



Praktyczne wskazówki jak prawidłowo regulować temperaturę, ustawiać głowice termostatyczne na grzejnikach i oszczędzać energię ciepłą!



Ciepło, cieplej, gorąco... Jak rozsądnie gospodarować ciepłem?

Obniżaj temperaturę gdy, jej nie potrzebujesz!

Przede wszystkim zmniejszaj temperaturę tuż przed wyjściem z domu. Także w nocy możesz obniżyć ją do 18°C, co dobrze wpłynie na sen. Pamiętaj jednak, aby nie zakręcać kaloryferów całkowicie. Niskie temperatury utrzymywane przez zbyt długi czas doprowadzają do powstawania grzybów i pleśni.

Zadbaj o szczelne okna!

Ciepło marnujesz jeśli ucieka ono przez szczeliny okien w Twoim mieszkaniu. Gdy masz nieszczelne okna - rozważ ich wymianę. Potraktuj to raczej jak inwestycję niż wydatek. Ponadto pamiętaj, żeby nie zasłaniać okien w słoneczny dzień. Promienie słońca w naturalny sposób ogrzeją twoje mieszkanie. W nocy lepiej zasłonić rolety i zasłony. W ten sposób zaizolujesz okna i zapobiegiesz wychładzaniu mieszkania.

Ogrzewaj rozsądnie!

Obniżenie temperatury w mieszkaniu ma dobry wpływ na zdrowie. Polskie Towarzystwo Alergologiczne potwierdza, że najzdrowsza temperatura dla człowieka to 20°C. Niższa temperatura pozwala też obniżyć rachunki. Jeden stopień mniej - to niższe zużycie ciepła o około 5÷8 %. Architekci i projektanci uważają próg 20°C za najlepszy dla stanu ścian budynku. Temperaturę tą podają producenci grzejników jako oczekiwaną w pomieszczeniu, dla tej temperatury dobieramy też grzejniki.

Zatrzymaj ciepło w pomieszczeniach wspólnych!

Wspólne wcale nie znaczy niczyje. Zwróć uwagę, czy w częściach wspólnych budynku, drzwi i okna są dobrze zamknięte. Przez nieszczelności na klatce schodowej i piwnicach ucieka ciepło. Za tę nieostrożność płacą wszyscy mieszkańcy.

Korzystaj ze sprawnych grzejników!

Nieodpowietrzony grzejnik nie ogrzewa pomieszczenia efektywnie, dlatego pamiętaj by zwracać na to uwagę. Jeśli z kolei planujesz naprawę lub wymianę kaloryfera, skontaktuj się ze Spółdzielnią i dobierz jego rodzaj i rozmiar do pomieszczenia, w którym ma działać. Za mały kaloryfer może pomieszczenia nie ogrzać, a za duży może powodować marnowanie ciepła i zasobów planety, zwiększając produkcję zanieczyszczeń.

Wietrz krótko, ale intensywnie!

Zapobiegaj marnowaniu ciepła. Dbaj by ciepło nie uciekało z mieszkania. Wietrz by zachować odpowiednią cyrkulację powietrza i zapobiegać powstawaniu pleśni i grzybów. Wietrzenie mieszkania dobrze wpłynie także na twoje samopoczucie. Jest ono dobre dla mieszkania pod warunkiem, że zanim rozpoczniesz wpuszczanie świeżego powietrza, przykręcisz kaloryfery na „2”. Po 10 -15 minutach nie zapomnij zamknąć okien, aby uniknąć wyziębienia pokoju. W ten sposób podczas wietrzenia zużyjesz najmniej energii cieplnej.

Nie marnuj ciepła!

Gdy nie korzystasz z ciepła – ogranicz zużycie. W pustym pomieszczeniu, w którym nikt nie przebywa - nie ma potrzeby nadmiernego ogrzewania. Większość z nas przegrzewa mieszkania! Widząc otwarte okna lub drzwi, przez które niepotrzebnie ulatuje ciepło – reaguj!

Utrzymuj stałą temperaturę w mieszkaniu.

Wychodząc z mieszkania zmień ustawienie na zaworze termostatycznym na najniższe. Możesz zaoszczędzić do 50%, a temperatura pomieszczenia nie spadnie poniżej 16°C.

Zmniejsz ogrzewanie o 1 stopień.

Zaoszczędzisz nawet 5% na zużyciu ciepła i zadbasz o zdrowie. Rekomendowana temperatura w mieszkaniu to 18-21°C, w zależności od pomieszczenia.

Zadbaj o odpowiedni obieg ciepła.

Kaloryfery odgradzone od pomieszczenia ciężkimi zasłonami lub meblami blokują właściwe rozprzestrzenianie się ciepła. Gromadzi się ono wtedy tylko przy grzejniku.

Wietrz krótko i ekonomicznie.

Ustaw pokrętkę grzejnika na najniższą wartość. Odczekaj i otwórz szeroko okno na krótką chwilę.

Utrzymuj wilgotność powietrza na poziomie 40-60%.

Optymalna wilgotność powietrza w mieszkaniu zapewni Ci mniejsze zużycie ciepła.

Stosuj sprytne rozwiązania, by efektywnie korzystać z energii!

Zamontuj ekrany zagrzejnikowe, by zwiększyć temperaturę w pokoju. Montuje się je zazwyczaj na ścianie za kaloryferem. Dzięki temu, ciepło dotychczas pochłaniane przez chłodniejszą powierzchnię, odbija się i wraca do wnętrza pomieszczenia.

W ten sposób możesz zaoszczędzić do 5% ciepła