

Energiajärkeä joka kotiin

Energiansäästö on
varautumista.

Jenny Moilanen
Kymenlaakson Martat ry





Kestävät valinnat

MARTAT TEKEVÄT
ARJEN TEKOJA
HUOMISTA VARTEN

Yhdessä tekemisen ilo

MARTAT KOHTAAVAT
JA MAHDOLLISTAVAT
KOHTAAMISIA.

Avoimuus

MARTOILLE
KAIKKI OVAT
YHDENVERTAISIA



PÄÄMÄÄRÄ

Hyvä arki kuuluu kaikille

PERUSTEHTÄVÄ *Martat edistää kotien ja perheiden toimivaa ja kestävää arkea.*

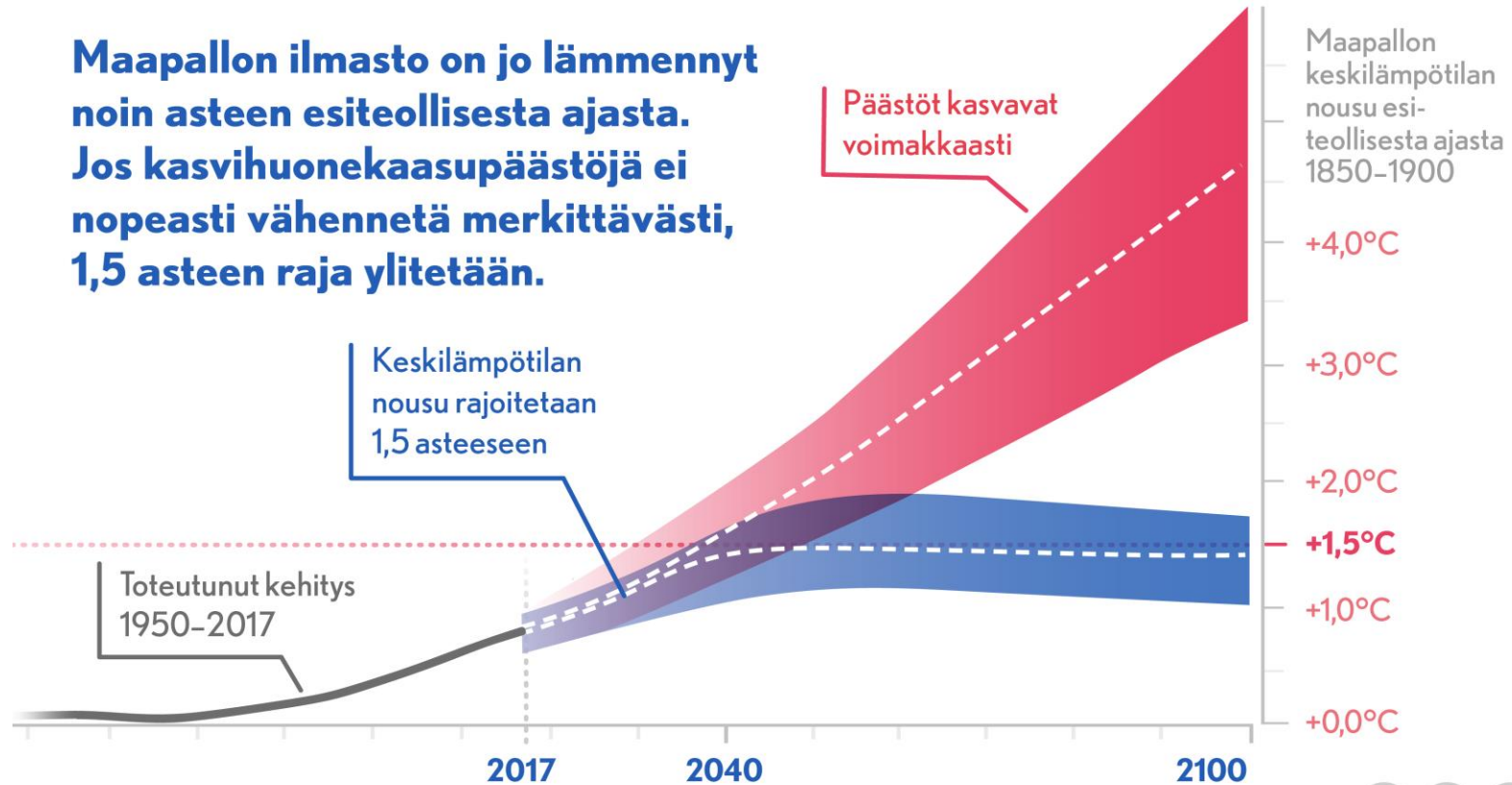
Energiansäästö on nyt tärkeämpää kuin koskaan

