

# Советы по энергосбережению и сохранению окружающей среды для вашей школы

## СТОЛОВАЯ

- Используйте энергосберегающие холодильники
- Выбирайте местные продукты
- Постный вторник! Проводите один день в неделю без мяса

## ТРАНСПОРТ

- Ходите пешком
- Велосипед
- Автобус

## МУСОР

- Сортируйте мусор
- Удобрения
- Переработка

## ОСВЕЩЕНИЕ

- На переменах
- На обеде
- Выключайте свет
- Используйте энергосберегающие лампочки

## ОТОПЛЕНИЕ И КОНДИЦИОНИРОВАНИЕ

- Займитесь теплоизоляцией
- Комфортная температура в помещениях: (18-20) °C - зимой, 26 °C - летом
- Отапливайте помещения, когда это необходимо
- Закрывайте двери и окна

## ГОРЯЧАЯ ВОДА

- Используйте нагреватель с таймером или чайник

## Организации, которые могут помочь

- МИНОБРНАУКИ.РФ
- MINENERGO.GOV.RU

## ОБОРУДОВАНИЕ

- Выбор оборудования
- Выключайте
- Отключайте от сети компьютеры, когда не используете их
- Отключайте от сети копиры и принтеры, когда уходите домой
- Запомните: спящий режим не экономит энергию

- Рассмотрите возможность использования энергии солнца

- Используйте нагреватель с таймером или чайник

- Выбирайте оборудование с минимальным энергопотреблением

- У меня урок!
- Отключайте от сети компьютеры, когда не используете их

Запомните: спящий режим не экономит энергию

- Используйте энергосберегающие холодильники

- Выбирайте местные продукты

- Постный вторник! Проводите один день в неделю без мяса

- Ходите пешком

- Велосипед

- Автобус

- Сортируйте мусор
- Удобрения
- Переработка

- На переменах
- На обеде
- Выключайте свет

- Используйте энергосберегающие лампочки

- Отапливайте помещения, когда это необходимо

- Займитесь теплоизоляцией

- Комфортная температура в помещениях: (18-20) °C - зимой, 26 °C - летом

- Закрывайте двери и окна

- Закрывайте двери и окна

## ВСЕ ЭЛЕКТРО-ПРИБОРЫ



Уходя из дома, выключайте электроприборы, в том числе компьютер, который находится в режиме ожидания.

## ЭНЕРГО-СБЕРЕГАЮЩИЕ ЛАМПОЧКИ



Ко всем осветительным приборам можно подобрать энергосберегающие лампочки нужного размера.

## ЗАРЯДНЫЕ УСТРОЙСТВА



Выключайте зарядные устройства, если они уже не подключены к гаджетам.

## МОНИТОРЫ КОМПЬЮТЕРА И ТЕЛЕВИЗОР



Уменьшите контрастность у монитора компьютера и экрана телевизора.

## ХОЛОДИЛЬНИК



Холодильник лучше устанавливать подальше от плиты и окон и вовремя размораживать.

# КАК СЭКОНОМИТЬ НА ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ?



## ПЫЛЕСОС



Фильтры и мешки пылесоса нужно вовремя очищать, чтобы не создавать дополнительную нагрузку и не уменьшать тягу воздуха.

## ОКНА



Не заставляйте большими растениями окна и днем держите шторы открытыми.

## ЭЛЕКТРОЧАЙНИК



Нагревайте в электрочайнике только необходимое количество воды. Электрический чайник также можно заменить обычным.

## КОНДИЦИОНЕР



Включайте кондиционер только при закрытых дверях и окнах, чтобы он не работал вхолостую.

## СЧЕТЧИК



Установите многотарифный счетчик, который учитывает потребление энергии в зависимости от времени суток (дневной и ночной тарифы).

# Как сберечь энергию: ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

## Досуг



поделитесь советами с друзьями и знакомыми



посадите дерево

закаляйтесь



## Освещение

выключайте свет!



используйте энергосберегающие лампы

мойте окна и плафоны



поставьте терморегуляторы на батареи



## Отопление

утеплите окна

закрывайте окна и двери, когда включаете кондиционер

## Вода

Установите счётчики потребления воды

Плотно закрывайте краны



принимайте душ вместо ванны



## Питание

выбирайте местные продукты

сократите потребление мяса



## Электроприборы

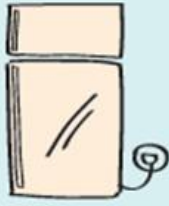
выключайте электроприборы из сети



не ставьте холодильник и плиту рядом

покупайте технику с низким энергопотреблением

A+



## Транспорт

пользуйтесь общественным транспортом или используйте экономичные автомобили



чаще ходите пешком и ездите на велосипеде



**Энергосбережение - это не только сэкономленные деньги семейного бюджета, это и забота о тех, кому предстоит жить после нас на планете ЗЕМЛЯ !!!**

**КАК СБЕРЕЧЬ ЭНЕРГИЮ**  
**ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ**

выключайте  
электроприборы  
из сети

используйте  
энергосберегающие  
лампы

поставьте  
терморегуляторы  
на батареи

выключайте  
электроприборы  
из сети

закрывайте  
окна и двери  
когда включаете  
кондиционер

не ставьте  
холодильник  
и плиту  
рядом

утеплите  
окна,  
выключайте  
свет

чаще  
ходите пешком  
и ездите на  
велосипеде

покупайте  
технику  
с низким  
энергопотреблением  
класса «А»

поделитесь  
советами  
с друзьями и  
знакомыми

пользуйтесь  
общественным  
транспортом



# КАК СБЕРЕЧЬ ЭНЕРГИЮ?

## Практические советы

### ОСВЕЩЕНИЕ



- Ваши окна должны быть чистыми. Грязные окна «крадут» до 30% естественного света, попадающего к вам в дом.
- Содержите лампы и плафоны в чистоте: пыль и грязь могут снизить их эффективность на 10-30%.
- Не оставляйте зарядное устройство (для мобильного телефона, фотоаппарата и т.п.) включенным в розетку без заряжаемого аппарата.
- Бытовые приборы потребляют электроэнергию даже в «спящем» режиме, поэтому при длительном бездействии приборов отключайте их полностью.
- Уходя, гасите свет.

