

# Oszczędzanie energii każdego dnia

Zbiór prostych pomysłów dla każdego



Finansowane przez  
Unię Europejską

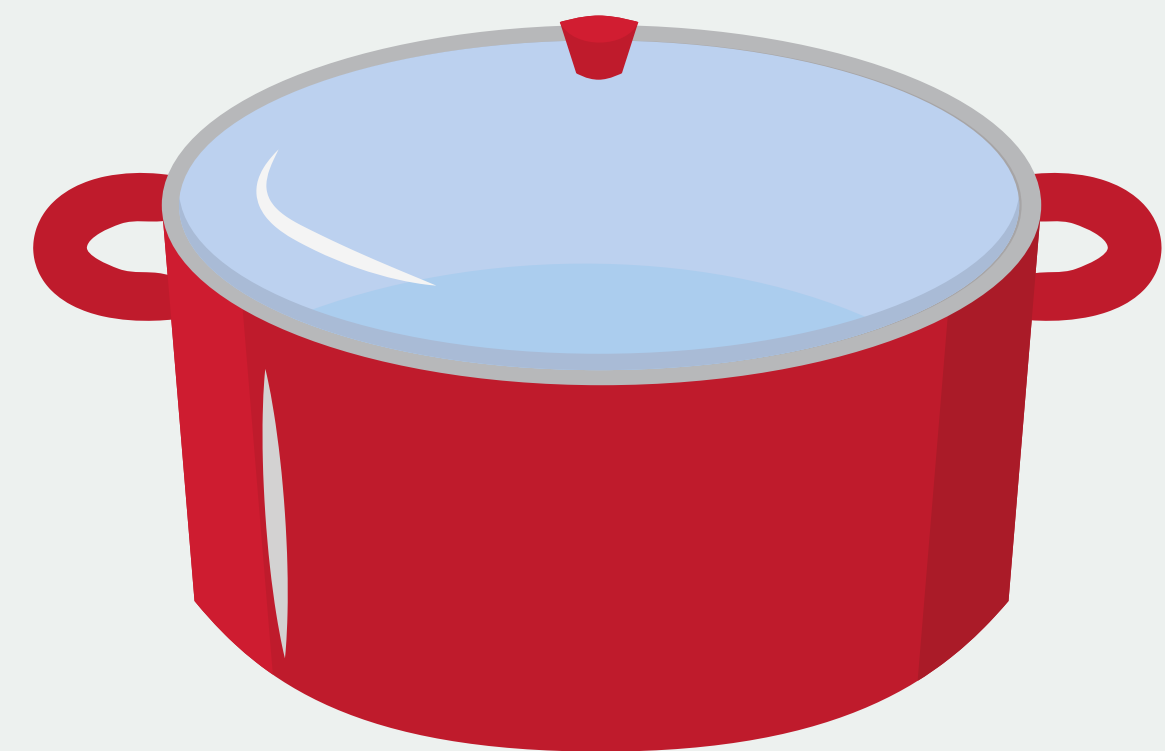




# Używaj pokrywek podczas gotowania, aby skrócić czas gotowania i zminimalizować straty energii

Stosowanie pokrywek do garnków pozwala zmniejszyć straty energii spowodowane parowaniem podczas gotowania wody w garnku.


Czytaj więcej: <https://ekoguru.pl/baza-wiedzy/gotowanie-z-pokrywka/>

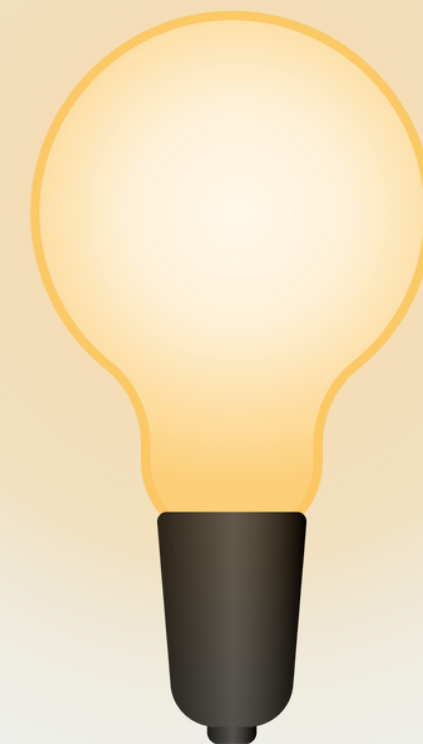


# Zastąp tradycyjne żarówki energooszczędnymi żarówkami LED

Tradycyjna żarówka o mocy 40W emituje światło o podobnym natężeniu co LED o mocy 4-5W przy około 10-krotnie większym poborze mocy.