- Meidän on muutettava arki ja yhteiskunnan toiminta vähähiiliseksi ja kestävän kehityksen mukaiseksi. Näin turvaamme nykyisille ja tuleville sukupolville hyvät elämisen mahdollisuudet taloudellisesti, sosiaalisesti ja ekologisesti.
- Energiansäästö on paitsi tehokas keino hillitä ilmastonmuutosta, myös tärkeä osa varautumista ja talouden hallintaa.



Ilmasto lämpenee

Maapallon ilmasto on jo lämmennyt noin asteen esiteollisesta ajasta. Jos kasvihuonekaasupäästöjä ei nopeasti vähennetä merkittävästi, 1,5 asteen raja ylitetään.

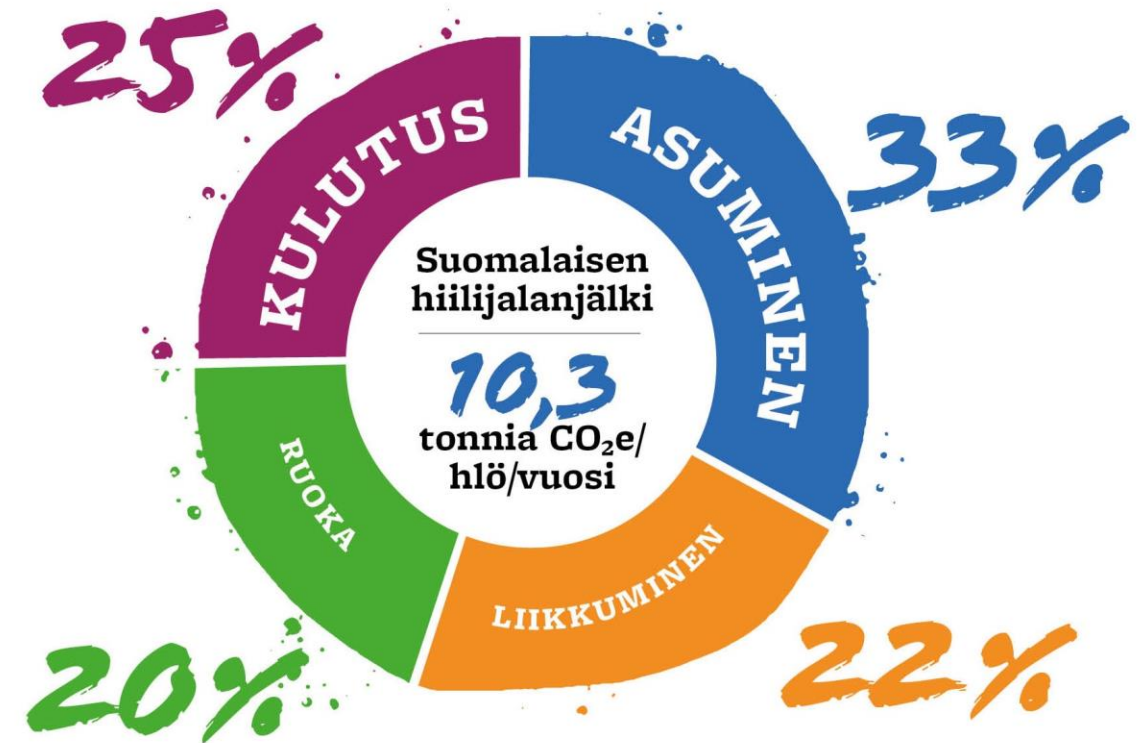


Pohjautuu IPCC:n 1,5 asteen raportin tuloksiin. © Ilmatieteen laitos ja ympäristöministeriö, 2018. Ilmasto-opas.fi.