### НА КУХНЕ



- При приготовлении пищи закрывайте кастрюли крышками: это почти на треть сокращает время и расход энергоресурсов.

- Применяйте посуду с ровным дном, которое равно или чуть больше диаметра конфорки.
- Своевременно удаляйте накипь внутри электрочайника, кипятите необходимое количество воды.
- Установите холодильник в прохладном месте, подальше от плиты и батарей.

### ОТОПЛЕНИЕ



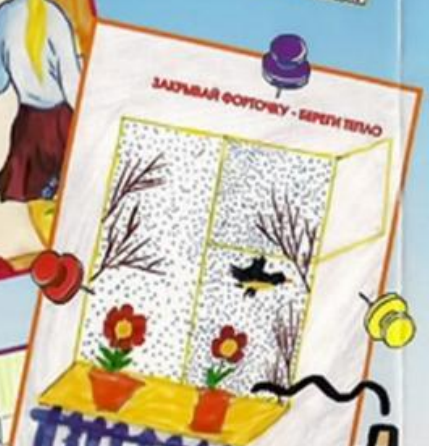
- Утеплите окна и двери. Через плохо утепленные окна может теряться до 50% тепла.
- Держите отопительные батареи чистыми и снаружи, и внутри. Не заслоняйте батарею мебелью или шторами.
- Проветривайте помещение в «ударном» режиме, широко открывая окно на короткое время.
- За это время воздух успеет смениться, а стены и батареи не остынут.

ГУ «ВОЛГОГРАДСКИЙ ЦЕНТР ЭНЕРГОЭФФЕКТИВНОСТИ»  
ВОЛГОГРАД, 400131, УЛ. МИРА, 19  
ТЕЛ./ФАКС: (8442) 333-80 WWW.VCE34.RU

**ЭКОНОМИТЬ ЭНЕРГИЮ-  
ЭТО ПРОСТО!**

# Энергосбережение

- ✓ Не заслоняйте отопительные батареи мебелью и шторами!
- ✓ Выключайте свет, когда выходите из комнаты!
- ✓ Выключайте электроприборы, когда ими не пользуетесь!
- ✓ Пользуйтесь настольной лампой, когда нет необходимости в общем освещении комнаты!
- ✓ Используйте энергосберегающие лампы, при той же мощности они потребляют меньше электроэнергии!
- ✓ При приготовлении пищи на электроплите выключайте её за несколько минут до готовности пищи!
- ✓ Накрывайте крышкой кастрюлю при варке пищи!
- ✓ Поставьте холодильник как можно дальше от источников тепла!
- ✓ Используйте стиральную машину только при полной загрузке!
- ✓ Установите в квартире счётчики холодной и горячей воды!
- ✓ Не оставляйте открытыми без необходимости краны горячей и холодной воды!
- ✓ Принимайте душ вместо ванны, при этом расходуется гораздо меньше воды!
- ✓ Дайте доступ дневному свету - раздвиньте занавески!



# БЕРЕГИ ЭНЕРГИЮ!

## ЭНЕРГИЯ - ЗАГАДОЧНОЕ СЛОВО



Энергия нужна, чтобы вырастить урожай, произвести товары, отопить дом или посмотреть телевизор. Ее производство требует немалых средств и использования природных ресурсов. Энергию надо использовать эффективно!

## УТЕПЛИТЕ СВОЙ ДОМ

Утеплите дом и установите окна с двойным остеклением и энергоэффективным стеклом. Это повысит комфорт и значительно снизит потребление энергии необходимой для отопления зимой.



## ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ МАРКИРОВКА



Покупая новое бытовое оборудование, обратите внимание на его класс энергетической эффективности. Наиболее экономичные электроприборы имеют класс «A++» и «A+++».

## ВЫКЛЮЧАЙТЕ СВЕТ И ПРИБОРЫ

Выключайте за собой свет и всё оборудование. Не оставляйте электроприборы в режиме ожидания (standby). Так они все равно потребляют электроэнергию, которая расходуется впустую.



## ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩИЕ КАЧЕСТВЕННЫЕ ЛАМПЫ

Покупайте и используйте энергосберегающие лампы (например, светодиодные или компактные флуоресцентные лампы) хорошего качества. Они экономичны и служат в 10-15 раз дольше обычных.



Беречь энергию может каждый!

## АЛЬТЕРНАТИВНАЯ ЭНЕРГИЯ



Установите солнечные панели или водонагреватели на крыше дома. Альтернативные источники энергии (ветер, солнце, вода) являются более экологически чистыми, безопасными и автономными.

## НА ВЕЛОСИПЕДЕ ЛУЧШЕ

Пользуйтесь велосипедом и общественным транспортом вместо автомобиля. Это предотвращает выбросы CO<sub>2</sub>, бережет топливо и энергию.



Энергосбережение – самый дешевый и чистый источник энергии!