

Na chování uživatelů záleží!

Mnoho lidí využívá veřejné budovy každý den: návštěvníci, zaměstnanci, údržba, apod.

Studie i běžná praxe potvrzují skutečnost, že chování uživatelů má velký význam v případě zvýšení energetické účinnosti a snížení uhlíkové stopy budovy. Pokud vezmeme v úvahu realizaci pouze technických opatření, která lze v budově provést (například zateplení budovy), tato jsou méně účinná a dražší, než samotná změna chování uživatelů budovy.

Tato publikace poskytuje tipy pro energeticky uvědomělé chování uživatelů při návštěvě nebo práci ve veřejné budově.

Jste majitel budovy? Budete chtít tyto karty využít a vyvěsit na viditelném místě v prostorách vaší budovy. Jste uživatel budovy? Pak čtěte, komentujte a sdílejte následující obsah s ostatními.

Doufáme, že se vám podaří realizovat alespoň některé z těchto tipů a dosáhnete skutečné změny chování uživatelů budovy!

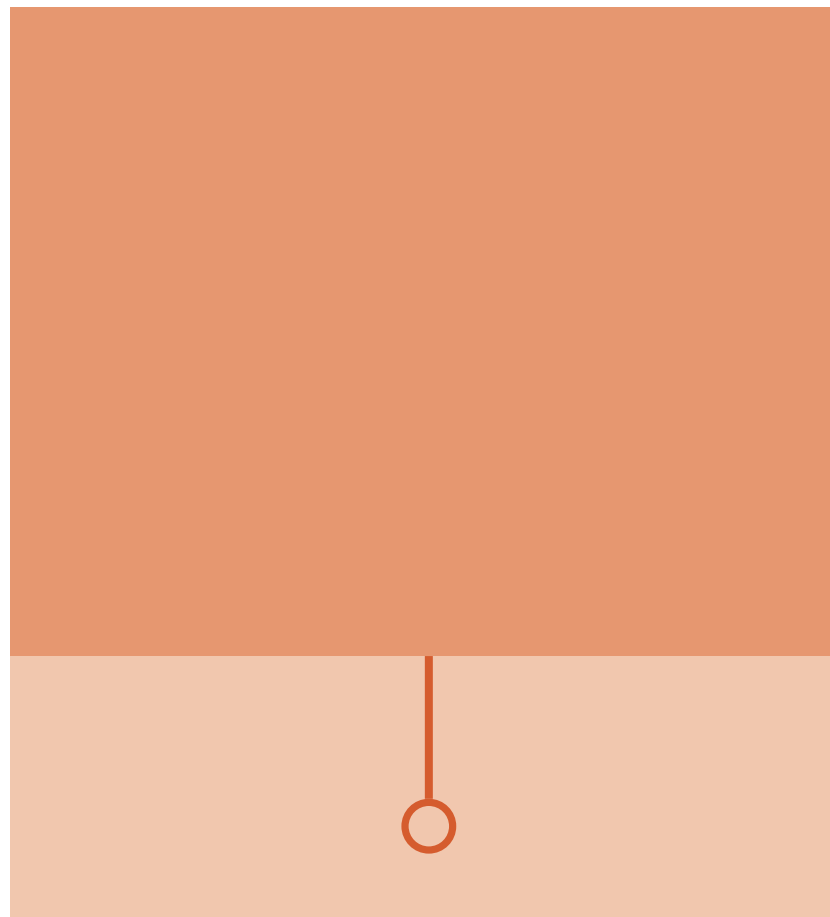


Chování v budově v zimním období

- Oblékejte se vhodně podle ročního období, abyste se vyhnuli nepohodlí.
- Odstraňte záclony, nábytek a jiné překážky z blízkosti radiátorů, větracích otvorů a zdrojů přirozeného světla (oken).
- Zvažte vhodnost teploty na termostatu. Snížení pokojové teploty o 1 °C může snížit náklady na vytápění až o 7 % a ušetřit tuny CO2 ročně. Optimální pokojová teplota je 20 - 21 °C. Pokud máte časovač, nastavte, aby se topilo a ohřívala se voda pouze tehdy, když je to potřeba.
