul, hogy nem jutsz el az edzésre, akkor nem biztos, hogy van értelme kondibérletet vened; kihasználatlanság esetén ugyanígy lemondhatod - legalább egy időre - a streamingszolgáltatást is.

Várj egy napot az online vásárlással

A szakemberek azt javasolják, hogy a kiszemelt termékeket rakd a kosárba, de csak másnap vásárolj meg, hiszen az impulzusvásárlás az online vásárlás esetében is gyakori lehet.

Ha nő a bevételed, ne költöts többet

Ha több lesz a bevételed, beleeshetsz abba a csapdába, hogy máris elkezdesz költekezni, és nem tudsz többet megtakarítani.

Figyelj az egészségedre

Sok kutatás alátámasztja, hogy a rosszabb anyagi helyzetben lévő embereknek több egészségügyi problémájuk van, ez pedig oda-vissza hat. A bizonytalan anyagi helyzet okozta stressz sajnos nagyban kihat az egészségre, ha pedig nem vagy jól, akkor az befolyásolhatja a pénzkereseti lehetőségeidet is.