



۴ هنگام خروج از منزل دوشاخه دستگاه‌ها را از برق خارج کنید

اگر برای آخر هفته کار نمی‌کنید و یا به مسافرت می‌روید و یا برای چند ساعت خانه نیستید، بهتر است قبل از خارج شدن از منزل و محل کارتان، دوشاخه همه دستگاه‌های غیرضروری مثل قهوه‌ساز، مایکروویو، پرینتر، چای‌ساز، اسکنر و کامپیوتر، تلویزیون و... را از برق خارج کنید.



۴ استفاده از لوازم گرمایشی مجهز به ترموستات

ترموستات یک سیستم هوشمند است که به شما اجازه می‌دهد دمای خانه را در درجه حرارت مشخصی ثابت نگه دارید. دستگاه‌هایی که به ترموستات مجهز هستند معمولاً تا ۱۰ درصد مصرف پایین‌تری دارند.



۴ لوازم قدیمی منزل را ارتقا دهید

اگر وسیله‌ها و لوازم برقی منزل یا محیط کاری شما قدیمی شده، بهتر است به فکر ارتقای مدل آن باشید و یک دستگاه جدید با مصرف کمتر خریداری کنید. سعی کنید در زمان خرید دستگاه گزینه‌هایی را انتخاب کنید که انرژی کمتری صرف می‌کنند.



۴ لامپ‌های اضافی را خاموش کنید

روشن گذاشتن لامپ در روز روشن و اتاق‌هایی که استفاده‌ای از آن نمی‌کنید، تنها موجب هدر رفتن انرژی و آسیب زدن به محیط زیست می‌شود. زمانی که نیازی به لامپ نیست سریعاً آن را خاموش کنید. بهتر است قبل از رفتن به بیرون منزل نیز همه اتاق‌ها را چک کنید تا چراغی روشن نمانده باشد.



۴ از پنل‌های خورشیدی استفاده کنید

اگر یک سازمان بزرگ یا ساختمان چند طبقه هستید، پیشنهاد می‌شود برای کاهش مصرف انرژی از پنل‌های خورشیدی استفاده کنید. این پنل‌ها از انرژی خورشیدی برای تولید برق استفاده می‌کنند. شاید هزینه اولیه این پنل‌ها زیاد باشد، اما انرژی مصرفی شما را تا میزان زیادی کاهش می‌دهند.



۴ درب یخچال را ببندید

باز بودن درب یخچال و فریزر به مدت طولانی موجب می‌شود تا موتور دستگاه برای سرد کردن بیشتر از حالت معمول کار کند. این موضوع نه تنها موجب فشار زیاد به موتور می‌شود، بلکه انرژی بیشتری نیز مصرف می‌کند.



فصول سرد را بهینه‌سازی کنید

با کاهش دمای هوا، استفاده از وسایل گرمایشی یکی از دغدغه‌های اقتصادی خانواده‌ها است. با راهکارهای پیشنهادی زیر مصرف خود را بهینه کنید.



۴ از وسایل حمل و نقل عمومی استفاده کنید

یک راهکار طلایی برای کاهش مصرف انرژی استفاده از حمل و نقل عمومی یا دوچرخه به جای ماشین شخصی است. بهتر است برای صرفه‌جویی در مصرف انرژی و تخریب محیط زیست کمتر از ماشین شخصی‌تان استفاده کنید.



۴ به جای رایانه خانگی از لپ‌تاپ استفاده کنید

برای کاهش مصرف انرژی در محل کار لپ‌تاپ‌ها نسبت به رایانه‌های رومیزی یا دسکتاپ انرژی کمتری مصرف می‌کنند. برای کاهش مصرف انرژی بهتر است یک لپ‌تاپ را جایگزین رایانه‌های رومیزی کنید. هر چقدر اندازه مانیتور لپ‌تاپ شما کوچک‌تر باشد، انرژی مصرفی آن نیز کمتر است.



۴ چنانچه نیازی به رایانه ندارید، آن را خاموش کنید

روشن گذاشتن لپ‌تاپ برای تمام طول روز موجب می‌شود تا انرژی برق تا میزان زیادی هدر برود. بهتر است در صورتی که برای چند ساعت از لپ‌تاپ استفاده نمی‌کنید، آن را خاموش کنید. می‌توانید آن را روی حالت خواب یا هایبرنیشن (hibernation mode) قرار دهید. این کار تأثیر زیادی بر جلوگیری از هدر رفتن انرژی دارد.



۴ لباسشویی و ظرفشویی را روی حالت اقتصادی قرار دهید

اکثر لوازم مدرن مثل ظرفشویی و لباسشویی یک گزینه تحت عنوان اقتصادی یا اکو دارند. در این حالت دستگاه شما انرژی کمتری مصرف می‌کند. برای فعال کردن این گزینه تنها باید دکمه را فشار دهید و تنظیمات دستگاه را روی حالت ECO بگذارید.



۴ تنظیم لوازم گرمایشی روی دمای مناسب

اولین و ساده‌ترین قدم برای ایجاد یک تغییر بزرگ در کاهش مصرف این است که به جای زیاد کردن دمای لوازم گرمایشی منزل در زمستان و زیاد کردن درجه کولر در فصل گرما، آن را روی درجه مناسب تنظیم کنید و در عوض لباس مناسبی بپوشید.



۴ از لامپ‌های ال‌ای‌دی استفاده کنید

استفاده از لامپ‌های ال‌ای‌دی تا ۸۵ درصد انرژی کمتری نسبت به لامپ‌های معمولی مصرف می‌کنند. اگر در فکر خرید لامپ برای خانه یا محل کارتان هستید، بهتر است این بار از لامپ‌های کم مصرف ال‌ای‌دی استفاده کنید.



۴ از هدر رفتن گرما جلوگیری کنید

به منظور بهینه‌سازی مصرف انرژی در منزل و سرد و گرم نگه داشتن خانه با هزینه کم بهتر است همه درزها را ببوشانید و در صورت امکان از درب و پنجره‌های ۲ جداره استفاده کنید.



۴ از آب داغ کمتر استفاده کنید

تبدیل شدن آب سرد به آب گرم انرژی زیادی مصرف می‌کند. زمانی که برای دوش گرفتن آب را روی داغ‌ترین حالت تنظیم می‌کنید، انرژی بیشتری هدر می‌رود. بهتر است برای دوش گرفتن همیشه آب را روی حالت ولرم تنظیم کنید.



۴ کوتاه‌تر دوش بگیرید

حمام کردن برای یک ساعت و باز گذاشتن آب برای این مدت طولانی موجب می‌شود تا مقدار آب تصفیه شده زیادی راهی فاضلاب می‌شود. دوش گرفتن به مدت کوتاه تأثیر زیادی بر صرفه‌جویی در مصرف آب دارد.