- Vnější žaluzie a rolety mohou zvýšit tepelnou izolaci během noci v topné sezóně.
- V případě přirozeně větraných místností větrejte krátce a intenzivně (2-5 minut 2-3 krát denně).
- Když začíná nebo končí topná sezóna vyvarujte se otevírání oken na dlouhou dobu, protože to může způsobit významné ztráty.
- Nastavte nižší teplotu v době, kdy se místnost nepoužívá (víkendy, noci, svátky), pokud to není provedeno centrálně.
- Důsledně za sebou zavírejte vchodové dveře.
- Informujte vlastníka budovy, pokud zjistíte jakékoliv problémy v prostorách budovy.

Pokud je to možné, netiskněte mě!

Pokud musíte, udělejte to zodpovědně pomocí černobílého a oboustranného tisku.

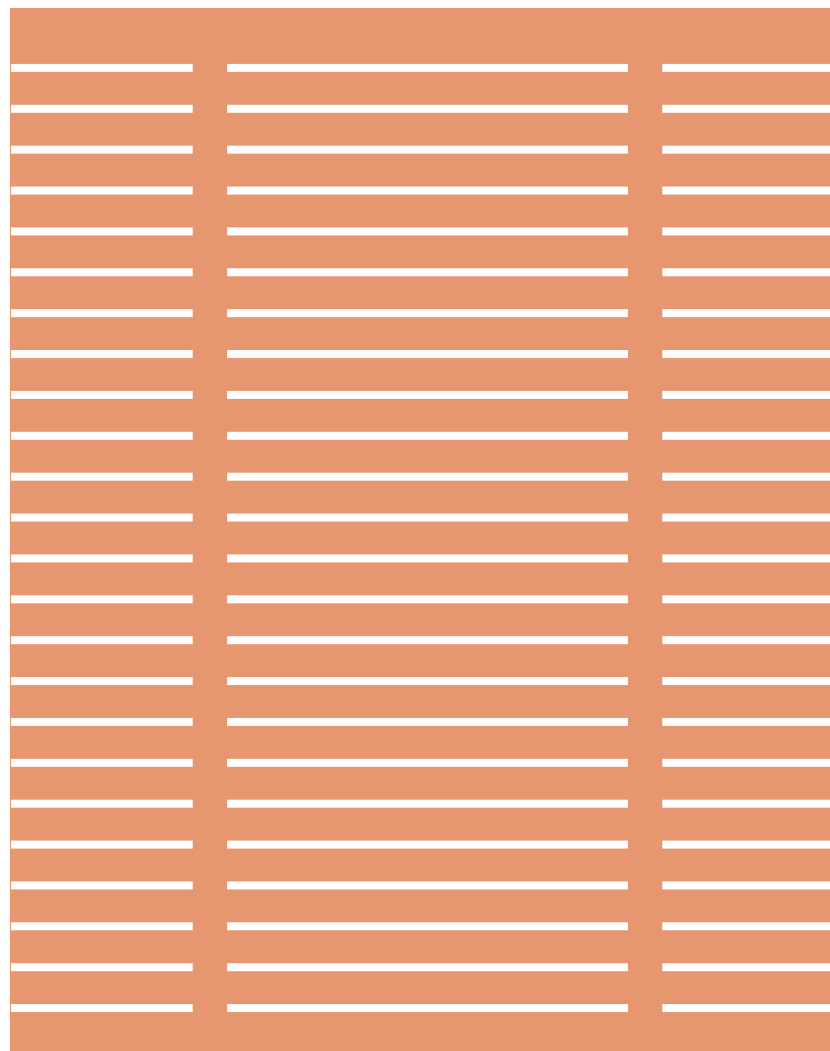


Chování v budově v letním období

- Oblékejte se vhodně podle ročního období, abyste se vyhnuli nepohodlí.
- Preferujte přirozené větrání, pokud je venkovní teplota nižší než vnitřní teplota. Člověk snese vyšší teploty při přirozeném větrání než při mechanickém chlazení.
- Používejte stínící zařízení během dne proti nadměrnému přehřívání místnosti, abyste předešli potřebě mechanického chlazení.
- Nezapínejte klimatizaci, když jsou okna otevřená.
- Neotvírejte okna když běží klimatizace.
- Nastavte teplotu na termostatu klimatizační jednotky o něco vyšší. Přizpůsobte vaše oblečení teplotě, pokud je to možné.
- Důsledně za sebou zavírejte vchodové dveře.
- Informujte vlastníka budovy, pokud zjistíte jakékoliv problémy v prostorách budovy.

