

INSTRUKCJA MAJĄCA NA CELU ZMNIJSZENIE ZUŻYCIA ENERGII ELEKTRYCZNEJ W MIEJSKIM OŚRODKU POMOCY RODZINIE ORAZ JEDNOSTKACH PODLEGLYCH

Zasady i działania określone w niniejszej Instrukcji stosuje się w budynku administracyjnym Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie oraz w innych budynkach i częściach budynków w których Ośrodek realizuje zadania, dotyczą wszystkich pracowników i wszyscy pracownicy zobligowani są do przestrzegania jej zapisów

1. Oświetlenie

Najważniejsze zasady energooszczędnego używania światła:

- 1) Należy wyłączać zbędne światło,
- 2) Należy w maksymalny sposób wykorzystywać światło naturalne np. odsłonięte rolety itp.,
- 3) W przypadku opuszczania pomieszczeń na krótki czas - do 5 minut, w których świeci się świetlówka energooszczędna nie gasić światła - zbyt częste włączanie świetlówek lub innego źródła może powodować zwiększony pobór energii przy jego rozruchu,
- 4) Należy gasić światło w pomieszczeniach, w których się nie przebywa - w tym każdorazowo po wyjściu z toalety,
- 5) Należy regularnie czyścić oprawy oświetleniowe i źródeł ciepła, ponieważ osadzający się kurz znacznie ogranicza skuteczność świecenia, powodując spadek skuteczności świecenia nawet o 50%.

2. Komputery, sprzęt RTV, wyposażenie biur i pomieszczeń usługowych .

- 1) Nie należy pozostawiać włączonego komputera na noc czy na weekendy,
- 2) Przed włączeniem komputera warto przygotować sobie pracę, a następnie uruchomić komputer,
- 3) Na czas wyłączonego komputera należy wyłączyć również listwę zasilającą, ponieważ nawet wyłączony zestaw komputerowy z drukarką może zużywać w stanie czuwania do 40 W,
- 4) Przy planowanej dłuższej przerwie komputer należy wyłączyć - już przy piętnastu minutach przerwy jest to opłacalne,
- 5) Drukarkę indywidualną należy włączać dopiero przed drukowaniem, praca w trybie czuwania zużywa energię,
- 6) Należy, kiedy tylko jest to możliwe, korzystać z funkcji drukowania dwustronnego,
- 7) Należy pamiętać o wyłączaniu urządzeń na czas kiedy nie są używane. Ładowarka, która jest podłączona do gniazdka elektrycznego pobiera energię nawet wówczas, kiedy telefon, tablet lub laptop nie jest do niej podłączony. Należy pamiętać o odłączaniu ich z sieci.

3. Urządzenia chłodzące, lodówki i zamrażarki.

- 1) Najważniejsze to pamiętać, aby nie wkładać ciepłych i gorących produktów do lodówki. Należy pozostawić gorące produkty do czasu ostygnięcia, czyli minimum do osiągnięcia temperatury pokojowej,
- 2) Należy pamiętać, aby urządzeń chłodzących nie stawiać w ciepłych pomieszczeniach, zwłaszcza w pobliżu kaloryferów, grzejników, pieców lub w miejscach silnie nasłonecznionych,

- 3) Nie należy zabudowywać urządzeń, które nie są do tego przystosowane, zła wymiana powietrza z tyłu chłodziarki powoduje, że chłodziarka dłużej pracuje i częściej się włącza zużywając więcej prądu,
- 4) Należy pamiętać, aby minimum raz w roku odkurzyć zewnętrzny wymiennik ciepła (drabinka z tyłu lodówki), co spowoduje większą sprawność lodówki,
- 5) Należy dostosować temperaturę w lodówce do faktycznych potrzeb. Najodpowiedniejsza temperatura w lodówce to 6 - 8 ° C, a w zamrażarce - 18 ° C,
- 6) Lodówkę lub zamrażarkę należy otwierać na jak najkrótszy czas a pożywienie które ma być w niej z powrotem umieszczone powinno zostać w niej umieszczone jak najszybciej, zanim niepotrzebnie się ogrzeje,
- 7) Należy regularnie myć chłodziarkę, wodą z łagodnym detergentem, w tym również uszczelkę drzwiową, przez którą w przypadku nieszczelności dostaje się do środka ciepło z otoczenia, jeżeli uszczelka jest uszkodzona należy ją wymienić,
- 8) Chłodziarko - zamrażarki, które nie mają automatycznej funkcji odmrażania, należy regularnie odmrażać, warstwa lodu nie powinna być grubsza niż 10 mm,
- 9) Chłodziarki podzielone są na strefy temperaturowe, w których układa się poszczególne rodzaje produktów, dlatego należy stosować zasady podane przez producentów. W ten sposób unika się niepotrzebnego chłodzenia niektórych produktów.

