

□
Oszczędzaj ciepło i dbaj o środowisko!

- **Zainstaluj termostat przy swoim grzejniku**

Termostat to urządzenie przygrzejnikowe, które otwiera i zamyka zawór grzejnikowy, zwiększając lub zmniejszając ilość wody docierającej do naszego kaloryfera. Dzięki temu wpływa na ilość ciepła dostarczanego przez grzejnik do pomieszczenia.

- **Reguluj temperaturę w pomieszczeniu za pomocą termostatu**

Wyreguluj zawory termostatyczne tak, aby temperatury w poszczególnych pomieszczeniach dostosować do swoich indywidualnych potrzeb oraz pory dnia. Ważna jest tutaj temperatura w pomieszczeniu, a nie temperatura grzejnika. W okresie nocnym kiedy śpimy, spada zapotrzebowanie na ciepło. W pustym salonie i pokojach możemy zmniejszyć temperaturę o kilka stopni ustawiając zawór termostatyczny na niższe wartości. W przypadku naszej dłuższej nieobecności w mieszkaniu zawór termostatyczny powinien być przykręcony do minimum, nie mniej jednak niż do temperatury 16°C.

Ustaw termostat, w zależności od pomieszczeń, na poziom:

2/3 – sypialnia - noc (temp. 18-19 °C) **3** – pokoje i jadalnia (temp. ok.20-21 °C) **4** – łazienka (temp. 24 °C)

- **Wychodząc z domu ogranicz ogrzewanie**

Obniż (nie wyłączaj ogrzewania całkowicie!) temperaturę, gdy jesteś poza domem poprzez regulację termostatu. Obniżenie temperatury tylko o 1°C pozwala zaoszczędzić ok. 5% ciepła, ale nie wychładza mieszkania. Całkowite ogrzanie wychłodzonego mieszkania pochłania wiele energii, ponadto wychłodzenie mieszkania poniżej temperatury 16°C może mieć negatywny wpływ na budynek, jego zawilgocenie i zagrzybienie.

- **Nie zasłaniaj grzejników**

Długie zasłony, zasłonięte meblami grzejniki i zamontowane na grzejnikach suszarki na ręczniki, bieliznę itp. mogą pochłonąć nawet 20% ciepła! Grzejnik działa w sposób prawidłowy, jeżeli umożliwimy swobodny przepływ powietrza wokół niego. Zastawienie meblami grzejnika spowoduje, że będzie on oddawał ciepło do ogrzewanego pomieszczenia w ograniczonym zakresie i praktycznie będzie ogrzewał zastawiające go meble. Zasłonięcie grzejnika zasłoną spowoduje, że ogrzane powietrze będzie od razu wywiewane przez nasze okna (zwłaszcza jeżeli są nieszczelne) i ciepło to zostanie bezpowrotnie stracone, a pokój będzie niedograny.

- **Wietrz krótko i intensywnie**

Wietrz pomieszczenia krótko i intensywnie, aby nie wyziębicił ścian. Na czas wietrzenia skręć termostat, aby nie dogrzewał niepotrzebnie pomieszczenia. Po zamknięciu okna odczekaj 10 min. i ponownie odkręć termostat.

- Odsuń zasłony i firanki
- 5-10 min przed wietrzeniem zamknij termostaty w wietrzonym pokoju
- Otwórz szeroko drzwi balkonowe lub okno
- Opuść pomieszczenie na czas wietrzenia (ok. 5 min.), w czasie wietrzenia zamknij drzwi do wietrzonego pokoju
- Po przewietrzeniu, zamknij balkon lub okno
- Po zakończeniu wietrzenia odczekaj 10 min. i ponownie odkręć termostat

Ten sposób wietrzenia zapewni Ci pełną wymianę powietrza i jednocześnie nie utracisz ciepła "zmagazynowanego" w ścianach pokoju i meblach.

- **Zamontuj ekrany przygrzejnikowe**

Ekran chronią przed bezpośrednim nagrzewaniem ściany przy grzejniku i ucieczką ciepła na zewnątrz. Zwłaszcza, jeśli grzejnik schowany jest we wnęce, gdzie ściana w tym miejscu jest cieńsza. Ekran ma za zadanie odbijać promieniowanie cieplne i izolować nie dopuszczając do ogrzewania ściany. Zamontowane za grzejnikami ekrany, pozwalają zaoszczędzić około 4% kosztów ogrzewania, dzięki temu, że ciepło będzie emitowane do środka pomieszczenia. Dzięki materiałowi izolacyjnemu, który odbija nawet do 90% ciepła, nie będzie ono emitowane na ścianę, przez którą przenika na zewnątrz budynku.

- **Zasłaniaj na noc okna**

Używaj na noc żaluzji, zasłon lub okiennic, które zasłaniając okna, zapobiegają zbędnym utratom ciepła.

- **Zadbaj o części wspólne budynku**

Pamiętaj o zamykaniu drzwi i okien na klatkach schodowych, w piwnicach czy suszarniach. Nie należy przegrzewać pomieszczeń wspólnych, ale też doprowadzać do zbytniego wychłodzenia budynku, szczególnie w okresie przejściowym.

Rozejrzyj się po swoim budynku, a na pewno znajdziesz suszarnie, pralnie, pomieszczenia gospodarcze, piwnice, gdzie temperatury są zbyt wysokie. Warto zacząć oszczędzać ciepło również tam. Nie należy jednak likwidować grzejników w pomieszczeniach niemieszkalnych. Takie działanie może być przyczyną nie tylko zniszczeń w tych pomieszczeniach (wilgoć, grzyb, przemarzanie ścian, rdza), ale także konieczności dostarczenia większej ilości ciepła do pomieszczeń mieszkalnych sąsiadujących z takimi pomieszczeniami.