

reklama

# JAK OSZCZĘDZAĆ ABY RACHUNKI ZA CIEPŁO BYŁY MNIEJSZE

## - praktyczny poradnik dla każdego

Zbliżający się sezon grzewczy może okazać się całkowicie odmienny od tych jakie znamy z minionych lat. Czekają nas duże wyzwania. Wiele gospodarstw domowych już odczuwa skutki szybko rosnących cen nośników ciepła oraz energii elektrycznej. Wielu z nas zastanawia się co można zrobić aby nie zabrakło ciepła w naszych domach. Podejmując właściwe, zdecydowane i proste działania możemy nadchodzący sezon grzewczy przetrwać. Od wielu lat podejmowane są działania zmierzające do poprawy efektywności energetycznej przy równoległym korzystaniu z odnawialnych źródeł energii. Większość z nas już przekonała się, że to właśnie ciepło generuje największą część wydatków na energię. Pozostaje zatem odpowiedzieć na pytanie - co zrobić? W dalszej części artykułu postaramy się podać kilka prostych i skutecznych sposobów oszczędzania ciepła. Propozycje i porady mogą skutecznie pomóc naszym gospodarstwom domowym zmniejszyć koszty ogrzewania w perspektywie nadchodzących miesięcy okresu grzewczego.

Metody oszczędzania ciepła sieciowego nie są tak powszechnie znane i stosowane. Odbiorcy ciepła mogą sami prostymi metodami wpływać i kontrolować wielkość zużywanego ciepła. Działania jakie będziemy mogli podjąć szukając oszczędności ciepła będą uzależnione od typu budynku w jakim mieszkamy. Większość z przytoczonych przykładów i sposobów rozwiązań jakie znajdziecie w publikacji są uniwersalne, dotyczą budynków jednorodzinnych i wielorodzinnych zarówno tych nowoczesnych oraz takich, które były budowane z wielkiej płyty. Zatem od czego zacząć?

Będąc właścicielem budynku jednorodzinnego podstawową czynnością jest gruntowne przejście całej instalacji centralnego ogrzewania. Sprawdzając jej stan zaczynamy od licznika ciepła, następnie sprawdzamy instalację biegnącą przez pomieszczenie piwniczne lub techniczne do części mieszkalnej. Kontrolujemy stan izolacji termicznej oraz szukamy miejsc wskazujących na uszkodzenia lub przecieki. Jeżeli jesteśmy podłączeni do wyskoparometrowej sieci ciepłowniczej przeprowadzamy kontrolę stacji wymiennika ciepła, jeżeli nie wiemy jak to zrobić, wezwijmy serwis. Prawidłowa praca tego urządzenia pozwoli skutecznie realizować oszczędzanie ciepła. Jeżeli posiadamy instalację ciepłej wody użytkowej, sprawdzamy jej stan. W pomieszczeniach mieszkalnych kontrolujemy stan grzejników, zaworów oraz odpowietrzników. Prawidłowo działające zawory i odpowietrzniki pozwalają krążącej wodzie przenosić i oddawać bez zakłóceń do otoczeniu zawarte w niej ciepło. Użycie otuliny termicznej na przewodach centralnego ogrzewania w pomieszczeniach piwnicznych; nie wymagających ogrzewania

zmniejszy straty ciepła. Otuliną zabezpieczamy również instalacje ciepłej wody użytkowej (jeżeli taką posiadamy). Używając taśm klejących dostępnych w marketach budowlanych poprawiamy lub naprawiamy domowym sposobem izolację termiczną redukując straty ciepła. Podczas prac izolacyjnych zwracamy uwagę na prawidłowe i dokładne dopasowanie przekrojów otulin do średnic przewodów. Izolujemy i zabezpieczamy termicznie wszystkie kształtki oraz zawory. Założenie 1 mb. otuliny w cenie 5 zł pomoże zmniejszyć straty ciepła w budynku, ciepło będzie docie-