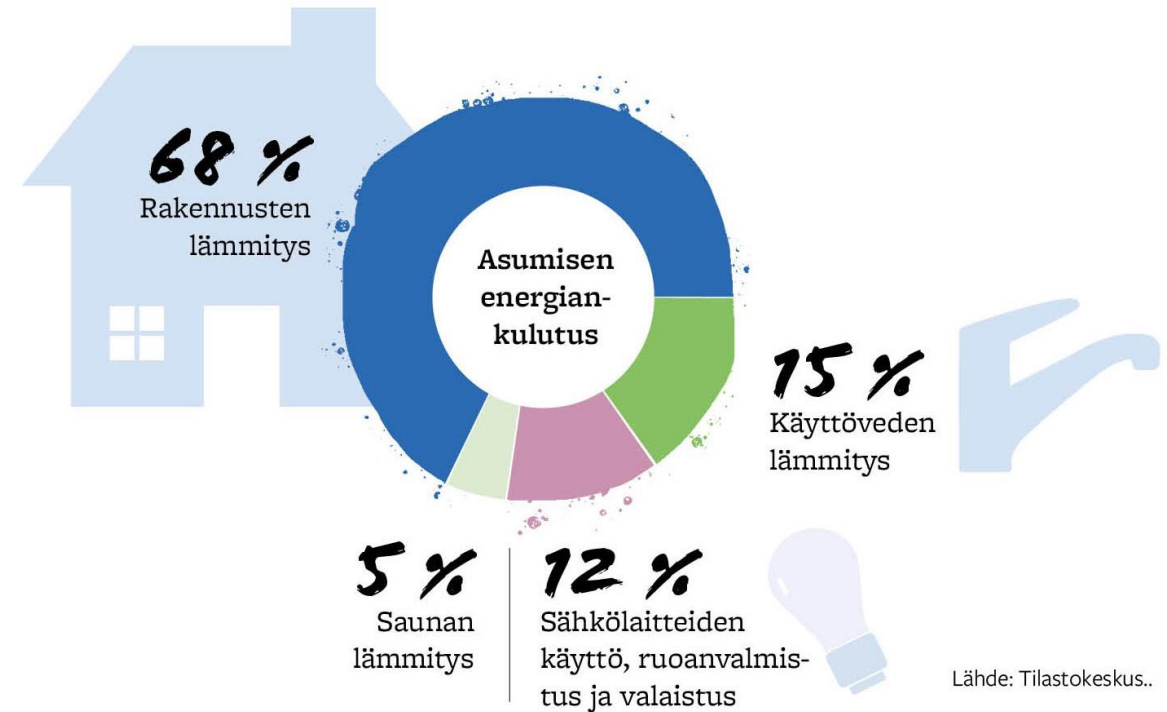
Keskiverto- suomalaisen hiilijalanjälki

- Keskivertosuomalaisen hiilijalanjälki on noin 10,3 tonnia CO₂ vuodessa.
- Keskimäärin suomalaisten kotitalouksien hiilijalanjäljestä noin kolmannes syntyy asumisesta ja siihen liittyvästä energiankäytöstä.



Kotitalouden energiankulutus

- Asumisen kasvihuonekaasupäästöt aiheutuvat pääosin lämmön, sähkön ja veden kulutuksesta.
- Kodeissa energiankulutuksesta noin 2/3 kuluu lämmitykseen. Seuraavaksi merkittävimmät energiankulutuskohteet ovat lämmin käyttövesi sekä valaistus ja sähkölaitteet.



Kotitalouksien fiksuilla valinnoilla on merkitystä

- Kotitaloudet voivat karsia turhaa energian kulutusta asumismukavuudesta tinkimättä.
- Käyttämällä energiaa järkevästi voi myös säästää rahaa – erityisesti nyt kun energianhinta on korkea.
- Kotitaloudet auttavat varmistamaan sähkön riittävyttä tekemällä säästötoimia ja ajoittamalla kulutustaan oikein.



