



SPÓROLUNK
@KILOWATTAL



Energiamegtakarítási tippek



www.sporolunk.org
info@sporolunk.org

8. TIPP:

HŰTÉS / LÉGKONDI- CIONÁLÁS

Általános irányelvek

- **Egyszerű megoldásokkal**, úgymint függöny, ablakpárna, hőszigetelő tapéta is növelhetjük az épület szigetelésének hatékonyságát.
- **Figyeljünk az ideális hőmérséklet fenntartására:** 20-22°C télen és 23-26°C nyáron.
- Nyáron **használjunk sötétítőket és árnyékolókat** az ablakokon a közvetlen napfény kívül tartására.
- A kellemetlen huzatot a **bejárati ajtók csukásával** elkerülhetjük.
- Győződjünk meg róla, hogy **a szellőztetőrendszer nyílásai szabadok**, nem pakoltunk eléjük irodai eszközöket.
- Nyáron **reggelente nyissuk ki 10-15 percre az ablakokat**, és engedjük be a hűvös kinti levegőt.
- Helyezzünk el minél több **szobanövényt** az irodába.



Jó példa az
Alapvető
Jogok
Biztosának
Hivatalából





SPÓROLUNK
@KILOWATTAL



Energiamegtakarítási tippek



www.sporolunk.org
info@sporolunk.org

- 1. Figyeljünk az ideális hőmérséklet fenntartására:** 20-22°C télen és 23-26°C nyáron. Éjszakára télen elég a 16-18°C körüli hőmérséklet, nyáron pedig kapcsoljuk ki a légkondicionálót mielőtt hazamegyünk. Továbbá nyáron sok energiát lehet megspórolni, 1) ha napközben a légkondicionáló által biztosított hőmérsékletet kicsit magasabbra állítjuk, 2) ha inkább ventilátort használunk, illetve 3) ha már eleve minél inkább a meleg időjárásnak megfelelően öltözünk (az irodai dresszkód egyidejű betartása mellett).

Télen a beltéri hőmérséklet egy fokkal való lejjebb vétele, nyáron pedig az egy fokkal való feljebb vétele közel **10 %-os energiamegtakarítást** eredményezhet!

- 2. Egyszerű megoldásokkal,** úgymint függöny, ablakpárna, hőszigetelő tapéta növelhetjük az épület szigetelésének hatékonyságát.
- 3. A kellemetlen huzatot a bejárati ajtók csukásával** elkerülhetjük, amit időről-időre érdemes ellenőrizni, főleg ha nagy az átjárás az épületben.
- 4. Győződjünk meg róla, hogy a szellőzőnyílások szabadok,** nem pakoltunk eléjük irodai eszközöket. A szabad szellőzés útját álló tárgyak ugyanis többletmunkára, tehát nagyobb energiafogyasztásra készítetik a szellőztető berendezéseket.
- 5. Nyáron, ahogy beérünk az irodába reggel, nyissuk nagyra az ablakokat** 10-15 percre. Hagyjuk, hogy járja át az irodát a friss, aránylag még hűvös kinti levegő.
- 6. Kerüljük a túlságosan meleget vagy hideget,** ebben segítségünkre lehet a termosztát vagy az intelligens épületfelügyeleti rendszer. Némelyik beprogramozható, hogy hétvégén vagy éjszaka csak akkor kapcsolja be a fűtési vagy hűtési rendszert, ha az feltétlenül szükségessé válik.
- 7. Nyáron használjunk sötétítőket és árnyékolókat az ablakokon** a közvetlen napfény kívül tartására, ezzel is csökkentve légkondicionálás iránti igényünket. Télen viszont ne akadályozzuk a meglévő természetes fény bejutását.
- 8. A szó szoros értelmében tegyük zölddebbé az irodát:** A szobanövények növelik a páratartalmat, tisztítják a levegőt, azaz kellemesebb közérzetet biztosítanak. Ráadásul nyáron a fokozott párologtatás némileg hűti is a benti levegőt.





Energiamegtakarítási tippek



www.sporolunk.org

info@sporolunk.org

Tippek haladóknak

Gondoskodjunk az épületgépészeti (fűtés, szellőzés és légkondicionálás – HVAC) berendezések rendszeres karbantartásáról, azaz tisztításukról és javításukról. Egy rendben tartott épületgépészeti rendszer mellett az energiaköltségek is alacsonyabbak. Lássuk el a berendezéseket időzítté, hogy csak akkor legyenek használatban, amikor az épületben tartózkodik valaki.

Használjuk az energiatakarékos beállításokat: Tanítsuk meg a kollégáknak, hogyan alkalmazzák, és ösztönözzük őket, hogy használják is a légkondicionálók energiatakarékos beállításait.

Használjunk szigetelőszalagot az ajtók és ablakok körül. Így megelőzhetjük nyáron a légkondicionálóval lehűtött hidegebb levegő, télen pedig a meleg kiszökését.

Amit még megtehetünk...

Ültessünk fákat: árnyékolás – nyáron a lombok útját állják a közvetlen napfénynek, télen viszont a csupasz fa átengedi a fényt, ugyanakkor csökkenti a hideg szelek erejét.

Érdekesség

- ♦ Annyi energiát fogyaszt ha egy hónapon keresztül a légkondicionálót a szükségeshez képest csupán napi plusz egy órával tovább működtetjük, amennyivel egy éven keresztül folyamatosan tévén lehetnénk.
- ♦ A fűtés/ hűtés lekapcsolása hétvégére a teljes irodai energiafogyasztást 30 %-kal is csökkentheti.
- ♦ Egyre több új irodai épületre kerül fel zöldtető (azaz a tető növényzettel való beborítása) – segítségükkel nyáron nő a párologtatás, tehát kevésbé forrósodik fel a tető és melegeedik át az épület felülről, télen pedig kevésbé hűl ki.



További olvasnivalók és ötletek:

Hűtéssel és légkondicionálással kapcsolatos további megtakarítási tippeket találunk a Kattanj Zöldre eszköz 4. szintjén, amit bejelentkezés után érhetünk el.

Források: Európai Zöld Iroda Kézikönyv;
<http://www.wikihow.com/Save-Energy-in-the-Office>