pracy wiele ciepła. Umiejętnie regulując temperaturę w pomieszczeniach możemy uzyskać spore oszczędności ciepła. Wychodząc do pracy lub wyjeżdżając na weekend możemy zmniejszyć temperaturę pomieszczeń poprzez ustawienie głowic termostatycznych w pozycjach minimalnych. Zawory termostatyczne współpracujące z głowicą, będą przy minimalnych nastawach utrzymywać temperaturę w pomieszczeniach w przedziale 15 - 16°C. Tak proste działania przy zmniejszeniu dotychczasowej temperatury w pomieszczeniach o 1°C, pozwala zaoszczędzić około 5 - 8%

kapieli możemy spokojnie zaoszczędzić 50 litrów wody oraz spore ilości ciepła co pozwoli uzyskać oszczędności do 25% energii zużywanej do ogrzewania wody. Prosty rozwiązanie jakim jest zamontowanie w baterii perlatora lub sitka z drobnymi oczkami pozwala zaoszczędzić sporo wody oraz ciepła. Stosuje się do powyższych wskazówek można w ciągu roku zaoszczędzić nawet do 30% ciepła zużywanego na ogrzewanie budynku. Przy aktualnych cenach ciepła taki poziom oszczędności przyniesie zapewne spore oraz wymierne korzyści finansowe.

Podobne efekty oraz wielkości można uzyskać przestrzegając powyższych zasad oszczędzania ciepła w budynkach wielorodzinnych. Praktycznie wszystkie powyższe wskazówki możemy stosować również w swoich mieszkaniach. Od zarządców i administratorów budynków wymagamy aby jeszcze przed nadchodzącym sezonem grzewczym, skontrolowali w budynku stan instalacji grzewczych. Wkrótce zacznie się sezon grzewczy, jest jeszcze czas, aby uzupełnić braki w izolacji termicznej. Wadliwie działające zawory termostatyczne oraz odpowietrzniki mogą powodować zwiększenie zużycia ciepła. Zapowietrzona instalacja grzewcza nie pozwala na efektywne regulowanie oraz gospodarowanie dostarczaniem ciepłem. Duże oszczędności można uzyskać zwracając uwagę na ogrzewanie części wspólnych budynków wielorodzinnych. Maksymalne ograniczenie temperatury można uzyskać w grzewczym nie pozostawiając części wspólnych budynków wielorodzinnych. Należy pamiętać, aby w okresie grzewczym, zamykać okna na klatkach schodowych w piwnicach i strychach. Straty ciepła spowodowane nieuwagą, zaniedbaniem oraz nie przestrzeganiem tych zasad mogą być znaczne. Wysokie straty ciepła generowane na częściach wspólnych budynku przyniosą wzrost kosztów ogrzewania dla całej wspólnoty mieszkańców.

Koszty utrzymania nieruchomości są wysokie i stale rosną. Aktualnie cena ciepła przeznaczonego na ogrzewanie budynków oraz przygotowania ciepłej wody użytkowej znacząco wpływają na koszt utrzymania mieszkań czy budynków jednorodzinnych. Pamiętajmy, że każdy z nas, niezależnie od tego czy jest właścicielem domu, czy mieszkańcem bloku, może oszczędzać ciepło. Nie wielkie lecz świadome i niepozorne działania mogą przynieść zaskakująco pozytywne efekty. Wprowadzanie w życie powyższych porad oraz konsekwentne stosowanie dobrych praktyk w codziennym życiu przynosi efekty. Możemy oszczędzać ciepło i powinniśmy to robić. Nie oglądajmy się na innych, działajmy i zachęcajmy naszych sąsiadów do działania. Jedna kropla draży skalę, lecz 1000 kropli utworzy strumień dobrych praktyk.