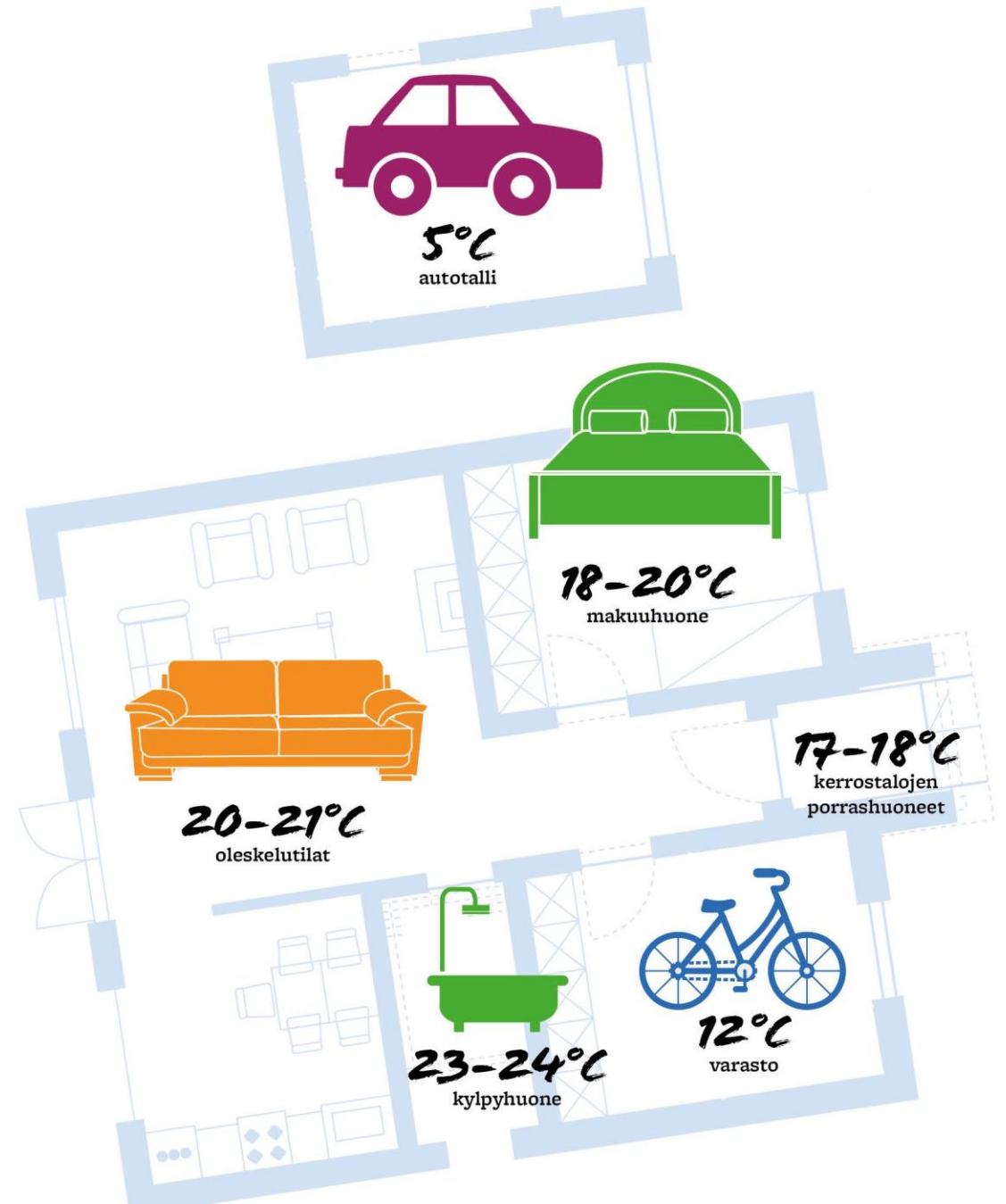
Tunnista huippuhetkesi

- Selvitä myös kotitaloutesi kulutuksen huippukohdat. Yleensä ne ajoittuvat aamuihin, jolloin lähdetään liikkeelle, tai iltoihin, kun laitetaan ruokaa, tiskataan, pestään pyykkiä, käytetään tietotekniikkaa ja saunotaan. Arkiaskareet ja varsinkin suuritehoisten laitteiden käyttö näkyvät kulutushuippuina.
- Vältä sähkön tarpeetonta kuluttamista arki-aamuisin klo 8-10 ja arki-iltaisoin 16-18. Näin autat varmistamaan sähkön riittävyyttä.



