



I FEEL
SLOVENIA

SLOVENIA
GREEN
Green. Active. Healthy.

ZMANJŠAJMO OGLJIČNI ODTIS V BRDIH!

Splošna priporočila:

- ✓ Kupujmo lokalno pridelano (sezonsko) hrano in hrano, ki je pridelana največ 150 km od mesta bivanja.
- ✓ Kupujmo manj! Kupujmo stvari, ki trajajo dlje! Česar ne potrebujemo več, poklonimo nekemu, ki stvar potrebuje. Ko se stvar pokvari, jo raje popravimo, kot pa zavržemo. Na ta način prihranimo energijo in surovine, pa še manj obremenjujemo okolje z odpadki.
- ✓ Kupujmo izdelke proizvajalcev in trgovcev, ki delajo v smeri zmanjševanja emisij TGP in drugih onesnaževal in jih na takšen način podprimo.
- ✓ Proizvajajmo čim manj odpadkov! Odpadke zbirajmo ločeno in reciklirajmo! Z recikliranjem varujemo naravne vire in varčujemo z energijo.
- ✓ V trgovino vedno vzemimo svojo, večkrat uporabljano vrečko.
- ✓ Odločimo se za nakup izdelkov s čim manj embalaže ali tistih, ki jih je mogoče ponovno napolniti. Izberimo nepakirano hrano.
- ✓ Komunicirajmo od doma - v primeru, da imamo možnost hitrih internetnih povezav, bomo lahko prihranili precej goriva in časa.
- ✓ O okoljskih problemih in rešitvah se pogovarjamo s prijatelji, znanci, sosedi idr.

Okolju prijazna raba električne energije:

Razsvetljava

- ✓ Ugašajmo luči, kadar jih ne potrebujemo. Luči razporedimo po prostoru glede na to, kje jih potrebujemo.
- ✓ Kadar pri delu potrebujemo več svetlobe, uporabimo usmerjeno svetlobo (na primer namizno svetilko).
- ✓ Prostore z manj svetlobe pobarvajmo svetlo.
- ✓ Uporabljajmo varčne sijalke: primerne so predvsem za prostore, kjer imamo luči prižgane tudi več ur na dan (dnevna soba, kuhinja, jedilnica); imajo daljšo življenjsko dobo in porabijo petkrat manj električne energije od običajnih žarnic (Če kupimo sijalko z življenjsko dobo 8 let, se nam bo ob povprečni uporabi strošek nakupa povrnil v pol leta.).

Naprave v stanju pripravljenosti (»stand by«)

- ✓ Elektronske naprave (televizor, audio naprave, CD in DVD predvajalnik, računalnik, računalniški zaslon, tiskalnik, modem, električno zobno ščetko) popolnoma izklopimo, tako da v temi ne gori



I FEEL
SLOVENIA

SLOVENIA
GREEN
Green. Active. Healthy.

nobena lučka. Povprečno porablja naprava v stanju pripravljenosti okoli 9 % energije, ki jo sicer potrebuje za delovanje.

Hladilnik / zamrzovalnik

- ✓ Optimalna temperatura v hladilniku je okoli 4-5°C. Z znižanjem temperature se poraba elektrike močno poveča, pri višji pa se hrana hitreje pokvari. Podobno velja za zamrzovalne skrinje, kjer je priporočena temperatura med -25°C do -15 °C. Pet stopinj nižja temperatura pomeni 25 odstotkov večjo porabo elektrike.
- ✓ Hladilnika in zamrzovalnika ne odpirajmo po nepotrebem in ga takoj po uporabi zapremo.
- ✓ V hladilnik in zamrzovalnik damo le ohlajena in osušena živila, saj se sicer led hitreje tvori, to pa poveča porabo energije. Redno odstranjujmo ledene obloge. En sam milimeter ledu v hladilniku ali zamrzovalniku pomeni nekaj odstotkov večjo porabo elektrike.
- ✓ Dotrajano tesnilo na vratih takoj zamenjajmo.
- ✓ Velikost hladilnika in zamrzovalne skrinje izbiramo glede na svoje potrebe. Prazni hladilniki so največji porabniki električne energije.