» **Podczas sezonu grzewczego najwyższą temperaturę będziemy utrzymywali w łazience 24 - 25°C. Pokój dzienny czy dziecięcy pozwala na komfort ciepły przy temp. 21°C. W sypialni zdrowy sen zapewni nam temperatura 17 - 19°C.**

rało do pomieszczeń mieszkalnych bez strat. Kolejną czynnością jaką możemy zrobić to obniżenie o kilka stopni zaprogramowanej na sterowniku stacji wymiennika ciepła temperatury ciepłej wody użytkowej (c.w.u.). Szczelne otuliny oraz zmniejszenie temperatury c.w.u. pozwoli zapewne zaoszczędzić w przeciągu roku kilka GJ i przynieść oszczędności rzędu 150 - 300 złotych. Wspomniane czynności możemy wykonać sami bez fachowej pomocy. Kolejną czynnością wymagającą już pomocy instalatora jest montaż przed grzejnikami i zaworów termostatycznych z głowicami termostatycznymi. Wielu odbiorców mieszkających w starszych budynkach nie posiada tego typu zaworów. Koszty zakupu kompletnego zaworu termostatycznego z głowicą to około 100 zł. Kolejne kilkadziesiąt złotych pochłonie robocizna policzona za przerobę instalacji oraz montaż armatury. Proponowana zmiana może okazać się kosztowna jeżeli budynek posiada kilka grzejników, lecz spodziewany efekt przyniesie wiele wymiernych korzyści. Tak przeprowadzona modernizacja instalacji c.o. pozwoli optymalnie sterować temperaturą w poszczególnych pomieszczeniach. Podczas sezonu grzewczego najwyższą temperaturę będziemy utrzymywali w łazience 24-25°C. Pokój dzienny czy dziecięcy pozwala na komfort ciepły przy temp. 21°C. W sypialni zdrowy sen zapewni nam temperatura 17-19°C. Kuchnia to specyficzne miejsce, warto wykorzystywać ciepło jakie oddaje piekarnik, lodówka czy zmywarka. Należy pamiętać, że wszystkie urządzenia elektryczne oddają ciepło. Nowoczesna pralka, telewizor lub stacjonarny komputer, włączone, oddają podczas

energii cieplej w ciągu roku. Skuteczną i prostą metodą oszczędzania energii cieplej jest odpowiednie wietrzenie pomieszczeń bez ich wybiegania. Przed planowanym wietrzeniem zakręcamy głowice zaworów, po kilku minutach otwieramy okna i wietrzymy intensywnie. Zawory odkręcamy po zamknięciu okien. Pamiętajmy aby wychodząc z domu zamykać okna w okresie grzewczym nie pozostawiając ich w pozycjach mikro-uchył. Nasze domowe grzejniki należy pozostawiać zawsze odsłonięte, wszelkie obudowy szafki czy przedmioty mogą utrudniać cyrkulację powietrza co z kolei prowadzi do większego zużycia ciepła. Dobrze znanym i skutecznym sposobem oszczędzania jest naklejenie za grzejnikami ekranów odbijających wykonanych z pianki i folii aluminiowej. Troszkę zapomniany ze względów estetycznych sposób, pozwala niewielkim kosztem, zaoszczędzić od 2 - 7% ciepła w skali roku. Pamiętajmy aby zimą w oknach skierowanych na południową stronę odstaniać zastony tak aby w słoneczne dni promieniowaniu słoneczne dogrzewało pomieszczenia. Jeżeli dom jednorodzinny posiada poddasze lub nieużytkowany strych, kupno wełny mineralnej i rozłożenie jej na całej powierzchni skutecznie spowolni oddawanie i ubytki ciepła. Koszt zakupu dobrej jakościowo wełny mineralnej to około 5 zł za 1m<sup>3</sup>, uzyskany efekt może nas zaskoczyć. Oszczędzać można również ciepłą wodę, a przy okazji ciepło zużywane na jej podgrzewanie. Rezygnując z kąpieli w wannie o pojemności 150 - 200 litrów i biorąc szybka kąpiel pod prysznicem, zużywamy około 15 litrów wody na minutę. Zachowując podstawowe standardy higieny osobistej podczas jednej

**Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej Spółka z o.o.**

z siedzibą w Tychach, ul. Kubicy 6  
Regon 272713960, NIP 646-10-15-439, KRS 0000101552

**PEC**  
TYCHY