

Памятка для родителей по энергосбережению ПОТРЕБЛЯТЬ, А НЕ РАСПЫЛЯТЬ ЭНЕРГИЮ

Уменьшение количества потребляемой энергии и энергосбережение в промышленности, домах и квартирах — очень важный вопрос для всех нас, так как сегодня Беларусь импортирует 90% от необходимого количества энергоносителей.

Специалисты считают, что до 40% потребляемой энергии можно сэкономить простыми и недорогими способами.

Мы хотим, чтобы вы еще больше узнали о правильном обращении с энергией и не только сократили при этом расходы, но и сохранили окружающую среду от разрушения, ведь чем рациональнее мы расходует тепло и электричество, тем меньше используем драгоценных запасов сырья.

ТЕПЛОСБЕРЕЖЕНИЕ

1. Не выбрасывайте деньги в окно.

Окно, часами остающееся приоткрытым, вряд ли обеспечит вам приток свежего воздуха, но большой счет за отопление — наверняка. Лучше проветривать чаще, но при этом открывать окно широко и всего на несколько минут. И на это время отключать термостатный вентиль на радиаторе отопления.

2. Не преграждайте путь теплу

Необлицованные батареи отопления не всегда красивы на вид, зато это гарантия того, что тепло будет беспрепятственно распространяться в помещении. Длинные шторы, радиаторные экраны, неудачно расставленная мебель, стойки для сушки белья перед батареями могут поглотить до 20% тепла.

3. Не перегревайте квартиру

Некоторые люди любят жарко натопленные квартиры, а потом поражаются большим счетам за отопление. Всегда помните: каждый дополнительный градус температуры в помещении обойдется примерно в 6% дополнительных затрат на энергию.

4. Не выпускайте тепло

На ночь опускайте жалюзи, закрывайте шторы, чтобы уменьшить потери тепла через окна.

5. Отапливайте свою квартиру, а не улицу

Между радиаторной батареей и стеной установите защитный экран из алюминиевой фольги. Фольга отражает тепло, излучаемое радиатором, и направляет его обратно в комнату. Благодаря этому можно сэкономить до 4% затрат на отопление.

ВОДОСБЕРЕЖЕНИЕ

1. Принимать не ванну, а душ — таков девиз всех, кто экономит воду

Для полной ванны требуется 140-160 л воды, для душа — только 30-50 л. Если одной семье из 4 человек два раза в неделю отказаться от ванны в пользу душа, то в год будет экономиться 46 м³ воды!

2. Оснастите свои туалеты экономичными сливными бачками

Традиционный сливной бачок пропускает 9 л за один смыв, экономный сливной бачок — только 6 л, а сливной бачок с экономичной клавишей — только 3 л. В одной семье из 4 человек может экономиться приблизительно 21м³ воды в год.

3. Почаще пользуйтесь в стиральных машинах и посудомоечных автоматах программами экономичных режимов.

4. При покупке нового бытового прибора обращайте внимание не только на потребление энергии, но и на потребление воды.

5. Установите счетчики воды! Это выгодно для вас и для природы!

ЭЛЕКТРОСБЕРЕЖЕНИЕ

1. Используйте энергосберегающие лампы

Энергосберегающие лампы потребляют энергии примерно на 80% меньше, чем традиционные лампы накаливания, а служат в 8-10 раз дольше.

2. Используйте наиболее экономичные бытовые приборы

Современные бытовые приборы часто обходятся меньшей энергией, чем их предшественники.

3. Разумно расставляйте мебель на кухне

Плита и холодильник или морозильник — плохие соседи! Из-за теплоотдачи плиты холодильный агрегат потребляет больше энергии.

4. Следуйте советам по использованию энергосберегающих ламп:

- использование лампы всегда должно соответствовать фактической потребности в освещении;
- используйте лучше одну мощную лампу, чем несколько маломощных;
- избегайте отраженного освещения;
- оборудуйте рабочие места, всегда ориентируясь на дневной свет и используя его;

5. Следуйте советам по экономии энергии при приготовлении пищи:

- следите за тем, чтобы кастрюля и конфорка были одинакового диаметра, чтобы тепло использовалось оптимально;
- предотвращайте излишний расход тепла с помощью ровных и толстых днищ кастрюль и плотно прилегающих крышек;
- используйте остаточное тепло конфорки и духовки в электроплитах. Выключайте их, по меньшей мере, за 10 мин. До готовности блюда;
- готовьте в небольшом количестве жидкости и в закрытой кастрюле; это экономит энергию, воду, время, это полезнее и вкуснее;
- при приготовлении блюд, требующих много времени, пользуйтесь скороваркой;

- своевременно переключайте с наибольшей степени нагрева при доведении до кипения на умеренную степень, необходимую лишь для поддержания температуры кипения. Если у вас газовая плита — уменьшайте интенсивность пламени;