Pokud je to možné, netiskněte mě!

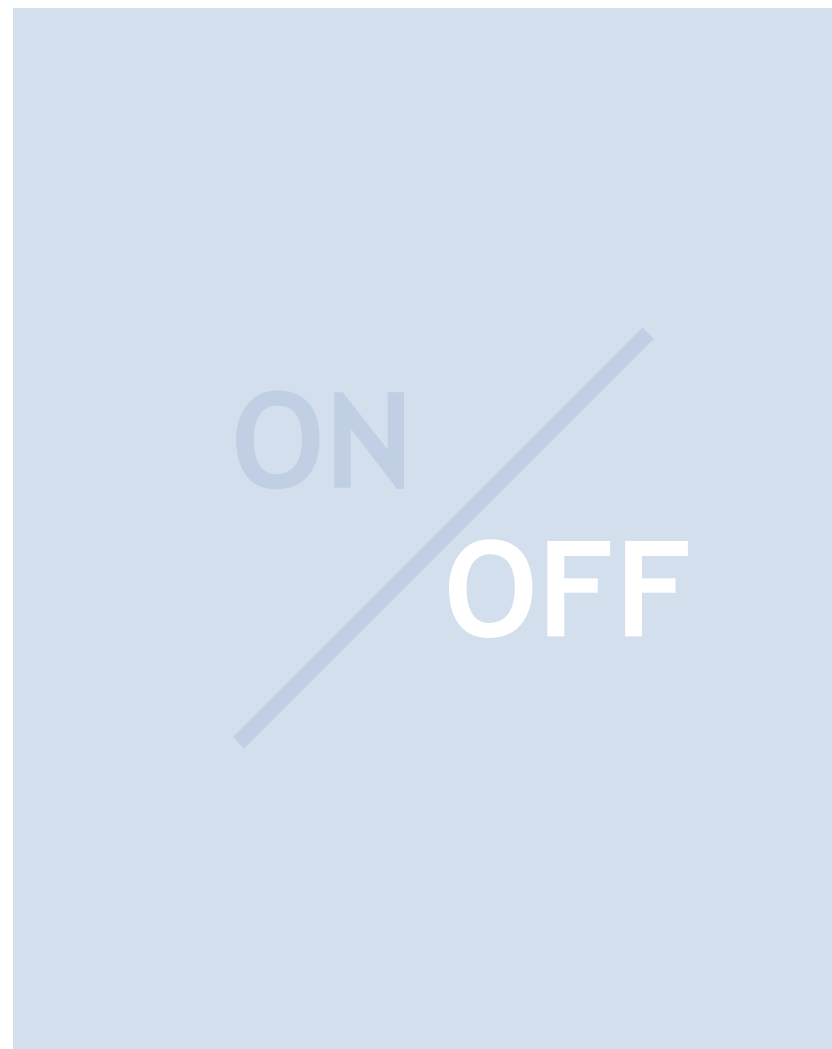
Pokud musíte, udělejte to zodpovědně pomocí černobílého a oboustranného tisku.



Práce se spotřebiči

- Nastavte úsporný režim (standby režim) na všech elektrických zařízeních.
- Vypněte veškerá zařízení, pokud se nepoužívají.
- Odpojte nabíječky, pokud je zrovna nepoužíváte.
- Vyvarujte se tisku dokumentů, které lze šířit v digitální podobě.
- Využívejte možnost kopírování a tisku oboustranně, případně používejte tisk v kvalitě konceptu, který šetří náplně do tiskárny.
- Zvažte nastavení jasu displeje televizoru nebo monitoru na nižší úroveň.
- Zkontrolujte, zda jsou na konci dne vypnuta všechna zařízení.

