

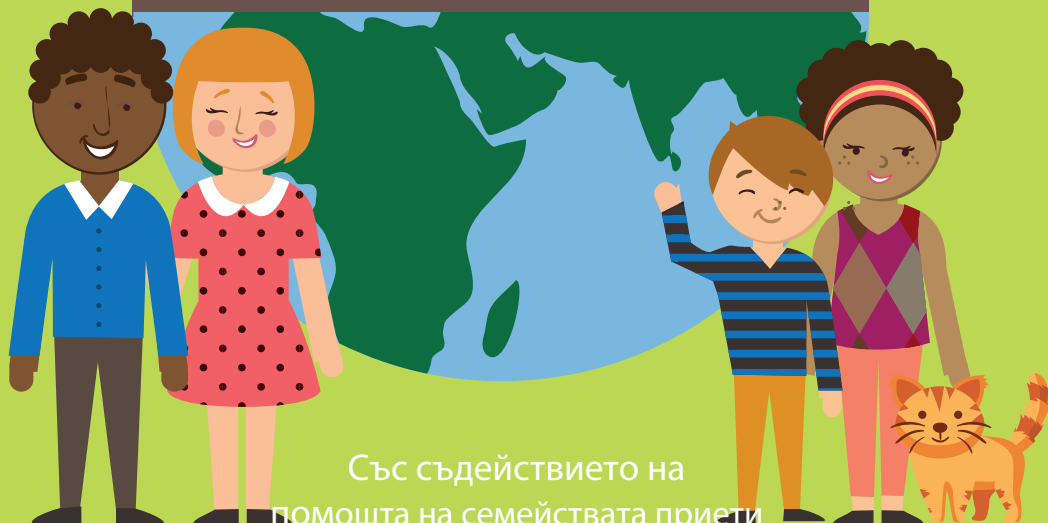
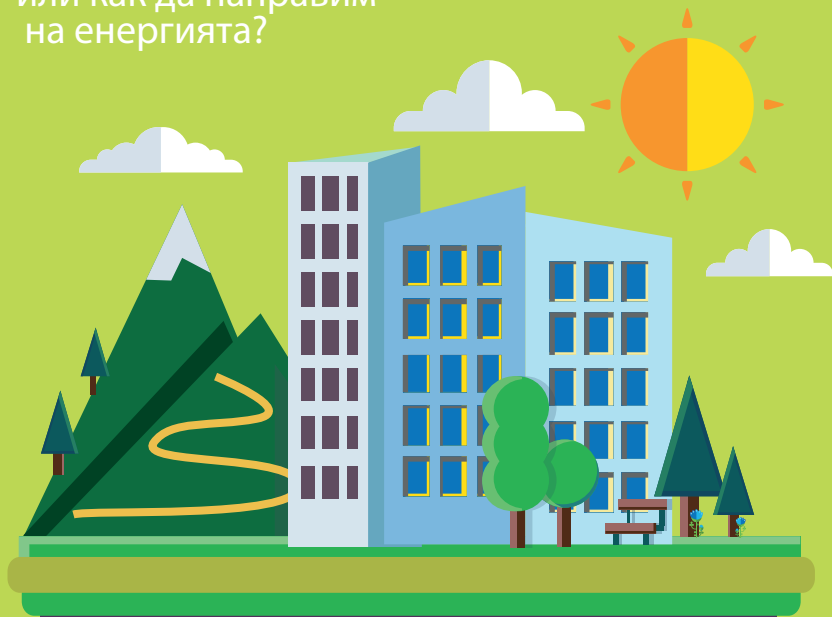
Еко- жестовите



FRANCE HORIZON

Une place pour tous,
une chance pour chacun.

или как да направим
на енергията?



Със съдействието на
помощта на семействата приети
във фирмата на Франс Хоризонт Тулуза

Увод



Тъй като екологията и икономиката на енергетиката са задължение за всички и всеки, но също и за да отговорят на нуждите маркирани на настанените семейства от Франс Хоризонт Тулуза; предприятието предложи създаване на колективната информация по темата под формата на редовни работни срещи.

Тази превентивна работа във връзка със защитата на екологията си позволи някои фамилии да осъзнаят тези екологични проблеми и да намалят тяхната консумация на енергия при идентифициране еко-жестове.

За да се разпространят по широко тези информации практични за други живущи, но и да запази една следа записан някои фамилии намериха за интересно за работата в екип на подобен проект на тази тема.

Така с техническата подкрепа на Енергийната Информация на град Тулуза и подкрепата на дизайнерката Жана Кайо, семействата се интересуват от този проект, съвместно разработели тази брошура за еко-жестове. Тази брошура е резултат от колективното участие и работа.

Предлага се като полезно ръководство в ежедневието, информацията, предоставена практическа помощ да се спестят пари и да се намали консумацията на енергия. Ние благодарим на семействата, които са участвали в този проект.



