

**Энергоэффективность** — рациональное использование энергетических ресурсов. Энергоэффективность для населения — это значительное сокращение коммунальных расходов, для страны — экономия ресурсов, повышение производительности промышленности и конкурентоспособности, для экологии — ограничение выброса парниковых газов в атмосферу, для энергетических компаний — снижение затрат на топливо и необоснованных трат на строительство.



**Энергосберегающие и энергоэффективные устройства** — это, в частности, системы подачи тепла, вентиляции, электроэнергии при нахождении человека в помещении и прекращающие данную подачу в его отсутствии. Беспроводные сенсорные сети (БСН) могут быть использованы для контроля за эффективным использованием энергии.

### **Изменение климата**

создает разнообразные и глобальные по своей природе опасности для здоровья от повышения риска экстремальных погодных явлений до изменений в динамике инфекционных болезней. Многие из основных смертельных болезней чувствительны к климатическим условиям; изменяющиеся модели погоды могут воздействовать на частоту возникновения этих болезней и их распространение. Вырубка лесов приводит к изменению климата и уничтожению источников пищевых продуктов и лекарственных растений. А в Сан Исидро Алопам, Оаксака, Мексика, лес также используется для защиты деревни от наводнений.

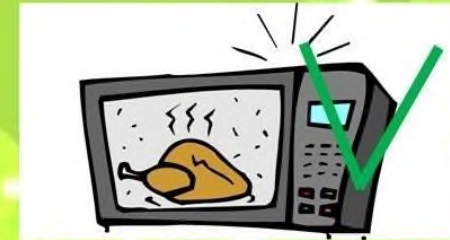
Разнообразные последствия изменения климата для здоровья уже очевидны: больше людей умирает от чрезмерной жары, происходят изменения в области заболеваемости трансмиссивными болезнями, изменяется модель стихийных бедствий.



**Необходимо принять меры уже СЕЙЧАС!**

# ЭНЕРГОСБЕРЕЖЕНИЕ ДОМА

- Микроволновка потребляет на 50% меньше энергии, чем обычная духовка.
- Телевизор, аудиосистема, магнитофон в режиме ожидания потребляют в среднем 10 ватт в час.
- Зарядки мобильных телефонов, ноутбуков, воткнутые в розетку, потребляют электричество, даже если вы ничего не заряжаете. Лучше их отключать, так как все виды зарядок славятся своей энергетической неэффективностью.
- Не следует гладить мокрую одежду. • Накрывайте кастрюли и сковородки крышкой.
- Не следует часто открывать микроволновку или духовку.
- Эффективней всего использовать скороварки.
- Духовку можно отключать за несколько минут до того, как еда готова.
- Не стирайте по паре вещей - получается очень дорого.



## Компьютеры

- Компьютер лучше отключать, когда он не используется. Некоторые компьютеры потребляют столько же электроэнергии в режиме ожидания, как маленький холодильник.
- Если компьютер отключить нельзя, можно отключить монитор - сэкономите больше 50% электроэнергии.
- Скринсейверы энергию не экономят.
- Настройте на своем компьютере, принтере режим сна минут через 5 после того, как его перестали использовать. Сэкономите примерно 40% энергии.

Энергосберегающие лампы примерно в 4-5 раз эффективней обычных ламп накаливания. Одна 20-ваттная энергосберегающая лампа обеспечивает такое же количество света, как и одна 100-ваттная лампа накаливания. Экономия налицо.

## Холодильник



- Регулярно размораживайте холодильник.
- Между холодильником и стеной должно быть достаточное расстояние для легкой циркуляции воздуха.
- Накрывайте жидкие блюда крышкой. Испарение приводит к повышенному потреблению энергии.

# Учимся экономить дома вместе



## Правила экономии для каждой семьи

Используйте энергосберегающие лампы.

Замените лампы накаливания на **люминесцентные** или **светодиодные**. Они потребляют в 5 раз меньше энергии, служат в 10 раз дольше и окупаются за 1 год.



Горячую еду перед помещением в холодильник **остудите** до комнатной температуры.



Избегайте ненужного открывания дверцы холодильника и не оставляйте ее открытой на длительное время.

Уходя гасите свет!

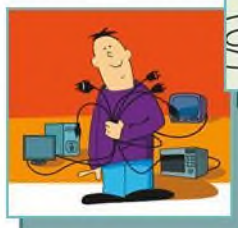


Утеплите свое жилье!

Замените старую проводку!



Не оставляйте электроприборы в режиме «ожидания».



Рационально используйте три системы освещения: общее, местное и комбинированное.



# Предотвращение изменений климата

- Переработка бумаги



- Экономия электроэнергии



- Использование энергосберегающего оборудования



- Членство во всемирном фонде защиты дикой природы



- Утилизация отходов



- День без автомобиля



- Участие в международной инициативе «Час Земли»



- Уменьшение вредных выбросов в окружающую среду





*Не бери всего,  
используй все, что берешь.  
Бери только то,  
что тебе необходимо.*

*(Лапландская поговорка)*