- откажитесь от предварительного прогрева духовки — для большинства блюд этого не требуется;

- пользуйтесь режимом принудительной циркуляции воздуха в духовке, т.к. это позволяет одновременно варить и печь на разных уровнях, при этом теплота распределяется лучше. Благодаря этому можно работать и при более низких температурах и даже приготовить полное меню в духовке. При одновременном приготовлении в духовке овощей, гарниров и мяса энергия расходуется оптимально;

- открывайте дверцу духовки только в тех случаях, когда это действительно необходимо;

- запекайте в духовке только большие куски мяса — весом более 1 кг. При меньших количествах готовить на конфорке экономнее;

- варите кофе по возможности в кофейной машине (с кофейником-термосом) — это экономнее, чем нагревать воду в кастрюле. Другие специальные приборы, как, например, яйцеварка или тостер, также сберегают энергию.

1. *Следуйте советам по экономии энергии при охлаждении и замораживании:*

- лучше купить морозильный ларь, а не морозильный шкаф, потому что ларь экономнее. Но не берите слишком большое устройство, т.к. полупустой ларь потребляет почти столько же энергии, что и полный;

- предотвращайте образование энергопожирающего инея: открывайте дверцы лишь ненадолго, ставьте или кладите только охлажденные и упакованные продукты и регулярно размораживайте холодильник;

- установите температуру в холодильнике на +7°C, а в морозильнике — на -18 °C — этого вполне достаточно.

Памятка по энергосбережению

ТЕПЛОСБЕРЕЖЕНИЕ

1. Не выбрасывайте деньги в окно

Окно, часами остающееся приоткрытым, вряд ли обеспечит вам приток свежего воздуха, но большой счет за отопление — наверняка. Лучше проветривать чаще, но при этом открывать окно широко и всего на несколько минут.

2. Не преграждайте путь теплу

Необлицованные батареи отопления не всегда красивы на вид, зато это гарантия того, что тепло будет беспрепятственно распространяться в помещении. Длинные шторы, радиаторные экраны, неудачно расставленная мебель, стойки для сушки белья перед батареями могут поглотить до 20% тепла.

3. Не перегревайте квартиру

Некоторые люди любят жарко натопленные квартиры, а потом поражаются большим счетам за отопление. Всегда помните: каждый дополнительный градус температуры в помещении обойдется примерно в 6% дополнительных затрат на энергию.

4. Не выпускайте тепло

На ночь опускайте жалюзи, закрывайте шторы, чтобы уменьшить потери тепла через окна.

5. Отапливайте свою квартиру, а не улицу

Между радиаторной батареей и стеной установите защитный экран из алюминиевой фольги. Фольга отражает тепло, излучаемое радиатором, и направляет его обратно в комнату. Благодаря этому можно сэкономить до 4% затрат на отопление.

Памятка по энергосбережению

ЭЛЕКТРОСБЕРЕЖЕНИЕ

1. Используйте энергосберегающие лампы

Энергосберегающие лампы потребляют энергии примерно на 80% меньше, чем традиционные лампы накаливания, а служат в 8-10 раз дольше.

2. Используйте наиболее экономичные бытовые приборы

Современные бытовые приборы часто обходятся меньшей энергией, чем их предшественники.

3. Разумно расставляйте мебель на кухне

Плита и холодильник или морозильник — плохие соседи! Из-за теплоотдачи плиты холодильный агрегат потребляет больше энергии.

4. Следуйте советам по использованию энергосберегающих ламп:

-использование лампы всегда должно соответствовать фактической потребности в освещении;

-используйте лучше одну мощную лампу, чем несколько слабomощных;

избегайте отраженного освещения;

-оборудуйте рабочие места, всегда ориентируясь на дневной свет и используя его;

=выбирайте место расположения светильника в соответствии с его функцией (лампа для чтения там, где действительно читают, и т.д.).

Правила экономного пользования водой, теплом и электроэнергией.

▲ Закрывай воду в кранах.

▲ Не разливай воду.

▲ При поломке крана – вызывай сантехника.

▲ Закрывай кран, пока ты чистишь зубы.

▲ Пользуйся стаканом для полоскания рта.

▲ Принимай короткий душ вместо ванны.

