

31 октомври 2019 г.

## Каква роля имат потребителите в борбата с климатичната криза? Съвети за намаляване на енергийното потребление в дома чрез промяна на навиците

Европейската комисия е задала няколко климатични и енергийни цели в отговор на нагряващата климатична криза. Настоящите скорост и мащаб на промените обаче не са достатъчни за постигане на необходимия устойчив преход в енергийните системи. Домакинствата могат да играят важна роля при енергийния преход – това изисква социалните норми и навици, свързани с потреблението на енергия в дома, да бъдат преосмислени и променени.

В рамките на иновативната изследователска инициатива ENERGISE бяха организирани „Енергийни живи лаборатории“, за да се разработят и изпробват различни начини за промяна на енергийното потребление в домакинствата. От септември до декември 2018 г. в „Енергийни живи лаборатории“ участваха над 300 домакинства от 8 европейски държави.<sup>1</sup>

Изследването на ENERGISE показва, че енергийното потребление в дома може да бъде намалено, ако хората имат време и възможност да преосмислят обичайните си практики. Доказано е, че само използването на по-ефективни технологии не е достатъчно, за да се намали консумацията на енергия. Много по-важно е хората да бъдат ангажирани и осведомени как да променят своите практики за потреблението на енергия и да изпробват нови начини за правене на различни неща, използвайки по-малко енергия. След провеждането на „Енергийни живи лаборатории“, можем да направим заключението, че **повечето хора са склонни да експериментират и да опитат нови подходи към ежедневните домакински задължения.**



## Как протекоха „Енергийните живи лаборатории“ и какви са основните резултати?

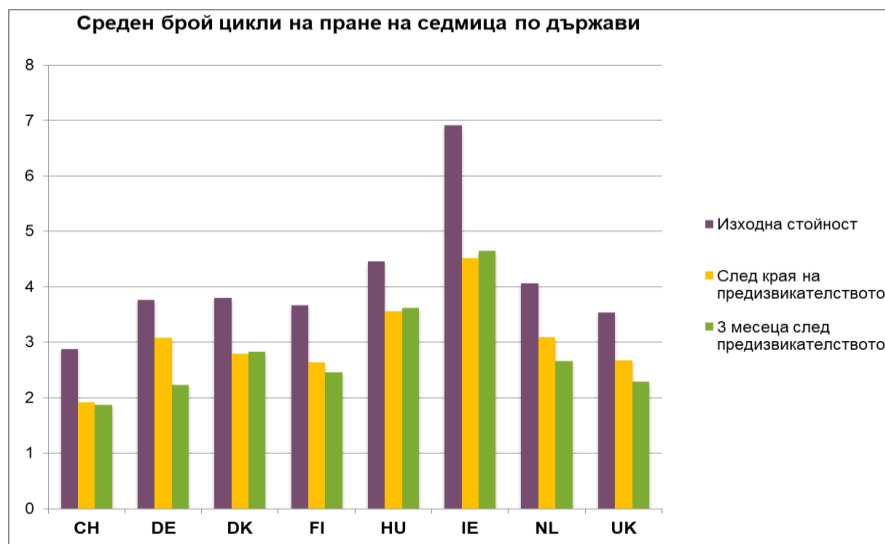
Участващите домакинства се включиха в две предизвикателства:

- **Да намалят наполовина броя пранета на седмица** (в продължение на 4 седмици)
- **Да поддържат температурата в жилището си не по-висока от 18°C** (в продължение на 4 седмици през отоплителния сезон).

Целта на тези предизвикателства беше да се наруши рутината в ежедневието и да се поставят под въпрос изградените навици, свързани с прането и отоплението. Кога решаваме да изперем дрехите? Можем ли да се чувстваме уютно у дома, без да увеличаваме отоплението?

<sup>1</sup> Дания, Финландия, Германия, Унгария, Ирландия, Швейцария, Нидерландия и Обединеното кралство.

Заклучението от „живите лаборатории“ е, че **занижаването на вътрешната температура с 1°C по време на отоплителния сезон и намаляването на прането с един цикъл на седмица е напълно възможно**, без да се нарушават удобството и комфорта. В някои случаи намаленията бяха още по-значителни, а променените навици бяха запазени, както показва последващото проучване, направено три месеца след края на предизвикателството. Както е показано на графиката, средният брой цикли на пране на седмица намалява във всичките страни и не нарасна отново след приключването на експеримента.



Какво би се случило, ако всичките домакинства в Европа намалят вътрешната температура с 1°C и пуснат 1 пране по-малко на седмица? Например, в страна като Швейцария спадът от 1°C в стайната температура през зимните месеци води до спестяване на приблизително 6% от цялата енергия, необходима за отопление на домовете. А един цикъл на пране по-малко на седмица в швейцарските домакинства за една година спестява около 13 милиона м<sup>3</sup> вода и 10 милиона литра перални продукти, както и толкова електроенергия, колкото консумират 90 000 домакинства в рамките на цяла една година! Не е за пренебрегване и фактът, че едно пране по-малко на седмица ни дава и един час повече свободно време.

## КАК ДА ПЕСТИМ ЕНЕРГИЯ (И ВРЕМЕ!) КАТО ПЕРЕМ ПО-РЯДКО?

**Вземете си почивка от прането!** Когато сме на почивка, сме склонни да носим дрехите си по-дълго. Защо да не направим същото у дома? Можете дори да си подготвите малък куфар и през следваща седмица-две да носите само дрехи, които сте сложили в куфара.

