

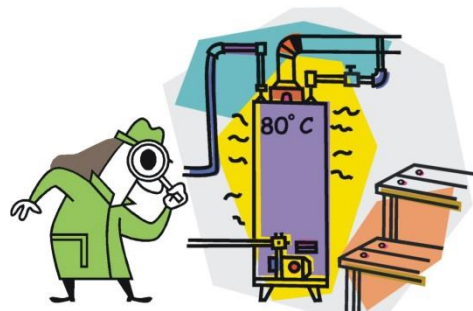
## SAVJETI ZA UŠTEDU ENERGIJE

### GRIJANJE

### Opće smjernice:

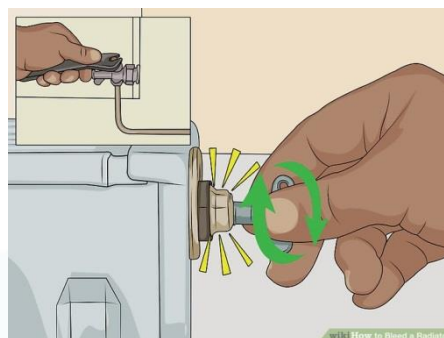
- Vodite računa da se sustav za grijanje, ventilaciju i klimatizaciju u vašoj zgradi **redovito čisti i servisira**.
- S vremena na vrijeme očistite radiatore te ventilacijske otvore.
- Kontinuirano pratite vrijednosti **unutarnje temperature i vlažnosti**.
- Smanjite grijanje. **Optimalna temperatura u uredima je 21 °C zimi**.
- Pregledajte svoje prozore i vrata te utvrdite moguće **prodiranje zraka**.
- **Držite vanjska vrata zatvorenim** tijekom sezone grijanja.
- Za **prozračivanje** prozore otvorite široko, ali samo na kratko vrijeme (maksimalno 5 - 10 min).
- Zimi držite svoje **zavjese** razmaknute tijekom dana, posebno na južnoj strani zgrade, ali ih zatvorite tijekom noći.

U poslovnim zgradama, postoje različite vrste sustava grijanja, vrsta, učinkovitost i toplinska izolacije utječu na velike razlike u troškovima. Ipak, jedno je sigurno: grijanje, ventilacija i klimatizacija odgovorni su za najznačajniji udio u ukupnoj potrošnji energije zgrade, uglavnom oko 40-60% u uredima. Stoga je ušteda na grijanju jedan od najboljih načina za smanjenje ukupne potrošnje energije!



### NEKOLIKO IDEJA KAKO TO POSTIĆI:

- Vodite računa da se **sustav za grijanje, ventilaciju i klimatizaciju** u vašoj zgradi redovito čisti i servisira.
- Ako imate peći, **zamijenite ili očistite filtre** onako kako je preporučeno, a tijekom zime svaki mjesec provjeravajte filtre. Prljavi filtri ograničavaju protok zraka i na taj način povećavaju potrebu za energijom!
- **Povremeno očistite radijatore i ventilatore.** Ako radijator ima poklopac, uklonite ga i očistite i iznutra. Prekomjerna prašina čini vaš sustav grijanja manje učinkovitim, širi neugodan miris i može izazvati alergijske reakcije.
- **Uklonite zarobljeni zrak iz radijatora.** Zračni džepovi sprečavaju pravilno funkcioniranje radijatora, te smanjuju toplinsku snagu i predstavljaju gubitak energije.
- **Kontinuirano pratite vrijednosti unutarnje temperature i vlažnosti.** Koristite termometre i higrometre oko zgrade, po mogućnosti na svakom katu i prostoriji.
- **Smanjite grijanje.** Idealna temperatura u uredima je oko 21 °C zimi. Prekomjerna temperatura za 1 °C može značiti čak 5-10% veću potrošnju energije za grijanje.