Pralni stroj

- ✓ Skoraj vse perilo, tudi belo dovolj učinkovito operemo na 60 °C. Pranje pri 60 °C porabi samo polovico energije v primerjavi s pranjem pri 90 °C
- ✓ Predpranje lahko izpustimo razen pri izjemno umazanem perilu. Porabo električne energije tako zmanjšamo vsaj za 10 odstotkov.
- ✓ Stroj vedno primerno napolnimo. V skrajnem primeru uporabimo varčen program pranja, s čimer lahko prihranimo tudi do 25 % elektrike ali pa razmislimo o skupni uporabi enega stroja z več uporabniki.
- ✓ Ob zamenjavi starega pralnega stroja se odločimo za nakup bolj učinkovitega tudi pri porabi vode. Priporočamo razred A ali A+.
- ✓ Stroj vključimo v času nižje tarife električne energije, torej med 23. in 6. uro zjutraj, sobotah in nedeljah ter dela prostih dnevih.

Pomivalni stroj

- ✓ V primeru, da uporabimo veliko posode v enem dnevu, je priporočljiva uporaba pomivalnega stroja. Pri pomivanju v sodobnih pomivalnih strojih lahko v primerjavi z ročnim pomivanjem posode porabimo do 4-krat manj vode in elektrike, pa še čas prihranimo. Tako se nam lahko stroški nakupa povrnejo že v približno dveh letih.
- ✓ Pri nakupu stroja se odločimo za energetskega, z oznako A ali A+.
- ✓ Pomivalni stroj poženemo le, ko je primerno poln.
- ✓ Če vztrajamo pri ročnem pomivanju posode, uporabimo tekočo vodo le pri splakovanju.

Štedilnik in kuhanje

- ✓ Kuhalno ploščo izklopimo nekaj minut pred koncem kuhanja, saj je plošča še nekaj časa dovolj



I FEEL
SLOVENIA

SLOVENIA
GREEN
Green. Active. Healthy.

topla, da hrano skuha. Iz enakega razloga tudi električno pečico izklopimo približno 10 minut pred koncem peke.

- ✓ Velikost kuhalne plošče izberemo glede na premer posode. V primeru, da je posoda manjša ali večja od plošče, je učinkovitost manjša.
- ✓ Kuhajmo v primerni količini vode.
- ✓ Kuhajmo v pokritih posodah.
- ✓ Izbirajmo kuhalno posodo iz dobro toplotno prevodnih materialov, kjer se toplota enakomerno porazdeli.
- ✓ Pri starejših pečicah redno preverjajmo, če vrata dobro tesnijo. Ko se odločimo za nakup nove, izberemo tako z dobro izoliranimi stenami in večplastnim steklom na vratih.
- ✓ Vrat pečice ne odpirajmo po nepotrebem, saj s tem znižujemo temperaturo v pečici.
- ✓ Uporaba ventilatorja v pečici omogoča peko tudi pri temperaturi, ki je od 20 °C do 40 °C nižja, kot pri peki brez ventilatorja.
- ✓ Če je le mogoče, pecimo več jedi hkrati.
- ✓ Jedi raje pogrevajmo na kuhalnih ploščah kot v klasičnih pečicah.
- ✓ Za opekanje kruhkov v manjših porcijah uporabimo opekač, s čimer porabimo 3-krat manj elektrike kot pri uporabi pečice.
- ✓ Ko se odločimo za zamenjavo štedilnika, izberemo plinskega ali takšnega s steklo-keramičnimi indukcijskimi ploščami. Dosti manj učinkovite so avtomatske in steko-keramične hitre plošče. Še bolj neekonomične pa so navadne električne plošče, katerih izkoristek je komaj 50-odstoten.

Likalnik

- ✓ Temperaturo počasi zvišujemo, tako da likamo najprej občutljiva oblačila, nato pa tista, ki zahtevajo višjo temperaturo.
- ✓ Z likalniki na paro likamo hitreje in bolje.
- ✓ Med daljšimi odmori likalnik izklopimo.

Televizijski in radijski sprejemniki, računalniki

- ✓ Ko naprave izključimo, jih izklopimo tudi iz stanja pripravljenosti (stand by).
- ✓ Ob zamenjavi računalnika se odločimo za prenosni računalnik, ki porabi v stanju delovanja okoli 30 % manj energije kot namizni računalnik.
- ✓ LCD računalniški zasloni porabljajo manj energije kot zasloni na katodno cev.
- ✓ Vendar pa so plazma in LCD-televizorji večji porabniki električne energije kot navadni.
- ✓ Pri nastavitvah ohranjalnika zaslona nastavimo "spanje" ekrana na primer na 10 minut.
- ✓ Na nek zmeren čas nastavimo tudi avtomatični izklop trdih diskov (na primer po pol ure brezdelja).
- ✓ Enako velja za nastavitve spanja računalnika - namesto, da je prižgan cel dan, naj "zaspi" (sleep) po uri brezdelja. Vsi vaši programi nas bodo ob ponovni uporabi pričakali odprti.
- ✓ Ob zamenjavi starega katodnega zaslona, se odločimo za LCD. Prihranili ne boste le elektrike,



I FEEL
SLOVENIA

SLOVENIA
GREEN
Green. Active. Healthy.



ampak tudi delovni prostor in zdravje (predvsem utripanje, paralaksa in geometrijske nepravilnosti).