- ▲ Наливай в стакан воды столько, сколько выпьешь.
- ▲ Стирай свои личные вещи и одежду для кукол не под струей воды, а в тазике.
- ▲ Плотно закрывай кран, но не прилагай лишних усилий.
- ▲ Не оставляй долго открытыми форточки.
- ▲ Войдя в помещение, закрывай за собой дверь.
- ▲ Закрывай дверь в подъезде.
- ▲ Во время оклеивай окна, напоминай об этом взрослым.
- ▲ Не загромождай в доме источник тепла (батареи).
- ▲ Не делай сквозняков в квартире.
- ▲ Если вдруг разбилось стекло, немедленно попроси взрослого застеклить. 17.Уходя в детский сад, проверь, выключены ли электроприборы (плита, утюг, ТВ и др.).
- ▲ Выключай свет в квартире, во всех комнатах.
- ▲ Не забудь выключить свет в подъезде, если на улице уже светло.
- ▲ Приходя в детский сад, выключай свет в коридоре, если в нем нет необходимости.
- ▲ Напоминай взрослому выключить свет, если на улице уже светло.
- ▲ На окнах не должно находиться много предметов, чтобы они не мешали проникновению света в помещение.
- ▲ Помни: в комнате светло, когда окна чистые.
- ▲ Если смотришь ТВ, попроси взрослого выключить электроприборы, которые мешают просмотру телепередач.
- ▲ Если идешь в другую комнату, выключай за собой свет.

Консультация для родителей «Воспитание бережливости у детей»

Стоит ли уже в раннем детском возрасте воспитывать такое прагматическое качество как бережливость? И сама жизнь, и педагоги-психологи утверждают, что обязательно нужно этим заниматься. Практика показывает, что если взрослые очень легко относятся к деньгам, то и ребенок не научится быть разумным в своих потребностях. Он с детства не будет знать, что ему и в самом деле необходимо, а без чего можно обойтись. Пример? Пожалуйста. Девочке подарили красивые валенки ручной работы. Казалось бы, зачем такие же её подруге, если приходящая завалена ботиночками и сапожками всяких моделей? Но родители – не самые богатые люди – не вняли голосу разума, и по первому же капризу маленькой модницы купили довольно дорогую обновку. То есть преподали ребенку урок, что деньги в их семье ничего не значат.

А ведь бережливости надо учить только собственным примером. В педагогике просто не существует специальных методик воспитания разумного отношения к деньгам. Это значит, что

родители, прежде всего сами должны научиться по-хозяйски распоряжаться семейным бюджетом, распределять деньги по принципу необходимости. Только так этому научатся и дети.

Ничего страшного нет, если пяти – шестилетний ребенок вместе с родителями обсуждает предстоящие семейные траты. К этому возрасту, он должен понимать, откуда в семье берутся деньги. Его уже просветили, что такое «приятные» и «неприятные» расходы. То есть в категорию «неприятных» входят необходимые траты на оплату коммунальных услуг, штрафов, на расчеты с репетитором.

И только оплатив все эти неинтересные долги, можно начать обсуждать «приятные» расходы. Вот тут ребенок и учится отказываться от каких-то своих желаний, чтобы купить более необходимое. Он уже понимает, что на все потребности семейного бюджета не хватит.

В такой ситуации он учится думать не только о своих интересах. Все вместе обсуждают, что в этом месяце младшей сестренке необходимо купить сланцы, Интернет магазин, кстати, уже давно рекламирует подходящие. И у отца нет легкой обуви, а лето уже на носу. Конечно, на семейном совете все это должно звучать спокойно и взвешенно, безо всякой агрессии. Родители заранее все распланировали сами, и только потом вынесли на семейное обсуждение уже готовый проект. Все вместе могут что-то и подкорректировать. Важно, что дети с младшего возраста привлекаются к обсуждению серьезных покупок.

У ребенка обычно бывают карманные деньги. Немного дают родители, что-то подкидывают бабушки с дедушками и другие родственники. Если мама с папой последовательно воспитывают в сыне или дочери бережливость и умение распоряжаться своими доходами, то такие деньги им обязательно нужно давать. Есть родители, которые категорически против такой финансовой самостоятельности детей и предпочитают не выделять им ни копейки, считая, что сами купят им все необходимое.

А как же тогда ребенку научиться правильно тратить свои деньги? Наверно, у него не сразу это получится, будут и неразумные траты, ведь соблазнов вокруг очень много. Но постепенно он поймет свои ошибки. Так что и карманные деньги играют воспитательную роль.

С какого возраста лучше начинать воспитание бережливости? Этим можно заняться уже с пятилетнего возраста, отдавая ребенку мелкую сдачу от каких-то покупок. А карманными деньгами снабжать лет в 8 – 9. Конечно, сумма должна быть разумной. Ребенок знает, что эти деньги он не может потратить на что угодно и как попало. Они предназначены на школьный обед, на транспорт, письменные принадлежности. Он может побаловать себя мороженым, «кириешками».

Исходя из всего этого, родители и рассчитывают сумму «карманных» расходов. Это воспитывает в детях раннюю самостоятельность и серьезное отношение к деньгам. В будущем, когда придется принимать серьезные финансовые решения, эти уроки ему обязательно пригодятся.

