**Úspora energie v domácnosti**

Drobnými opatřeními v každodenním životě můžeme ušetřit energii i peníze. Drobné kroky šetrné k životnímu prostředí, respektive vytváření správných návyků, povedou ke snížení emisí, což ochrání životní prostředí před klimatickými změnami.

Domácnosti produkují přibližně čtvrtinu všech přímých emisí CO2, které se v současné době vyprodukují v zóně Evropské unie. Věděli jste, že sedmdesát procent energie, kterou my, občané EU, spotřebujeme, jde na vytápění a chlazení našich domovů?

Zde je několik důležitých rad, které jsou pro snížení emisí CO2 zásadní a které byste měli zavést do svého každodenního života, abyste chránili naše klima i své zdraví, které je čistým vzduchem ovlivněno:

1. **Zbytečně neohřívejte nebo nepřehřívejte vodu.** Nastavte ohřívač vody na maximální teplotu 60 °C, aby pracoval efektivně a zároveň hygienicky.
2. **Používejte termostat rozumně.** Věděli jste, že místnost se nezahřeje rychleji, pokud zvýšíte teplotu? Je to stejné jako při pečení dortu, vyšší teplota nezpůsobí, že se dort upeče rychleji.
3. **V horkých dnech zakryjte okna žaluziemi, markýzami a závěsy.** To vám pomůže udržet v místnosti během horkého počasí chladněji a zabrání nadměrnému používání klimatizace.
4. **Místo klimatizace používejte ventilátory.** Tato zařízení spotřebují mnohem méně elektřiny než standardní klimatizace.

**Důležitost tepelné izolace**

Tepelná izolace - slyšel o ní každý, kdo plánuje stavbu domu nebo rekonstrukci bytu. Hraje důležitou roli v kontextu energetické náročnosti budovy a je faktorem, který by měl být zohledněn při plánování a provádění stavebních prací. Tepelná izolace použitá v nemovitosti přispívá k udržení tepla. Čím je lepší, tím déle se teplo udrží uvnitř budovy, což zajišťuje pohodlné a úsporné bydlení - zejména v zimních měsících, kdy jsou nároky na vytápění výrazně nejvyšší. Použití kvalitní tepelné izolace totiž přináší výrazné úspory účtů, protože zvyšuje energetickou účinnost budovy a snižuje její potřebu tepelné energie. Dobré zateplení našeho domu, bytu, kanceláře či jakékoli užitkové místnosti zajistí správný výběr oken, dveří a použití izolace stěn budovy pomocí kvalitních tepelně izolačních materiálů. Zde je několik kroků, jak ušetřit peníze, udržet teplo v domě a přispět k ochraně klimatu:

1. **Vyměňte okna s jednoduchým zasklením za okna s dvojitým zasklením.** Dvojité zasklení zadrží o 50-70 % více tepla než jednoduché. Pokud tuto možnost nemáte, použijte silné závěsy, které budou působit jako dodatečná ochrana proti úniku tepla.
2. **Průvan může být jednou z hlavních příčin tepelných ztrát.** Energii můžete ušetřit utěsněním mezer kolem oken nebo instalací ochrany proti průvanu pod dveřmi.
3. **Nainstalujte reflexní fólie zadržující teplo za radiátory, otopná tělesa.** Reflexní fólie využívají speciální technologii, která odráží teplý vzduch z radiátoru do místnosti. Jedná se o energeticky úsporný a rychlý způsob, jak snížit účty za vytápění.
4. **Když zapnete topení, nezapomeňte mít vždy zavřená okna a dveře.**

**Možné úspory v kuchyni**

Kuchyně je jednou z hlavních místností v domě, kde spotřebováváme nejvíce elektřiny. V několika následujících krocích se dozvíte, co udělat, abyste ve své domácnosti docílili snížení účtů za elektřinu.

1. **Kupujte certifikované energeticky účinné spotřebiče.** V Evropské unii má mnoho výrobků každodenní potřeby, jako jsou myčky nádobí, chladničky, trouby a domácí spotřebiče, energetický štítek EU, který udává třídu spotřeby energie.
2. **Zkontrolujte, zda je vaše trouba řádně utěsněna.** Vyměňte svou starou troubu za troubu třídy A, což vám pomůže ušetřit až 200 EUR za dobu její životnosti.
3. **Používejte myčku nádobí.** Většina myček nádobí má režim ECO, který spotřebuje méně vody a energie. Nezapomeňte vždy zapnout plně naloženou myčku nádobí
4. **Vařte jen tolik vody, kolik potřebujete.** Není třeba vařit plnou konvici vody, pokud si hodláte uvařit pouze šálek kávy nebo čaje. Nezapínejte konvici zpět, když v ní převařená voda stojí pouze několik minut.

**Moudré používání pračky při praní prádla**

Rozumné používání pračky je důležitým aspektem úspory peněz a snížení spotřeby elektřiny a vody. Věděli jste, že mnoho lidí používá pračku nevědomky nesprávným způsobem? Toto je několik pravidel, díky kterým si uvědomíte, jak prát rozumně:

1. **Buben pračky vždy naplňte do plna**. Neperte pouze několik kusů oblečení, ale také nepřekračujte hmotnost bubnu.
2. **Zvolte nejnižší vhodnou teplotu.** V současné době jsou prací prostředky natolik účinné, že vyperou většinu oděvů při nízkých teplotách.
3. **Vynechejte cyklus předpírky, pokud vaše oblečení není příliš špinavé.**
4. **Pokud je to možné, nepoužívejte sušičku.** Cyklus sušičky může spotřebovat dvakrát více energie než průměrný cyklus pračky.

**Ekologická pravidla používání elektřiny**

Elektřina, bez níž bychom nemohli fungovat. Elektřinu používáme každý den, nabíjíme telefony, používáme spotřebiče, osvětlujeme místnosti. Elektřina nám usnadňuje život a její fungování je na ní závislé. Abychom jí co nejvíce ušetřili, měli bychom dodržovat ekologická pravidla:

1. **Využívat denní světlo**
2. **Nezapomínejte vypínat světla, když je nepoužíváte**
3. **Vyměňte žárovky za úsporné.**
4. **Odpojte nepoužívané zařízení od kontaktů pomocí více zásuvkové lišty**
5. **Nepřehřívejte svůj byt.**
6. **Jídlo vařte zakryté**