Czytaj więcej: <https://koman.pl/wymiana-domowego-oswietlenia-na-led-ile-mozna-oszczedzic/>

 oszczędzisz **60-80%** energii



# Wyłączaj światło, gdy opuszczasz pomieszczenie

Prosty sposób na ograniczenie zużycia prądu to niekorzystanie z niego, gdy jest nam zbędny. Wyłączaj światło przy wychodzeniu z pomieszczenia, a w miejscach rzadko uczęszczanych (garaż, pomieszczenia gospodarcze) możesz zainstalować światła z czujnikami ruchu.



# Napraw ciekący kran, niesprawną spłuczkę w toalecie

Nawet 5 tys. litrów wody rocznie tracą Polacy z powodu nieszczelnych kranów czy spłuczek – wyliczyli inżynierowie z Krakowa.

Czytaj więcej:

<https://www.forbes.pl/wiadomosci/kapiacy-kran-to-strata-nawet-5-tys-litrow-rocznie/nyg8kz1>



oszczędzisz do 10% energii



# Pranie wykonuj w niższej temperaturze

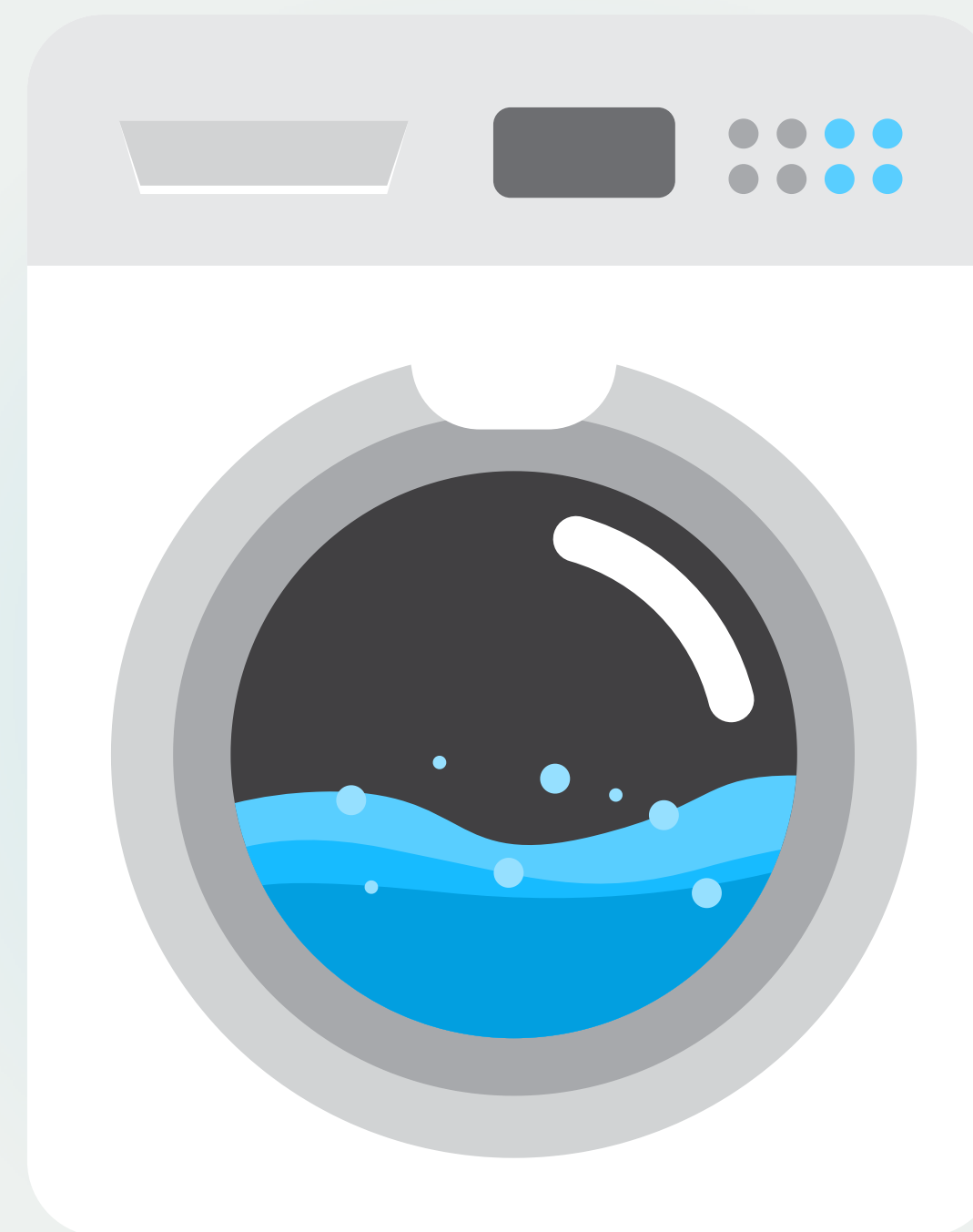
Pranie ubrań w 20 st. Celsjusza zamiast w 40 st. oszczędza około 66 proc. energii na cykl, co świadczy o tym, że taki sposób dbania o garderobę zmniejsza zużycie energii i emisję CO<sub>2</sub>.