Lämmitykseen kuluu noin 2/3 kotitalouden kuluttamasta energiasta

- 1 aste lämmityksessä vastaa 5 % energian kulutuksessa.
- Alenna huonelämpötilaa.
- Alenna lämpötilaa huoneissa, joissa ei oleskella säännöllisesti pitkiä aikoja, sekä silloin kun koti on pidempiä aikoja tyhjillään
- Huolehdi patterien ja termostaattien toimivuudesta, äläkä peitä niitä huonekaluilla tai verhoilla.
- Paksut verhot tai sälekaihtimet ikkunoissa vähentävät energiankulutusta
- Tarkista ikkunoiden ja ovien tiiveys



Ilmanvaihdolla varmistetaan hyvä ja puhdas sisäilma

- Ilmanvaihdon oikeilla säädöillä on helppoa vaikuttaa lämmityskustannuksiin. Oikean käytön vaikutus voi olla 5-15 prosenttia lämmönkulutuksesta.
- Liian tehokas ilmanvaihto hukkaa lämpöä. Toisaalta puutteellinen ilmanvaihto aiheuttaa sisäilmaongelmia.
- Tuulettaminen kannattaa hoitaa **ristivedolla nopeasti**. Raolleen jätetystä ikkunasta energiaa valuu hukkaan, joten **älä jätä ikkunoita auki pitkäksi aikaa lämmityskaudella**.



Lyhennä suihkussa vietettyä aikaa

- Käyttöveden lämmitys on asunnon lämmittämisen jälkeen kotitalouden suurin energiankäyttökohde.
- Ratkaisevaa lämpimän veden kulutuksessa on suihkussa käytetty aika. *15 minuutin suihku voi kuluttaa energiaa yhtä paljon kuin sähkösaunan lämmittäminen.*



Löylyttele maltillisessa 70-80 asteen lämmössä

- Sähköiuas on teholtaan kodin yksittäinen suurin sähkölaitte.
- Laskemalla saunomisen lämpötilaa 100 asteesta 70-80 asteeseen voi säästää lämmitykseen kuluvaan sähköä kolmanneksen. Tällä muutoksella voi siis säästää jokaista sanomiskertaa kohti noin kaksi euroa.
- Saunaa ei kannata pitää päällä tyhjänä.



