

WIETRZ KRÓTKO A INTENSYWNIE wymienisz dużą ilość powietrza, jednocześnie nie wychładzając pomieszczenia. Zimne powietrze jest cięższe od ciepłego i po otwarciu okna opadnie na podłogę, wzbijając jednocześnie ciepłe powietrze do góry. Nastąpi cyrkulacja powietrza.

ZAMYKAJ DRZWI W POKOJACH Unikniesz przeciągów jak również zadbasz o utrzymanie różnych temperatur w poszczególnych typach pomieszczeń. W pokojach, w których nie przebywasz w trakcie dnia zmniejsz temperaturę.

ZADBAJ O ARANŻACJĘ PRZESTRZENI Zastawianie grzejników ciężkimi meblami ogranicza ilość energii, która jest dostarczana do pomieszczeń. Warto pamiętać o tym, że odległość stołów, kanap oraz innych mebli od grzejników powinna wynosić min. 10 cm. Żeby wspomóc dobry odbiór ciepła z grzejników, warto zamontować nad nimi szerszy parapet lub dodatkową półkę. W ten sposób ciepłe powietrze powędruje do pomieszczenia, a nie w stronę okna, gdzie się schłodzi.

WYKORZYSTAJ NATURALNE ŹRÓDŁA CIEPŁA W ciągu dnia, padające na okna światło słoneczne w naturalny sposób podnosi temperaturę w pomieszczeniach. Wykorzystaj to darmowe źródło ciepła. W słoneczne dni odstoń firanki i zasłony. Dzięki temu promienie słoneczne będą mieć ułatwiony dostęp do pomieszczeń. W nocy postępuj odwrotnie. Zastaniaj szyby okienne firankami, zasłonami lub roletami – straty ciepła będą mniejsze.

ZWRACAJ UWAGĘ NA POWIERZCHNIĘ WSPÓLNE

Jeśli zauważysz usterki w budynku:

- brak szyb na klatkach schodowych, suszarniach, pralniach, piwnicach;
- niedomykające się drzwi wejściowe;

- intensywnie rozgrzane grzejniki na klatkach schodowych;
- ubytki w izolacji instalacji ciepła.

Jak najszybciej zgłoś to administratorowi budynku.

WYBIERZ PRYSZNIC ZAMIAST KĄPIELI W WANNIE

Średniej wielkości wanna ma pojemność około 150-200 litrów, podczas gdy pod prysznicem zużywamy ok. 10-15 litrów wody na minutę. Pięciominutowy prysznic pozwala zaoszczędzić każdorazowo ok. 100-150 litrów wody oraz energię niezbędną do jej podgrzania.

MONTAŻ PERLATORÓW W KRANACH Perlator napowietrza strumień wody płynącej z kranu, wrażenie wysokiego ciśnienia wody jest utrzymane przy niższym jej zużyciu. Szacuje się, że oszczędności energii niezbędnej do podgrzania strumienia ciepłej wody mogą stanowić 10-50% oraz oszczędność samej wody nawet do 90%.



T: +48 76 749 82 93
Lubin | termal.pl

Proste sposoby na więcej ciepła w Twoim domu...



**PORADNIK
OSZCZĘDZANIA CIEPŁA**



Zima będzie dużym wyzwaniem dla wielu gospodarstw domowych. Problemami będą inflacja i bardzo szybko rosnące koszty ciepła oraz energii elektrycznej. Trzeba się przygotować na to, że będzie drogo. Ten okres można przetrwać, podejmując mądre działania. Szybsze odejście od paliw kopalnych, które spalane są w starych nieefektywnych kotłach energetycznych nie tylko zwiększy bezpieczeństwo energetyczne Polski, ale poprawi także jakość powietrza i pomoże przeciwdziałać kryzysowi klimatycznemu. Przyszłością ogrzewania jest radykalna poprawa efektywności energetycznej i zwiększenie udziału produkcji ze źródeł odnawialnych oraz przy wykorzystaniu paliw alternatywnych.

WYREGULUJ I USZCZELNIJ OKNA I DRZWI Jeżeli w Twoim mieszkaniu są okna PCV koniecznie je wyreguluj tak, aby gładko otwierały się i zamykały, w ten sposób zlikwidujesz też nieszczelności. Przed mrozami sprawdź również uszczelki w oknach i nasmaruj je środkiem konserwującym, a jeśli są zużyte – wymień. Jeżeli mimo regulacji nadal wyraźnie czujesz, że „ciągnie” od okna najlepiej wezwij serwis.