- **Pregledajte svoje prozore i vrata te utvrdite moguće prodiranje zraka.** Provjerite da li oko prozorskih okvira ima propuha, i npr. da li se vidi svjetlo oko okvira vrata. Također, potražite praznine oko kablova i cijevi koji ulaze u sobu.
- **Držite vrata zatvorenim tijekom sezone grijanja.**
- **Budite pažljiviji u prozračivanju prostorija.** Otvorite prozore široko, ali samo na kratko vrijeme (maksimalno 5-10 min.). Izbjegavajte ostavljati prozore otvorene satima.
- **Koristite zavjese.** Držite ih otvorenim i pustite da dnevno svjetlo ulazi tijekom dana, posebno na južnoj strani zgrade, a zatvorite ih noću u svakoj prostoriji.

### Što još možete učiniti?

- **Ne postavljajte namještaj u blizini radijatora i ne prekrivajte ih** kutijama i zavjesama jer mogu blokirati velik dio topline. Ako u sustavu zgrade imate sustav prisilnog grijanja, nemojte pokrivati ventilacijske otvore.
- **Isključite grijanje za večeri, vikende i praznike.** Smanjivanje za 2-3 °C može uštedjeti veliku količinu energije, a istovremeno predstavlja mali rizik od smanjenja ugone ili problema s vlagom. Ako imate automatsku kontrolu temperature u zgradi, tada je termostat s programiranjem najprikladniji i ujedno najučinkovitiji način za snižavanje temperature u uredu kada je prazan. Možete uštedjeti 10% godišnje na računima za grijanje u uredu samo tako što ćete tijekom 8 sati dnevno termostat smanjiti za 10-15%. 
- **Provjerite kako ispravno podesiti termostatske ventile na radijatorima.** Termostatski ventili od 1 do 5 na podešavanju 5 isključuju radijator kada je temperatura zraka u okolini oko 25 °C, a pri podešavanju 1 isključit će se radijator na oko 15 °C.
- **Prostori poput hodnika, dizala, skladišnih prostora, itd.** kroz koje zaposlenici samo povremeno prolaze mogu se držati na nižoj temperaturi u odnosu na stalno zauzete prostorije. Preporučuje se isključenje grijanja u prostorijama koje se nikad ne koriste. Također, možete razmotriti isključivanje ili smanjenje grijanja u kupaonicama.

Međutim, iz higijenskih razloga potrebno je održavati sve prostorije dobro prozračene, čak i one koje su prazne.

### JESTE LI ZNALI?

Dok pokušavate uštedjeti na grijanju, osigurajte udobnost i muških i ženskih kolega. U uredskim zgradama temperature se često temelje na starim standardima koji u obzir uzimaju metabolizam muškaraca. Međutim, žene uglavnom imaju nižu metaboličku stopu zbog sastava tijela te više vole toplije prostorije i trebaju manje klimatizacije.



Pobrinite se da ljudi koji vole toplije temperature sjede bliže radijatoru, imaju tepih ispod stola ili dodatnu (vunenu) deku na stolici. Ove prakse su također korisne ako nikako ne možete kontrolirati toplinu u svom uredu i ako vam je previše hladno.

### VRHUNSKI SAVJETI ZA POBJEDNIKE

- **Imajte više biljaka oko sebe!** One ne samo da vas oraspoložuju, već i povećavaju vlažnost u sobi, a s većom razinom vlažnosti hladnoća se ne osjeća jednako jako tijekom prohladnih dana. U zimskim mjesecima održavajte razinu vlažnosti između 40 i 60%.
- **Postavite reflektivne folije** između vanjskih zidova i radijatora.
- **Postavite zaštitu od propuha** na prozore vašeg ureda.



### UZMITE U OBZIR I...

- **Zeleni krovovi i zeleni zidovi** ne samo da zadržavaju toplinu u ljetnim mjesecima, već mogu pomoći u smanjenju gubitka topline iz zgrada tijekom zime kada korijenska aktivnost biljaka, zračni slojevi i druge komponente sustava tla stvaraju toplinu i pružaju izolacijsku membranu na vrhu zgrade.
- **U sobi ispunjenoj toplim bojama** (poput žute i narančaste), doslovno se osjećamo toplije. Čak i ako vam nije dopušteno da oslikavate zidove ureda, možete postaviti plakate, namještaj ili predmete toplih boja oko sebe.

### DODATNO ČITANJE I IDEJE

- <https://www.nh.gov/oep/energy/saving-energy>