Pokud je to možné, netiskněte mě!



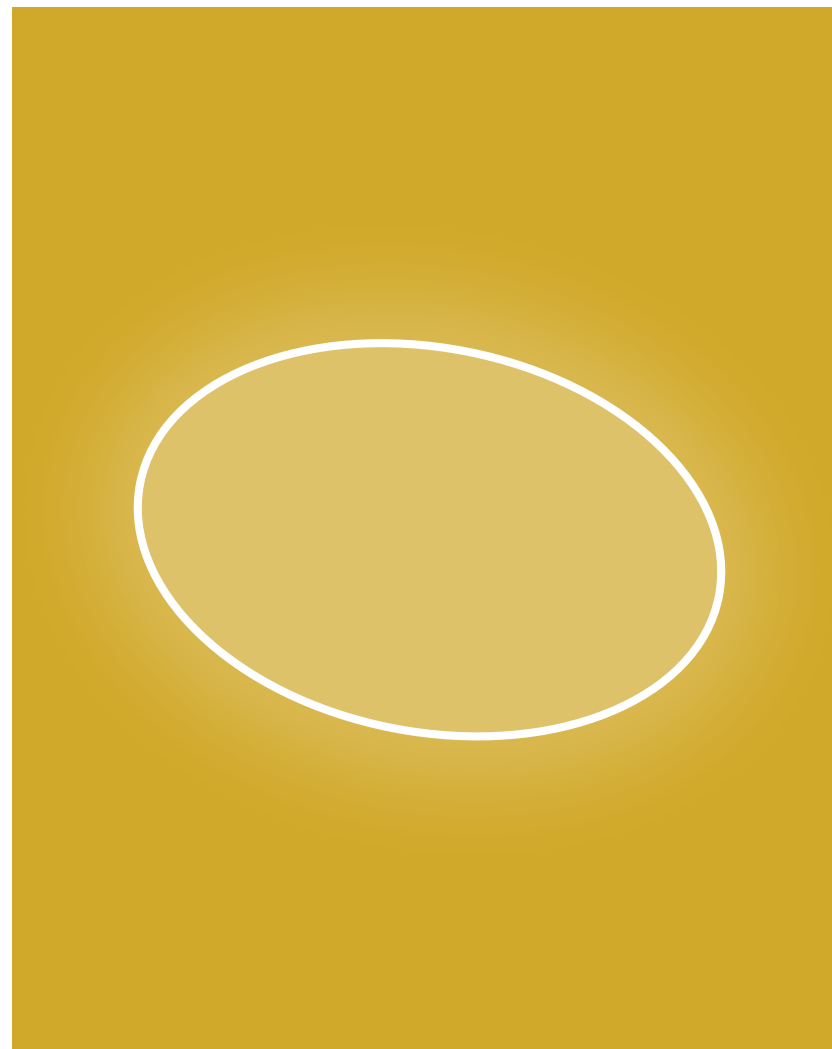
Pokud musíte, udělejte to zodpovědně pomocí černobílého a oboustranného tisku.



Osvětlení a využití energie

- Sedněte si blíže k oknu, využijte přirozené světlo.
- Pokud vyměníte žárovky za úsporné (LED), spotřebujete až o 80% méně energie, přičemž její životnost je až desetinásobná.
- Upřednostňujte lokální osvětlení při práci na stole.
- Zhasněte světla při odchodu nebo když je místnost prázdná.
- Pokud počítač zrovna nepoužíváte, vypněte obrazovku monitoru.
- Nepřivolávejte si více než jeden výtah.
- Používejte schody místo výtahů vždy, když je to možné.

Pokud je to možné, netiskněte mě!