Елза Бело и Оливия Тисие – социални агенти – Център за Настаняване и социална интеграция -Франс Хоризонт

Отопление



Добре е на топло, но не много!

Отоплението е около 65 % от моята сметка за отопление.

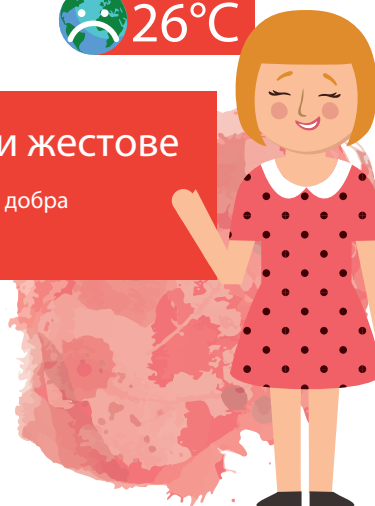
Ако се отоплявам на 20°C вместо на 19°C тогава моята фактура нараства с 7%

стая	присъствам	отсъствам няколко часа или цял ден	Отсъствам няколко дни
салон; бюро; кухня; баня	от 19° до 20°C	от 16° до 17°C	8°C без слана
стая	от 16° до 17°C		
незаети стаи	Аз затворям вратата и термостатичения вентил.		



Добри жестове

- настроявам на добра температура.



Отопление

Малки уреди

За да се контролира температурата на дома ми аз се снабдявам със
стаен термостат и с 3.
термостатни вентили. Средна спестена енергия между 10 до 15%.

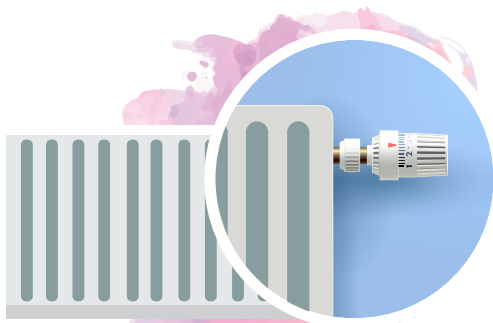


стаен термостат, свързан към котела

- Той обикновено се намира в салона на 1.50 м. от земята.
- Това ми позволява за глобално и автоматично регулиране на температурата.

термостатни вентили

- Там са разположени на радиаторите.
- Аз може ръчно да контролирам; температурата на помещението от стая в стая.



Олио за пържене

- Аз не използвам керосин печка, защото в допълнение към риска от интоксикация и аз отделям много пари.

Водата и топла вода



Икономизирам вода!

Аз поправям течовете!

Отбелязвам вечер и на сутринта след събуждане номерата отбелязани от водомера. Ако аз не разполагам с едни и същи числа, следователно има теч!

Характер на изтичане на вода	литри / час	М3 / година	разходите € / година
капка по капка	4	35	128 €
струя	16	140	515 €
спиране на водата	25	219	805 €
струйка/флъш	63	552	2031 €

Цената на водата варира от една община в друга. Основно € 3,68 / м3 средно Адур-Гарон през 2013 г.



душ



баня



Добрите жестове

- Аз не позволявам водата да тече епрекъснато, когато мия зъбите ми или ръцете ми.
- Аз предпочитам душа в банята, с който да се консумира 4 пъти по-малко вода, тъй като, не оставам там твърде дълго! 5 до 10 минути макс!




Ток: наблюдения



Пазете се от скрито потребление от устройствата, които са в употреба!

Един малък светлинен индикатор ми показва, че устройството е в режим на готовност. Общо потребление на бдения около 70 € / година.

Изключване на захранването изключва устройството, което удължава живота му.

 разклонител с превключвател

 малка светлина

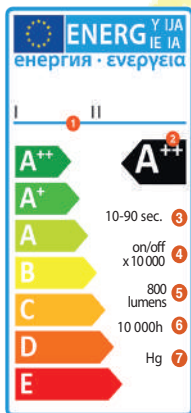
Добрите жестове

- Аз изключвам моето устройство или изключвам прекъсвача на контакта, където е включено моето устройство.
- Да не се превишава времето за зареждане на телефона ми и аз се оттеглим зарядното устройство от контакта.
- Аз ще изключа компютъра ми, ако не използвам през следващия четвърт час (освен ако не е моето устройство повече от 10 години).



Електричество

Малки уреди



Когато си купя машина

Аз разчитам информацията на етикета, включително енергийна производителност да достига до A+++ на специфични етикети за опазването на околната среда на европейската екомаркировка.

Да проверя уебсайт TopTen, който класира всички електрически съоръжения и показва средната цена за закупуване и използване <http://guidetopten.com>

Уреди за охлаждане: контролирана температура и фризери

- Превключвам далеч от източници на топлина (печка, радиатор, пряка слънчева светлина) и 10 см от стената, така че черната решетка на гърба правилно отвежда топлината, без която се консумира повече енергия (30% до 50 % повече).
- Аз ще изчистя от прах мрежата два пъти в годината по същата причина.
- Аз ще настрой правилната температура: + 5 ° C в хладилник и - 18 ° C във фризера. 1 ° C по-малко, консумираме 5% повече.



