

# Energetické pexeso II.

32 tipov ako neplytvať energiou

Zabav sa a začni šetriť!



# Zahraj sa a zisti, či vieš šetriť energiou, alebo ňou plytváš

**Kde ju najčastejšie míňaš zbytočne? Obrázky ti napovedia a v texte nájdeš návody, ako šetriť a využívať obnoviteľné zdroje energie, či už doma, v škole alebo na ulici. Šetriť sa dá všade. Pod' do toho a zabav sa!**

1. Ak zabúdaš zhasínať na chodbe, pomôžu pohybové snímače, ktoré svetlo rozsvietia, keď prídeš, a zhasnú, keď odídeš.
2. Chceš si niečo kúpiť, no funguje to len na batérie? Tak to nekupuj! Doma elektroniku vždy zapoj do elektrickej siete.
3. Keď vyhodíš batérie, chemikálie môžu skončiť vo vode a v pôde. Preto používaj dobíjacie. 1 dobíjacia nahradí až 1 000 jednorazových.
4. Nacvič si dvojminútové sprchovanie. Keď sa sprchuješ dlhšie ako päť minút, môžeš minúť toľko vody, ako keby si si napustil plnú vaňu.
5. Cez kvapkajúci vodovodný kohútik za mesiac unikne vyše 3 300 litrov vody.
6. Neumývaj riad pod tečúcou vodou. Umy ho v napustenom dreze, alebo doplna naplň umývačku riadu, ušetríš tak vodu aj energiu na jej zohriatie.
7. Voziť sa v autách na naftu je neekologické, keďže nadmerne znečisťujú ovzdušie. Preto niektoré mestá už zakázali „naftákom“ vstup do centra.
8. Elektromobil nevypúšťa do ovzdušia žiadne emisie, preto je šetrnejší k planéte aj k nášmu zdraviu.
9. Do školy možno zájdeš aj pešo a keď nie, zvoľ radšej autobus či električku, než rodičovský odvoz.
10. Na rozdiel od auta bicykel spaľuje len tvoje kalórie a do ovzdušia nič nevypúšťa.
11. Si smädný? Napi sa z vodovodu! Minerálka v plastovej fľaši prejde dlhú cestu, kým sa dostane až k tebe domov.
12. Termoregulačné ventily na radiátoroch v zime najcitlivejšie reagujú na stupni 3. Keď pôjdete na dovolenku, nastav ich na stupeň 2.
13. Kúrenie v zime pri odchode z domu úplne nevypínaj. Steny by príliš ochladli a do izby sa ti môžu nastahovať plesne.
14. Keď ti v zime chýba čerstvý vzduch, vetraj krátko a intenzívne, okno otvor dokorán a vypni kúrenie.
15. Najlacnejšie vodu zohreje solárny kolektor. Teplo zo slnka je zadarmo.
16. Ak plánujete rekonštrukciu domu, vyberaj s rodičmi zdroj tepla, ktorý využíva obnoviteľné zdroje energie. Šetria peniaze aj životné prostredie.
17. Ideálna teplota v detskej izbe je 20 až 21 stupňov Celzia cez deň a 18 v noci. Zisti, či váš byt nemá horúčku.
18. Kotel nie je smetný kôš. Ak v ňom končí odpad z domácnosti, do ovzdušia sa dostáva veľa škodlivín.
19. Chladnička spotrebuje najviac elektriny, pretože je zapnutá nepretržite. Na druhom mieste je práčka, na treťom sušička bielizne. Preto s rodičmi vyberaj len energeticky úsporné spotrebiče.
20. Neodkladaj do chladničky teplé hrnce, jedlo nechaj najskôr vychladnúť.
21. Chladnička sa nekamaráti s radiátorom, so sporákom, ani s umývačkou riadu. Musia byť ďalej od seba, inak má vyššiu spotrebu.
22. Vystopuj najväčšieho žrúta elektriny. Popros rodičov, aby kúpili merač elektriny a zisti, ktorý zo spotrebičov je najnáročnejší.
23. Keď si zohrievaš jedlo, použi mikrovlnku. Minieš o polovicu menej energie, ako keby si si jedlo zohrieval v rúre či na variči.
24. Poznáš papiňák? Tlakový hrniec je energeticky úsporný. Polievka sa v ňom uvarí oveľa rýchlejšie ako v klasickom hrnci.

25. Ak potrebuješ horúcu vodu na varenie vajčiek alebo cestovín, použi rýchlovarnú kanvicu. Je to rýchlejšie a lacnejšie, ako keby si vodu zohrieval na sporáku.
26. Zisti, ktoré spotrebiče práve doma nepoužívate, no sú zapojené do siete. Vedel si, že aj takto spotrebúvajú elektrinu?
27. Ak máte televízor zapnutý 5 hodín denne, môžete spotrebovať elektrinu za 100 € ročne. Ak ho väčšinou nepozeráte, sú to zbytočne vyhovené peniaze.
28. Máš aj v noci zapnutý mobil? Nastav si režim „lietadlo“, ktorý šetrí batériu.
29. Keď sa hráš na počítači svoje obľúbené hry len 2 hodiny denne, 200 dní v roku, rodičov to stojí 20 eur.
30. Moderná práčka vie úsporne vyprať aj polovičnú dávku oblečenia. Ak máš málo špinavých vecí, využívaj to.
31. V lete vetraj nad ráno alebo v noci. Cez deň okno neotváraj a izbu si zatemni, aby sa teplo nedostalo dnu.
32. Najskôr pozatváraj okná, až potom spusti klimatizáciu. Pri otvorených oknách je neúčinná a zbytočne platíš za spotrebovanú energiu.