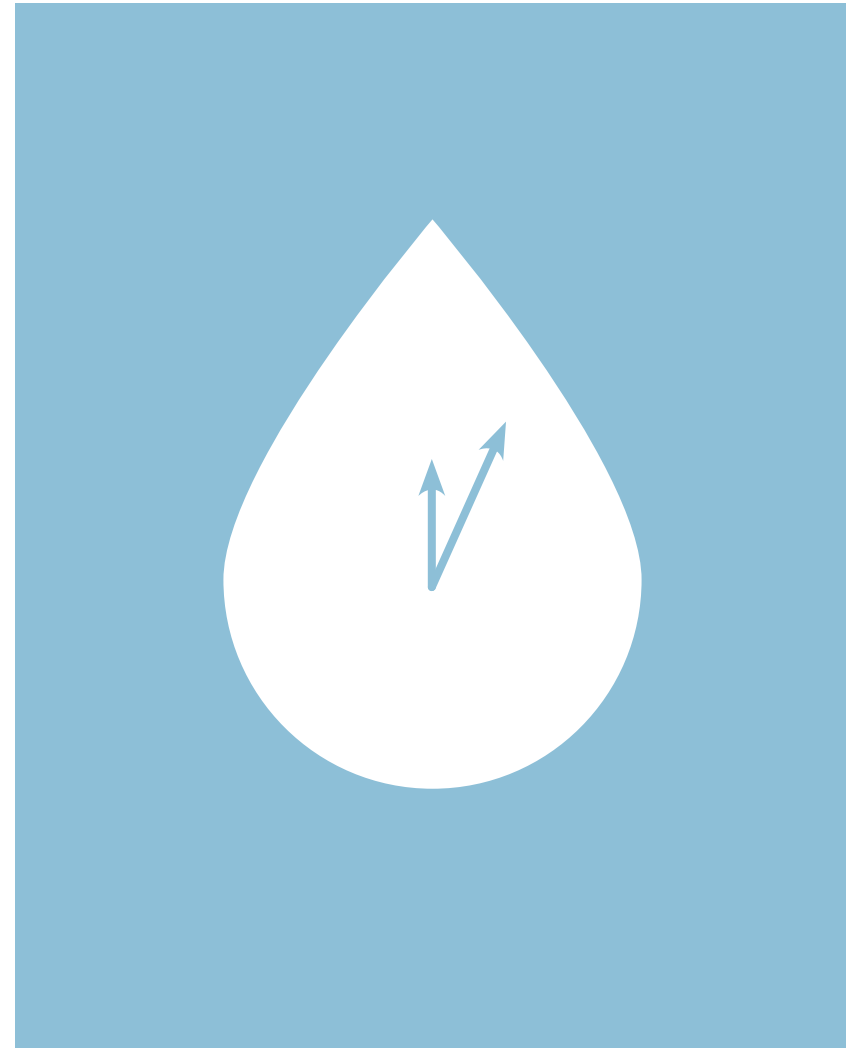


Pokud musíte, udělejte to zodpovědně pomocí černobílého a oboustranného tisku.



Voda

- Používejte správně splachování u WC (dávejte přednost krátkému spláchnutí, pokud je dostačující).
- Důsledně uzavírejte kohoutky vodovodních baterií.
- Myjte si ruce studenou vodou místo teplé.
- Omezte dobu sprchování na 5-7 minut.
- Nepoužívejte toaletu jako popelník nebo odpadkový koš.
- Při čištění zubů vypínejte vodu.
- Zaznamenávejte informace o netěsnostech a únicích vody



Pokud je to možné, netiskněte mě!

Pokud musíte, udělejte to zodpovědně pomocí černobílého a oboustranného tisku.



