



dla pracowników w biurze

Obniż czasowo temperaturę

Wychodzisz z biura? Nie używasz niektórych pomieszczeń? Obniż temperaturę o kilka stopni.

Wietrz pomieszczenia z głową

Stosuj schemat:

1. Zakręć termostat kilka minut przed otwarciem okna.
2. Szybko przewietrz pomieszczenie.
3. Rozkręć termostat po zamknięciu okien.

Zapewnij cyrkulację powietrza w pomieszczeniu

Odstoń grzejniki i termostaty i ustaw je min. 10-20 cm od mebli.

Dbaj o lodówkę

nie wstawiaj ciepłych dań do lodówki, a te do rozmrożenia, rozmrażaj w lodówce. Odszraniaj i rozmrażaj lodówkę według zaleceń producenta.

Ustalenie stałej temperatury na klimatyzacji

Zamiast kilkukrotnego włączania i wyłączania.

Racjonalnie korzystaj z trybu czuwania urządzeń.

Wyłączaj urządzenia, jeśli nie są używane zamiast pozwalać na zapadanie w stan czuwania, szczególnie wtedy gdy urządzenia są starszego typu.

Wyłączaj laptop, komputer lub monitor

Jeśli przerwa w korzystaniu z nich wynosi co najmniej kilkanaście minut. Dostosuj jasność ich ekranu do jasności otoczenia.

Zredukuj ciśnienie w kranie przy myciu rąk lub naczyń.

Zapewnij cyrkulację powietrza w pomieszczeniu

Jeżeli posiadasz w biurze okna, możesz otworzyć je na kilka minut.

Odstoń grzejniki i termostaty- sprawdź, czy grzejnik i termostat nie jest przysłonięty.

Wyłączaj światło

Jeśli wychodzisz z biura na spotkanie, w holu, w recepcji, jeśli wychodzisz ostatni.

Ze względu na małą ilość pracowników

Ogranicz ilość działających lodówek i ekspresów, zapełnij całą zmywarkę przed włączeniem programu.

Jeśli wychodzisz z pracy i widzisz, że koleżanka/ kolega zapomniał wyłączyć światła lub klimatyzacji w biurze, zrób to za niego.



Rozwiązania bezkosztowe.

#EKOLOGICZNI na MAXa

w domu:

Zamontuj zawór i głowicę termostatyczną i ustaw właściwą temperaturę poszczególnych pomieszczeniach

Sprawdź, czy w łazience temperatura wynosi max. 24-25°C, w pokojach dziennych 21°C, a w sypialni 17-19°C

Korzystaj z naturalnych zysków ciepła

W sezonie grzewczym wykorzystaj słońce:

1. Odsłaniaj okna w słoneczne dni,
2. Zastaniaj okna w dni pochmurne i nocą.

Zastosuj pozycję letnią i zimową domknięcia okna

Sprawdź, czy Twoje okna umożliwiają zmianę pozycji domknięcia. Tak? Działaj i dokręć je odpowiednio kluczem.

Zleć przegląd instalacji grzewczej

Instalator sprawdzi stan techniczny wszystkich urządzeń, przejrzy i wyczyści kocioł, komin lub przewód powietrzno-spalinowy.

Zamontuj inteligentne urządzenia do kontroli temperatury w pomieszczeniach

Zezwól na to, by automatyczne zawory i głowice pilnowały komfortu cieplnego w zależności od funkcji pomieszczeń.

Zamontuj zawór odpowietrzający na końcówkach pionów

Rozważ zamontowanie zaworów na końcówkach pionów, by nie musieć montować ich na każdym grzejniku.

Zamontuj ekrany zagrzejnikowe

Przy pomocy ekranu odzyskaj ciepło, które normalnie jest skierowane w stronę ścian.

Zastąp kąpiel w wannie szybkim prysznicem

Weź dziesięćminutowy prysznic, który pozwoli ci zaoszczędzić około 50 litrów wody oraz energię potrzebną do jej podgrzania.

Zmniejsz ciśnienie wody w kranie

Zredukuj ciśnienie jeśli w twoim domu są osoby, które mogą mieć trudności z dostosowaniem strumienia wody do potrzeb.

Zainstaluj perlator w kranie

Skorzystaj z perlatora, który napowietrza strumień wody płynącej z kranu, dzięki czemu wrażenie wysokiego ciśnienia wody jest utrzymane przy wyraźnie niższym jej zużyciu.

Pierz mądrze

Pierz tylko z pełnym wkładem i w możliwie najniższej temperaturze, która jest odpowiednia dla danych materiałów i zabrudzeń.

Uszczelnij okna w domu i w piwnicy oraz drzwi zewnętrzne

Użyj uszczelek, pianek, taśm lub innych preparatów, by zmniejszyć straty ciepła.

Zadbaj o rury instalacji grzewczej

Obłóż rury materiałem izolacyjnym (np. otulina) i zapobiegij stratom ciepła przy podgrzewaniu i przesyłce wody.

Zaizoluj strop nieużytkowanego poddasza

Zakup i rozwiń rolkę wełny mineralnej w budynku, w którym poddasze jest nieużytkowane, nieocieplone i nieogrzewane.

Wymień starą lodówkę

Wymień urządzenie na takie o dobrej klasie energetycznej i dostosuj jego wielkość do potrzeb twoich i innych domowników.

Wymień żarówki na oświetlenie LED

Zastąp tradycyjne żarówki oświetleniem LED, by zaoszczędzić na energii.