# Bezplatné energetické poradenstvo ŽIŤ ENERGIU

[www.siea.sk](http://www.siea.sk)

[www.zitenergiou.sk](http://www.zitenergiou.sk)

Podporené z prostriedkov Európskeho fondu regionálneho rozvoja prostredníctvom Operačného programu Kvalita životného prostredia.

Slovenská inovačná a energetická agentúra  
Poradenské centrum ŽIŤ ENERGIU  
Rudlovsá cesta 53  
974 28 **Banská Bystrica**  
poradenstvo.bb@siea.gov.sk

Slovenská inovačná a energetická agentúra  
Poradenské centrum ŽIŤ ENERGIU  
Hurbanova 59  
911 01 **Trenčín**  
poradenstvo.tn@siea.gov.sk

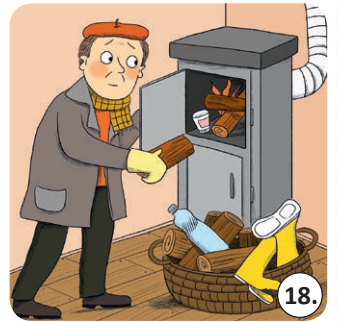
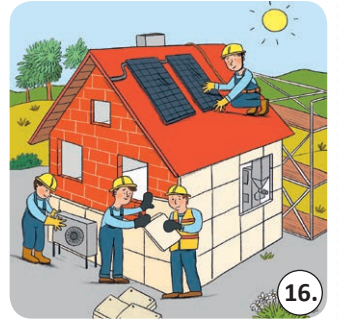
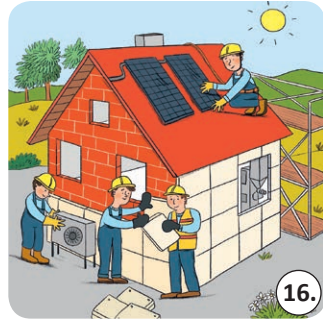
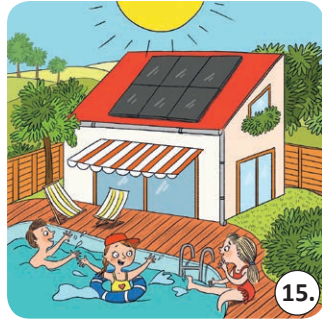
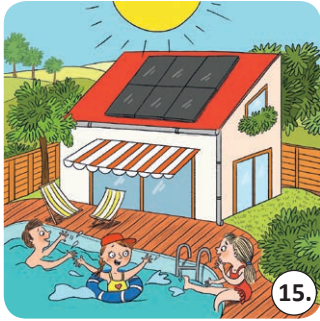
Slovenská inovačná a energetická agentúra  
Poradenské centrum ŽIŤ ENERGIU  
Krivá 18  
041 94 **Košice**  
poradenstvo.ke@siea.gov.sk

Slovenská inovačná a energetická agentúra  
Poradenské centrum ŽIŤ ENERGIU  
Tomášikova 30  
821 01 **Bratislava**  
poradenstvo.ba@siea.gov.sk

Slovenská inovačná a energetická agentúra  
Poradenské centrum ŽIŤ ENERGIU  
Národná 18  
010 01 **Žilina**  
poradenstvo.za@siea.gov.sk

Bezplatná poradenská linka **0800 199 399**







**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



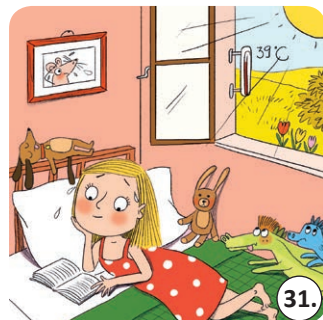
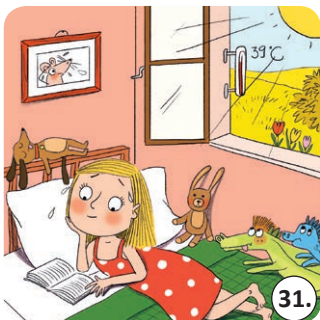
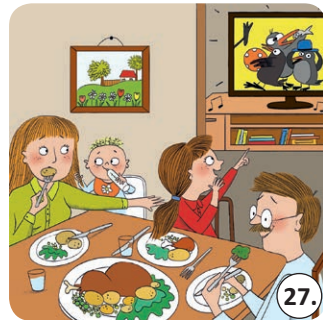
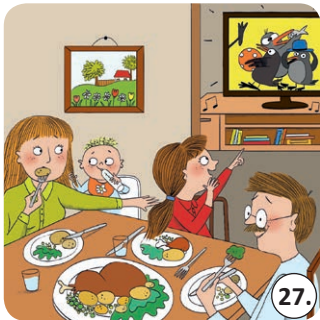
**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*





**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*



**ŽIŤ  
ENERGIU**

*Odborné energetické poradenstvo*