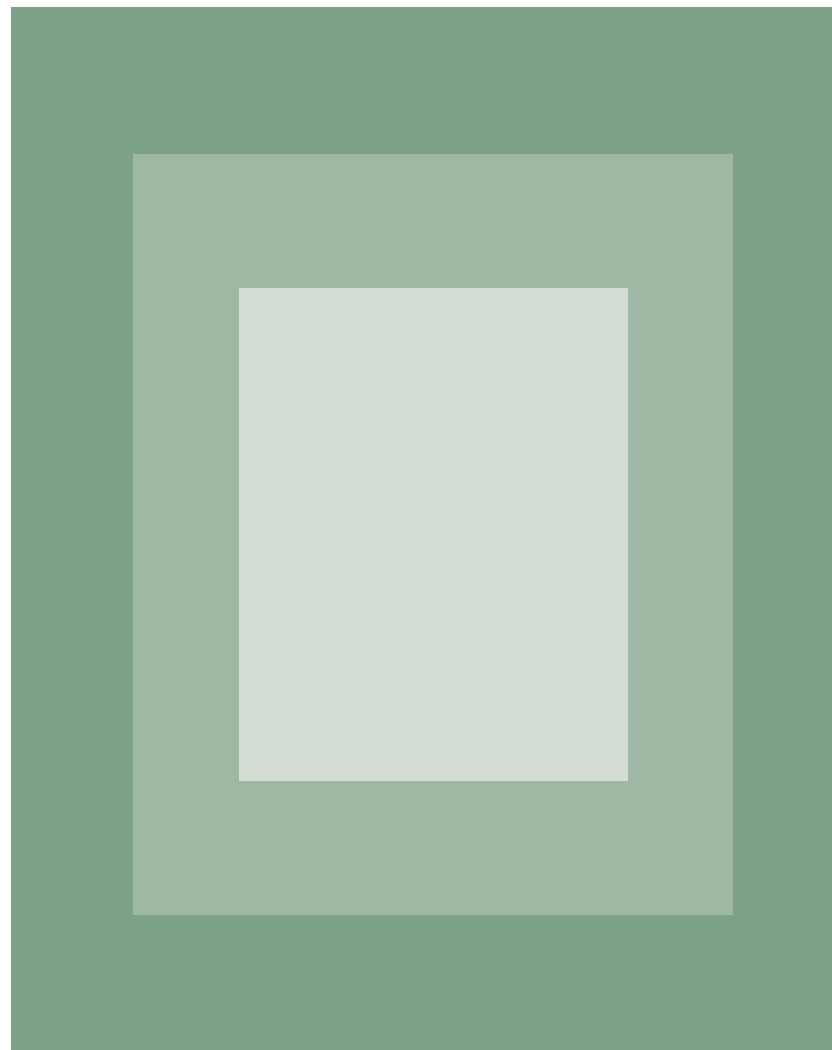
Změna chování uživatelů budovy je možná!

Tato publikace nabízí řadu užitečných tipů, které vám pomohou změnit váš postoj a vaše chování při využívání různých typů energie.

Zlepšete energetickou účinnost veřejných budov tím, že změníte své chování, vyzkoušejte to!

Pokud je to možné, netiskněte mě!

Pokud musíte, udělejte to zodpovědně pomocí černobílého a oboustranného tisku.



O projektu

Účelem této publikace je seznámit koncové uživatele budov s efektivním využitím energie v budově. Publikace byla spolufinancována INTERREG CENTRAL EUROPE v rámci projektu TOGETHER. Cílem projektu je zvýšení energetické účinnosti veřejných budov a podpora využívání obnovitelných zdrojů energie. Komplexní (technologická, finanční a manažerská) řešení, která nevyžadují žádné nebo minimální investice, a snaží se ušetřit energii (a peníze) změnou postojů jsou vyvíjena a testována v rámci tohoto projektu. Projekt bude mít za následek inovativní přístup k řízení spotřeby energie založené na mezinárodních zkušenostech a zapojení a angažovanosti provozovatelů, uživatelů a nájemců veřejných budov (tj. Zúčastněných stran, které mají zájem na údržbě infrastruktury). Na projektu spolupracuje sedm zemí střední Evropy: Itálie, Česká republika, Slovinsko, Chorvatsko, Polsko, Maďarsko a Slovensko. Na úspěchu projektu spolupracují zástupci různých sektorů, jako jsou obce, vědecké instituce a energetické agentury.

Pokud je to možné, netiskněte mě!



www.interreg-central.eu/together

 TogetherPRTV2016



Pokud musíte, udělejte to zodpovědně pomocí černobílého a oboustranného tisku.