4. Oszczędne gotowanie.

- 1) Należy pamiętać, aby używać przykrywek do garnków. Gotując w otwartych naczyniach traci się nawet 30% energii,
- 2) Należy dobierać odpowiednio większe średnice garnków w stosunku do średnic palników (powierzchni grzewczych płyt) - garnek nie może być mniejszy niż grzejące pole, dzięki czemu unika się strat ciepła,
- 3) Należy używać naczyń o płaskich dnach. Naczynia które nie przylegają całą powierzchnią dna do płyty zużywają do 50% energii elektrycznej więcej,
- 4) Do momentu zagotowania należy trzymać maksymalną moc grzewczą, a następnie zmniejszyć do niezbędnego minimum,
- 5) Płyty kuchenne powinny być utrzymane w czystości nie tylko ze względów estetycznych czy sanitarnych, ale również oszczędnościowych - zanieczyszczona powierzchnia utrudnia przepływ ciepła,
- 6) Gotując wodę należy nalewać jej tyle, ile jest rzeczywiście potrzebne,
- 7) Podczas korzystania z piekarnika nie należy go niepotrzebnie otwierać, warto za to zastosować termoobieg. Jeśli to możliwe warto stosować niższą temperaturę pieczenia wydłużając czas pieczenia.

5. Sprzątanie.

- 1) Należy pamiętać o regularnej wymianie filtrów workowych, nawet częściej niż wskaźnik zasygnalizuje pełny worek. Moc urządzenia wzrasta, im bardziej zanieczyszczone są worki, powodując wzrost zużycia energii. Podczas odkurzania należy regulować moc pracy urządzenia, zwiększając do maksimum tylko wtedy, gdy na mniejszej mocy urządzenie sobie nie radzi,
- 2) Należy wymienić worek, mimo że jest w nim jeszcze sporo wolnej przestrzeni, w przypadku niektórych zanieczyszczeń pyłowych jak np. mąka, pyły budowlane, które skutecznie zatykają pory filtrów,
- 3) Odkurzając nie należy się spieszyć, gdyż wolniejsze przemieszczanie końcówki dyszy ssącej po podłożu zwiększa efektywność zbierania brudu, czyli w rzeczywistości skraca czas odkurzania.

- 4) Należy wykorzystać pełną pojemność zmywarki. Jeśli konieczne jest wstawienie mniejszej zawartości, należy ustawić odpowiedni program. Wskazane jest korzystanie z energooszczędnych programów o niższej temperaturze i dłuższym czasie trwania, i unikanie funkcji suszenia naczyń w zmywarce.

6. Pranie.

- 1) Należy używać skróconych programów prania do oczyszczania mniej zabrudzonych ubrań,
- 2) Należy zaczynać pranie dopiero wtedy, kiedy zapelniony jest pełny wkład pralki,
- 3) Pralka pobiera więcej prądu w przypadku wyższej temperatury. Dlatego, jeśli to tylko możliwe należy prać niskiej temperaturze. Należy wykorzystywać programy energooszczędne programy o niższej temperaturze prania.

7. Zakup sprzętu i urządzeń zasilanych energią elektryczną.

- 1) Planując zakupy sprzętu i urządzeń należy zwrócić uwagę na klasę energetyczną. Wybierając sprzęt z najwyższą klasą energetyczną można zaoszczędzić nawet 75% energii elektrycznej. Należy zatem nie kierować się tylko ceną urządzenia, ale także tym, jaką klasę energetyczną posiada.

DYREKTOR
Miejskiego Centrum Pomocy Rodzinie
w Słupsku
Marcin Treder