Перални машини

- Аз използвам добре напълнена машина, а не две наполовина пълна.
 - Аз мия прането без предпране, с кратък цикъл и ниска температура до 30 ° C.
 - Аз мия чиниите с програмата еко или 50 ° C.
 - Аз използвам с всяко измиване анти-варовик. Белият оцет изпълнява тази роля много добре!
- Депозитът на варовик на електрическото съпротивление удвоява, необходимото време за нагряване на водата.

електричество

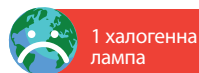
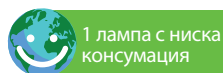


ОСВЕТЛЕНИЕ

Аз привилигеравам ниско енергийните крушки или светодиоди.

Количеството на светлина се изразява в лумен (LM). Колкото по-висока е стойността, с толкова по-голям интензитет е светлината.

тип на крушката	светлинна ефективност Lumens / Watt	издръжливост, продължителност на живот
1 светодиод	между 40 и 110	от 20000 до 40000
2 LBC	между 50 и 70	от 6000 до 7000
3 халогонен	между 15 и 27	от 2000 до 3000
4 С нажежаем жичка	между 9 и 15	1000



Добрите жестове

• Аз използвам най-добрата естествена светлина, например слагайки бюрото ми до прозореца.

• Аз не благоприятствам разсейването на светлината с абажури със светъл цвят и редовно почиствам от прах.

• Изключвам при напускане на стаята.



Малки уреди

Разклонители

- Аз се свързва цялото оборудване в разклонител с превключвател, за да ги изключа напълно, когато не се използва и включително Интернет връзката.



телевизия/компютър

- Аз програмирам правилно наблюденията на режим на готовност да се изключва с дисплея след определен период на неактивност скрийнсейвър: черен фон консумира почти 3 пъти по-малко енергия, отколкото един анимационен екран.



Марка Energy star

- -Етикет за енергийно най-ефективните компютърни устройства.

Вентилация и проветряване

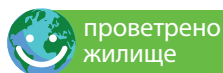


Двете основни функции на вентилация и проветряване

1. Канализация: миризми, замърсители, токсични газове и влага, които са в резултат на нашето ежедневие и от употребата на определени продукти и / или оборудване.

2. Вкарването на свеж въздух е необходимо за моето благополучие.

Влажните жилища е неудобен, труден да се загрева, причинявайки щети (петна, мухъл и т.н.), както и влошаване на качеството на въздуха в затворени помещения (акари и плесен), които причиняват много здравни проблеми (алергия, ринит, астма и екзема).



проветрено жилище



влажно жилище



Добри жестове

- Аз не запушвам входа и всички въздушни отвори! И аз ги почиствам редовно със суха кърп или прахосмукачка.

- Аз ще спроветря 10 минути на ден, дори и през зимата като преди това намаля отоплението



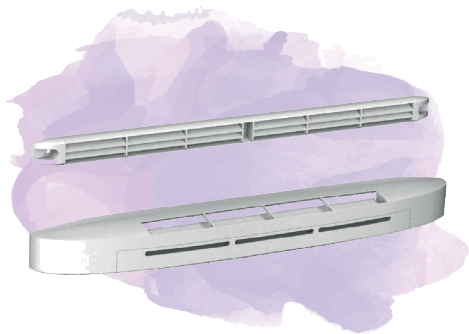
Вентилация

Елементите на системата за вентилация

Вентилацията почиства жилището . Потокът на въздуха влизащ и излизащ трябва да се движи свободно от една стая в друга страна сред сухи и мокри помещения.

въздушни вентилационни решетки

- Свежият въздух (качество на въздуха) влиза в сухи стаи ; било то спалнята, хол, офис ...



въздухът влиза през прозорците. Те са със самостоятелно регулиране (постоянен поток) или в идеалния случай хидро-регулируеми (променлив дебит в зависимост от влажността



изходните отвори

- застоял въздух и влага предимно се натрупва в мокри помещения; в банята, кухнята и тоалетната. Отвори за отвеждане са самонагаждащи или в идеалния случай хидро-регулируеми. Те са разположени на тавана или по стените. pereți.

Схема: CMV (контролирана механична вентилация) единичен поток

- 1 • Отхвърляне застоял въздух отвън
- 2 • вентилатор, който извлича въздуха от сервисните помещения
- 3 • екстракция, която извлича застоял въздух
- 4 • Връзка осигуряваща връзката с външната среда и вентилатора
- 5 • Прием на въздух в главната стая





Еко- жестовете



www.france-horizon.fr

www.infoenergie-toulousemetropole.fr

графичен дизайнер : Jeanne Cailleaud

www.jeacbook.com