Советы Берегоши для родителей

Экономим электроэнергию

Большинство возможностей экономии электроэнергии заключаются в изменении наших привычек. При этом вы экономите не только электроэнергию, но и деньги. Еще больших результатов можно добиться, если «с умом» подходить к выбору покупаемой вами бытовой техники, например, стиральных машин или лампочек. Помните, что, экономя электроэнергию, вы экономите деньги, а также способствуете улучшению состояния окружающей среды и разумному использованию полезных ископаемых ресурсов.

▼ Выключайте свет в том случае, если вы в нем не нуждаетесь.

Это элементарное правило — один из основных принципов экономии электроэнергии. Чаше протирайте лампочки и плафоны. При их загрязнении освещенность в квартире может снизиться на 10—15%.

▼ Отключайте от сети на ночь электроприборы.

Многие электроприборы, такие как радиотелефоны, телевизоры (в особенности те, для которых предусмотрена возможность дистанционного управления), потребляют электроэнергию в так называемом режиме «Stand-by», т.е. будучи просто подключенными к сети. Поэтому на ночь такую технику лучше полностью отключать.

▼ Включайте технику только тогда, когда это нужно.

Компьютер лучше включать тогда, когда вы действительно собираетесь работать, а не как только вы входите в комнату. Принтер лучше включать в том случае, если вы действительно собираетесь что-либо распечатывать, а не одновременно с компьютером.

▼ Используйте стиральную машину при полной загрузке.

На стирку и сушку расходуется десятая часть всей потребляемой вами энергии. Используйте более короткую программу стирки, результат которой вас устраивает. Если в вашей машине имеется режим сушки, может, не всегда его нужно использовать. Стирка несколько раз в неделю не при полной загрузке обойдется вам в большее количество моющих средств, воды и энергии.

▼ Настраивайте стиральную машину на как можно меньшую температуру.

Наибольшее количество энергии при машинной стирке уходит на подогрев воды. На стирку при температуре в 90 градусов тратится в три раза больше энергии, чем на стирку при температуре в 40 градусов. При этом известен тот факт, что стиральный порошок растворяется и активно реагирует с грязным бельем при температуре 40 градусов.

▼ Почаще размораживайте холодильник.

Если вы не будете регулярно размораживать холодильник, то на стенках морозильной камеры образуется лед. Таким образом, потребляемая холодильником электроэнергия расходуется не на замораживание ваших продуктов, а на процесс образования льда.

▼ Используйте ваш холодильник более эффективно.

Холодильники и морозильники являются одними из самых значительных «потребителей» электроэнергии в квартире. Добиться снижения расхода электричества можно, если следовать нескольким простым принципам. Прежде всего не забывайте, что температура в холодильнике должна быть около +2 — +3° С, а температура в морозильнике — от -15 до -18° С. Убедитесь,

что ваш холодильник установлен на значительном расстоянии от нагревательных приборов, печей и что он не подвергается воздействию прямых солнечных лучей. Желательно, чтобы на расстоянии, по крайней мере, 1 — 2 см вокруг холодильника было свободное пространство.

▼ Как готовить пищу, экономя при этом энергию.

Использование газовых плит является с точки зрения экологии лучшим вариантом, чем приготовление пищи на электроплитах. Если все же в вашей квартире установлена электроплита, то могут оказаться полезными несколько советов: во-первых, дно вашей сковороды или кастрюли должно иметь идеально плоскую внешнюю поверхность; во-вторых, следует выбирать такие сковородки и кастрюли, дно которых больше по размерам, чем нагревательная поверхность плиты; в-третьих, если вы выключите плиту на несколько минут раньше, не снимая с нее сковороду, то тепло плиты в течение достаточного времени будет сохраняться; в-четвертых, добавляйте как можно меньше воды и, наконец, в-пятых, при приготовлении пищи используйте посуду с крышкой. Не забывайте также о том, что дополнительного подогревания пищи можно избежать, если «укрывать» посуду с пищей, например, в одеяло; жидкие продукты отлично сохраняются в термосах.

▼ Устанавливаем энергосберегающие лампы.

Замените везде, где возможно, обычные лампы накаливания энергосберегающими лампочками. Сегодня их можно приобрести во многих магазинах. Энергосберегающие лампы обеспечивают такое же количество света, потребляя при этом на 70—80% энергии меньше. А, кроме того, такие лампы горят в 5—6 раз дольше обычных.

▼ Выбираем мощность.

Не везде требуется одинаковое количество света, поэтому для разных целей лучше использовать лампочки различной мощности. Так, просмотр телевизора требует гораздо меньшего освещения.

▼ Устанавливаем автоматические выключатели.

Во многих случаях очень удобно использовать автоматические выключатели, которые срабатывают после 5 — 7 мин. Горения лампы. Такие автоматические выключатели распространены на многих лестничных клетках многоквартирных домов.