- ✓ Ko ugasnemo računalnik, ugasnimo tudi monitor - v spanju porabi LCD okoli 5W, ko je ugasnjen (tipka spredaj) pa 1-2W. Tudi računalnik porabi okoli 2W elektrike, ko je izklopljen (zato da ga lahko vklopite s tipko na ohišju namesto s stikalom kot pri starih računalnikih).
- ✓ Če naprav dlje časa ne bomo uporabljali (počitnice), jih popolnoma izklopimo. Obvarovali jih bomo pred udarom strele, pa še prihranili bomo.
- ✓ Ugašajmo tiskalnik in ostalo periferijo, če je ne potrebujete

»Zelena« energija

- ✓ Odločimo se za oskrbo z "zeleno" ali "modro" energijo, ki jo ponujajo elektrodistribucijska podjetja. Na ta način podpremo prodajo električne energije, pridobljene iz okolju prijaznih in obnovljivih energetske virov.
- ✓ Zelena energija je običajno proizvedena v malih elektrarnah, ki po mnenju upravljavcev ne zahtevajo velikih posegov v prostor in se skorajda zlijejo z okoljem.
- ✓ Modra energija je energija iz obnovljivih virov, iz hidroelektrarn slovenskih rek.
- ✓ Zelena in Modra energija vključujeta dodatek za vzdrževanje obstoječih objektov in gradnjo novih proizvodnih kapacitet okolju prijazne proizvodnje električne energije in za pospeševanje racionalne rabe energije.

Okolju prijazno ogrevanje:

Ogrevanje prostorov:

- ✓ Temperaturo v prostoru najlažje uravnavamo s termostatom, ki je tudi časovno nastavljiv (7-dnevni »timer«). Nastavimo ga na nižjo temperaturo, ko nas čez dan dalj časa ni doma in ponoči. Priporočamo 20°C ali 21°C v dnevnih prostorih in 18°C v spalnici. V ogrevanem stanovanju vsaka stopinja nad 20°C pomeni do 6 % večjo porabo energije in posledično tudi višji strošek.
- ✓ Ne zastirajmo ogrevalnih teles. To poveča porabo energije tudi do 10 %. Priporočamo, da zavese segajo le do nivoja ogreval.
- ✓ V kurilni sezoni prostore zračimo v najtoplejšem delu dneva. Za krajši čas na stežaj odprimo okna in vrata, saj je dolgotrajnejše zračenje pri priprtih oknih in vratih manj učinkovito.

Ogrevanje vode:

- ✓ Temperaturo na termostatu električnega bojlerja nastavimo na nižjo vrednost (seveda v primeru, če jo lahko sami prilagajamo). Novejši bojlerji imajo možnost srednje nastavitve, označene z »EKO«. Za segrevanje vode porabimo 20 % energije celotnega gospodinjstva - vodni grelec vzdržuje temperaturo vode tudi, če je ne uporabljamo. Zato v primeru, ko vas dalj časa ni doma, boljer izklopimo. Lahko uporabimo tudi napravo za časovno nastavitve, ki jo namestimo na vtičnico. Ob zamenjavi bojlerja izberimo bolj učinkovitega.



I FEEL
SLOVENIA

SLOVENIA
GREEN
Green. Active. Healthy.

- ✓ Izberimo prhanje namesto kopanja v kopalni kadi.

Prenova stanovanja ali hiše:

- ✓ S primerno izolirano hišo/blokom, lahko prihranimo okoli 30 % energije in tudi za toliko zmanjšamo emisije CO₂, pa tudi potrebe po hladilnem sistemu ni.
- ✓ Ob menjavi oken se odločite za tista z dobrimi izolacijskimi lastnostmi (nižja toplotna prevodnost - nižji U koeficient, ki naj ne presega 1,1 W/m²K. Najbolj običajna dvojna zasteklitev (termopan) ima precej večjo prevodnost (U = 3 W/m²K) kot drugače obdelana dvojna zasteklitev s plinskim polnilom (U = 1,1 W/m²K), ki pomeni boljše toplotno izolacijo. Toplotne izgube skozi tako steklo so skoraj za dve tretjini manjše. Na voljo so tudi nizkoemisijska okna s toplotno prevodnostjo do 0,7 W/m²K.
- ✓ Stene in streho dobro izolirajmo. Če je hiša dobro izolirana, ni potrebe po hladilnem sistemu.