Czytaj więcej:

<https://naukawpolsce.pl/aktualnosci/news%2C80333%2Cbadanie-pranie-w-nizszej-temperaturze-lepsze-dla-ubran-i-srodowiska.html>



oszczędzisz do **66%** energii

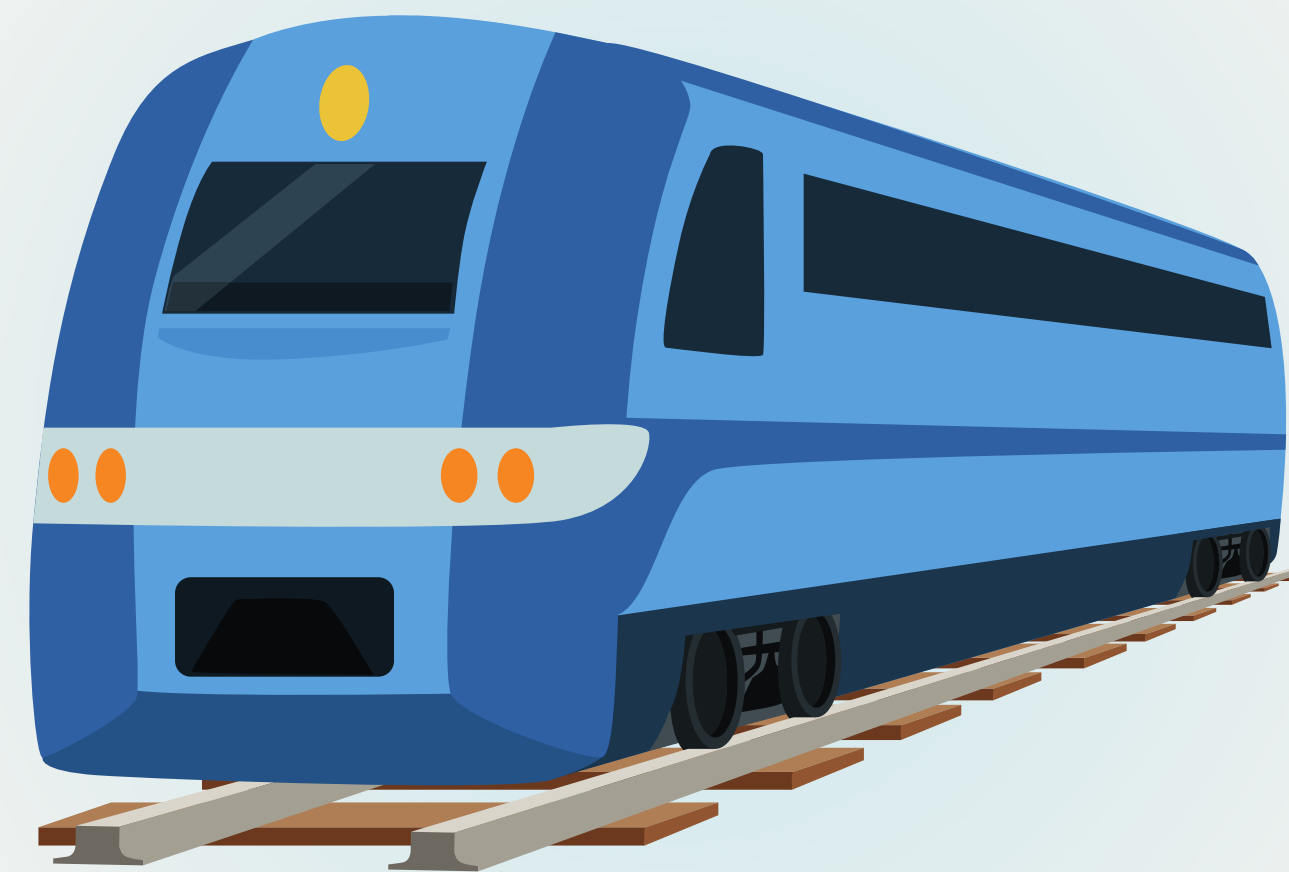


# Zamień auto na transport publiczny

Samochód to zdecydowanie wygodna opcja, jednak komunikacja publiczna często pozwala na oszczędność czasu (buspasy, tory), przyczynia się do zmniejszenia korków, jest odpowiednia dla środowiska z racji zmniejszenia emisji spalin na pasażera. Często dojazd do pracy komunikacją miejską to dodatkowy “wolny” czas w ciągu dnia.

Czytaj więcej:

<https://mubi.pl/poradniki/komunikacja-miejska-czy-samochod-co-czesciej-wybieramy-i-co-sie-bardziej-oplaca/>



Ile z tych  
sposobów już  
stosujesz?





Opracowano w ramach projektu *Ekologia ponad wszystko! Chcemy czystego środowiska!* finansowanego ze środków budżetu Unii Europejskiej (program Europejski Korpus Solidarności).



Finansowane przez  
Unię Europejską