**Изчеткайте дрехата!** Много петна могат да бъдат лесно премахнати с четка. Четкайте няколко минути в една посока – никакви кръгови движения, обаче, тъй като така ще втриете мръсотията по-дълбоко в тъканта.

**Отделете и сгънете!** Обособете малко пространство за всеки един член на домакинството, където да съхранява дрехите, които могат да се носят отново. Закачете ги или ги сгънете така, че да не остават гънки. Ако сложите между дрехите сапун или два, дрехите след това ще ухаят много приятно.

**Сменете ролите!** Ако живеете с някой друг, преразпределете тази домакинска работа и вижте какво ще се случи, когато някой друг се грижи за събирането, изпирането, сушенето и сгъването на прането.

**Ако имате сушилня, преструвайте се, че не работи!**

## СЪВЕТИ ЗА ЕНЕРГО-ЕФЕКТИВНОТО ПРАНЕ:

- Перете на 40°C вместо на 60°C или на 30°C вместо на 40°C – така ще намалите наполовина електричеството, използвано при прането.
- Температурата, посочена на етикетите на дрехите, е максималната, а не препоръчителната.
- Перете при 30°C (или режим „студено“) колкото е възможно по-често.
- Перете кърпи и чаршафи при 40°C, освен ако някой в домакинството е болен или работи в здравеопазването – в такъв случай се препоръчват 60°C.
- Веднъж на 2-3 месеца изперете нещо (напр. чаршафите или кърпите за почистване) при 60°C за да предотвратите развитието на бактерии.

## КАК ДА ПЕСТИМ ЕНЕРГИЯ КАТО НАМАЛИМ ТЕМПЕРАТУРАТА В ЖИЛИЩЕТО СИ?

**Сгответе нещо!** Готвенето загрява тялото - и кухнята! Поканете приятели, семейство или съседни – това може да ви стане любима и редовна практика. Редувайте посещенията си и не спирайте да се изненадвате един друг с нови и хубави ястия (но не забравяйте да изключите отоплението в неизползваните помещения или в целия дом, когато не сте вкъщи, и помолете и другите да направят същото).

**Стопляйте телата, а не помещенията!** Носете чехли, допълнителен пласт дрехи и се завийте с онова уютно одеяло, което със сигурност е прибрано някъде – особено когато седите или лежите за по-дълго време.

**Затворете щорите през нощта!** Предпазете се от нежеланите погледи - и нежелания студ!

**Бъдете креативни!** Подредете мебелите си така че да не са разположени пред радиаторите или другите отоплителни уреди (осигурете поне 1 метър разстояние). Нека диванът или леглото ви не бъдат поставени до по-студената външна стена за жилището.

**Топлината и здравето са чудесна двойка!** Физическата активност у дома ще ви стопли и ще ви поддържа здрави.

**Това, което виждате, е това, което чувствате!** Украсете дома си с топли цветове като червено или оранжево и ще създадете усещането за топлина.

## СЪВЕТИ ЗА ПРОВЕТРЯВАНЕ И ОТОПЛЕНИЕ:

- **Намалете отоплението с 2-3°C:**
  - Когато проветрявате стаята.
  - Когато не сте у дома.
  - Около час преди лягане.
- **Правилното проветряване на дома:**
  - Намалете отоплението и отворете широко прозореца за 5-10 минути.
  - Повторете 2-3 пъти на ден. Не се притеснявайте, че топлината ще ви „избяга“ през това време – за загряване на чистия въздух е необходима по-малко енергия, отколкото за задушен, влажен въздух.

- Прозорецът нека бъде отворен за най-много 15 минути. Ако е отворен за много по-дълго време, стените и подът ще се охладят и ще ви е нужно доста повече енергия за повторно отопление на стаята.
- **Предотвратете течението:**
  - Винаги затваряйте правилно прозорците си. Ако въпреки това има течение, различни видове уплътнители ще решат този проблем евтино и ефективно.
- **Поддръжка за ефективност:**
  - Вашата отоплителна система трябва да бъде проверявана веднъж годишно – така тя ще работи по-дълго и максимално ефективно. Ако имате радиатори, старайте се те винаги да бъдат чисти!

## АКО ИСКАТЕ ДА НАУЧИТЕ ПОВЕЧЕ ЗА ПРОЕКТА ENERGISE ИЛИ ЗА ЖИВИТЕ ЛАБОРАТОРИИ, МОЛЯ РАЗГЛЕДАЙТЕ:

- ENERGISE видео (<https://youtu.be/b4-vDfkWMeU>)
- Уеб страницата на ENERGISE с множество интересни материали (<http://bulgaria.energise-project.eu/>)

## ЗА КОНТАКТИ:

Марко Хайдиняк, Фондация Приложни изследвания и комуникации,  
marko.hajdinjak(at)online.bg // Т. +359 (2) 973 3000

### Координатор на проекта:

Gary Goggins, National University of Ireland Galway,  
[gary.goggins@nuigalway.ie](mailto:gary.goggins@nuigalway.ie) // Т. +35387 123 2729

## ENERGISE

- ENERGISE е съкращението за „Европейска мрежа за изследвания, добри практики и иновации за устойчива енергия“
- Проектът се координира от Национален университет на Ирландия, Голуей
- Финансиран по Рамковата програма за наука и иновации „Хоризонт 2020“ на Европейския съюз
- Уеб страница: <http://www.energise-project.eu/>
- Електронна поща: [info@energise-project.eu](mailto:info@energise-project.eu)



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation programme under Grant Agreement No 727642.

The sole responsibility for the content of this document lies with the authors. It does not necessarily reflect the opinion of the European Union. Neither the INEA nor the European Commission is responsible for any use that may be made of the information contained therein.