Obnovljivi viri ogrevanja:

- ✓ Sončni kolektorji: s sončnim segrevanjem sanitarne vode lahko pokrijemo do 30 % svojih potreb po topli vodi. Pravilno dimenzionirane naprave s sončnimi kolektorji, z med seboj usklajenimi sistemskimi komponentami, lahko prihranijo 50-60% letne potrebe po energiji za ogrevanje sanitarne vode v eno- in dvodružinskih hišah.
- ✓ Geotermalna energija - toplotna črpalka: Zemlja preko toplotne črpalke nudi 75 % potrebne energije za ogrevanje. Stroški ogrevanja se znižajo od 35 % do 60 %. Emisije CO₂ se zmanjšajo od 31 do 59 %. P oleti omogoča tudi hlajenje hiše.
- ✓ Biomasa: Les je obnovljiv vir energije. CO₂, ki se sprošča pri gorenju lesnih ostankov, je del naravnega kroženja ogljika v naravi. Do določene meje je raba lesne biomase v Sloveniji na mestu, saj gozdovi pokrivajo 58 % nacionalnega ozemlja, v energetske namene pa se uporabljajo lesni ostanki in les slabše kakovosti.

Okolju prijazna mobilnost:

- ✓ Kadarkoli je mogoče, hodimo peš, se vozimo s kolesom (s tem vzdržujemo tudi svojo kondicijo) ali uporabljamo javni prevoz. Na TIC Brda lahko najamete električna kolesa ali pa se poslužujete krožnega avtobusa Hop on Brda, ki povezuje železniško postajo v Kanalu z 10 briškimi lokacijami.
- ✓ Vozimo v pravi prestavi: če vozimo v prenizki, zapravljamo gorivo.
- ✓ Vozimo s čimbolj konstantno hitrostjo. Speljujemo počasi in enakomerno. S kombinacijo hitrega pospeševanja in močnega zaviranja se poraba goriva poveča do 40 %, čas vožnje pa se skrajša le za 4 %.
- ✓ Zmanjšajmo čas delovanja motorja, ko avto stoji na mestu: večina avtomobilov ne potrebuje ogrevanja pred vožnjo. Ugasnimo motor, če stojimo dlje kot minuto ali dve (razen pred



I FEEL
SLOVENIA

SLOVENIA
GREEN
Green. Active. Healthy.

semaforjem).

- ✓ Ne vozimo prehitro: poraba goriva je najbolj optimalna pri 90 km/h. Če hitrost povečamo na 110 km/h, je poraba za 20 % večja kot pri 90 km/h.
- ✓ Zmanjšajmo uporabo zraka: dodatki na zunanji strani avtomobila (podaljšek strehe, prtljažnik, "spojlerji", pa tudi odprto okno) povzročajo dodaten upor in s tem povečano porabo goriva - pri večjih hitrostih tudi do 20 %.
- ✓ Redno pregledujemo zračni tlak v pnevmatikah: napolnimo jih do vrednosti, ki jo priporoča proizvajalec. Ob prenizkem tlaku je poraba goriva do 6 % večja, zmanjšuje pa se tudi življenjska doba pnevmatik.
- ✓ Preudarno uporabljajmo klimatsko napravo, ki lahko v vročih mesecih porabi tudi več kot 20 % več goriva. Pri vožnji nad 80 km/h je bolj varčno vključiti klimo, kot da bi vozili z odprtim oknom.
- ✓ Redno vzdržujmo svoje vozilo. Slabo nastavljen motor lahko porabi do 50 % več goriva, zaradi zamazanih zračnih filtrov pa se poraba poveča do 10 %.
- ✓ Delite si prevoz: s seboj vzemite sopotnike. V svetu je znan ukrep »carpooling«, ko se recimo, uslužbenci istega podjetja skupaj pripeljejo v službo in si delijo stroške. Ko potrebujete ali ponujate prevoz po Sloveniji pogledajte na www.prevoz.org ali na www.peljime.si. Če si avto delita dve osebi, se emisije CO₂ prepolovijo, če si ga delijo 4 osebe, pa se zmanjšajo za tri četrtine. Ta ukrep v tujini imenujejo »carsharing«.

Vir: www.umanotera.org/izracunaj-svoj-ogljicni-odtis