WYCZYŚĆ KALORYFERY Raz w roku wyczyść grzejnik między żeberkami. Najlepiej przed sezonem grzewczym. Zwiększysz skuteczność kaloryfera i ograniczysz wzbijanie się kurzu przez ruch konwekcyjny.

ZADBAJ O SPRAWNE ZAWORY TERMOSTATYCZNE Urządzenia do automatycznej regulacji temperatury (np. zawory i głowice termostatyczne) na grzejnikach w każdym pomieszczeniu to konieczność. W sklepach dostępne są urządzenia ręczne i typu smart, w których można programować temperaturę docelową oraz jej zmiany w różnych cyklach.



SPRAWDŹ ODPOWIETRZENIE KALORYFERÓW

Częściowo zimny kaloryfer lub odgłos „bulgotania” to oznaka zapowietrzonego grzejnika, odpowiedz go lub zgłoś problem do administracji.

STOSUJ MATY ZA GRZEJNIKAMI Część emitowanej przez grzejnik energii jest absorbowana przez powierzchnię, na której jest on zamontowany. Możesz ten efekt ograniczyć, wykorzystaj w tym celu magnetyczną folię izolacyjną odbijającą ciepło. Ekrany grzejnikowe działają jak lustro odbijając ciepło, dzięki temu trafi ono do obiegu i ogrzeje pomieszczenie, a nie ścianę.

NIE ZASŁANIAJ GRZEJNIKÓW Unikaj wieszania prania na kaloryferach. Zastony i firanki powinny sięgać maksymalnie do parapetu, a jeszcze lepiej, gdybyś miał rolety lub żaluzje. Gdy zasłaniasz kaloryfer, większość ciepła krąży za płachtą materiału, odstłonięty kaloryfer zapewni prawidłowe rozprzestrzenianie się ciepła w pomieszczeniu.

ZADBAJ O ODPOWIEDNIĄ WILGOTNOŚĆ Optymalna wilgotność pomieszczeń to przedział pomiędzy 40% a 60%. Zbyt wysoka sprzyja rozwojowi pleśni, powoduje też, że chłód w pomieszczeniu jest bardziej odczuwalny, zbyt niska – nie służy zdrowiu. Do pomiarów można kupić w markecie budowlanym higrometr.

NIE WYCHŁADZAJ MIESZKANIA GDY WYCHODZISZ

Ponowne ogrzanie wychłodzonych pomieszczeń będzie wiązało się ze zużyciem znacznej ilości

energii, ponadto niekorzystnie wpływa to na budynek tj. wzrasta wilgotność powietrza, co może skutkować rozwojem pleśni i grzybów na ścianie.

ZADBAJ O OPTYMALNĄ TEMPERATURĘ POMIESZCZEŃ

Dla zdrowia i dobrego samopoczucia optymalna temperatura w mieszkaniu to ok. 18-21°C, uzależniona jest od wilgotności powietrza. Zbyt niskie temperatury wyziębiają organizm, zbyt wysokie (powyżej 21°C) powodują wysychanie śluzówki i wpływają negatywnie na układ odpornościowy. Nagrzewanie pomieszczeń do wyższych temperatur podnosi również rachunek za ciepło. Temperaturę warto, też dostosować do funkcji, jakie spełnia pomieszczenie:

- w pokoju dziennym temp. powinna wynosić ok. 19-21°C;
- w kuchni, która jest dogrzewana podczas gotowania, powinna wynosić ok. 16-19°C;
- w sypialni zaleca się utrzymywanie temp. na poziomie 17-19°C. Zdecydowanie lepiej i zdrowiej się śpi;
- w łazience odpowiednia temp. to 22-24°C.

Na każdy 1°C mniej w pomieszczeniu szacunkowe oszczędności energii wyniosą 5-8%.

ZAKRĘĆ KALORYFER PRZED WIETRZENIEM

Na czas wietrzenia zakręć kaloryfer, inaczej Twój termostat stwierdzi, że w pomieszczeniu jest bardzo zimno i uruchomi nadmierne grzanie.