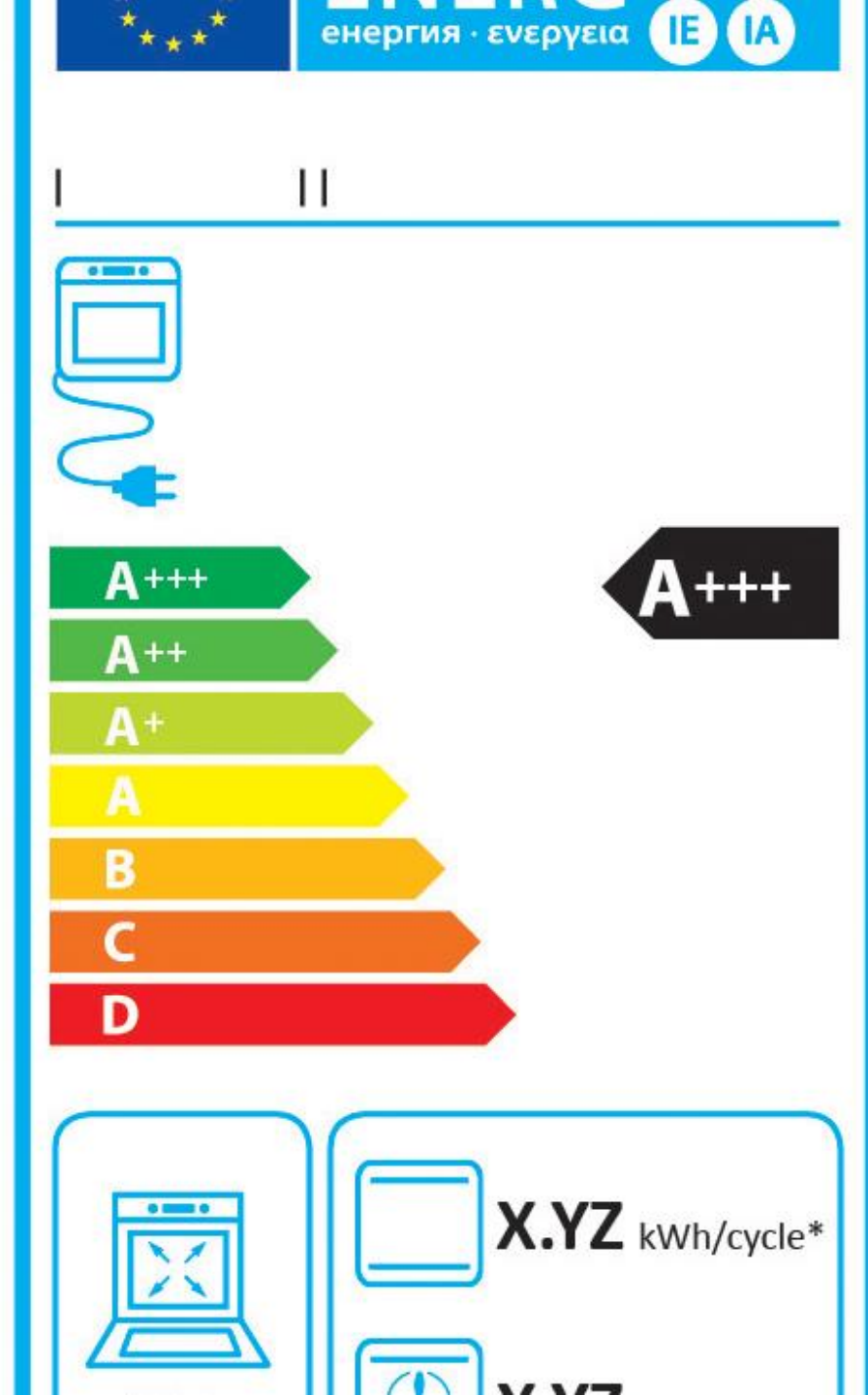
Säästä sähköä

- Valaisinten ja sähkölaitteiden energiatehokkuus on parantunut, mutta laitteiden määrä on kasvanut.
- Vinkit arjen sähkön säästöön:
 - sammuta laitteista virta aina, kun niitä ei käytetä
 - kuivata pyykki ulkona, jos mahdollista
 - vaihda heti hehku- ja halogeenilamput ledeihin
 - vaihda energiansäästölamput ja loisteputket ledeihin käyttööikänsä päässä
 - tarkasta jääkaapin (+2 - +6 °C) ja pakastimen (-18 °C) oikeat säilytyslämpötilat
 - sijoita kylmäsäilytyslaite erilleen keittiön lämmönlähteistä (liesi, uuni, lämpöpatteri, astianpesukone)
 - pidä kylmlaitteiden tiivisteet puhtaina ja laitteiden takaosat pölyttöminä
 - viihde-elektroniikkaa ja älylaitteita kannattaa käyttää kohtuullisesti



Hanki laitteita tarkkaan harkiten

- **Uutta laitetta hankkiessa:**
 - harkitse, onko uusi laite varmasti tarpeellinen
 - harkitse, voisiko ostamisen sijaan vuokrata tai lainata
 - valitse laadukas ja mahdollisimman energiatehokas laite



Seuraa energiankulutustasi

- Jotta energiatehokkuutta voi parantaa, on ensin tärkeää ottaa selvää omasta energiankulutuksesta ja siihen liittyvistä järjestelmistä. Kulutusseuranta kannattaa tehdä sähköstä, lämmöstä ja vedestä.
- Vertailemalla kulutusta eri vuoden aikoina, viikonpäivinä ja kellonaikoina voi selvittää kulutuksen syitä. Tämän perusteella voi kohdentaa energiatehokkuustoimet vaikuttavasti ja saada aikaan merkittäviä säästöjä.
- Useat sähköyhtiöt tarjoavat asiakkailleen tietoa sähkönkulutuksesta verkkopalvelussaan. Palvelusta selviää kulutustiedot vähintään kuukausittain. Usein omaa sähkönkulutusta voi seurata jopa tunnin tarkkuudella. Kulutusta voi seurata myös sähkölaskusta.

