

Za topení šetřím nejvíce z celého baráku. Sousedí mi závidí, mám na to skvělý trik

aazdravi.cz/za-topeni-setrim-nejvice-z-celeho-baraku-sousedi-mi-zavidi-mam-na-to-skvely-trik

Všechny příspěvky autora Kristýna Lorencová

6. 2. 2023



S narůstajícími náklady na energie v poslední době se snažíme všichni ušetřit za vytápění. Pomoci přitom může i jednoduchá potravinářská fólie.

Šetřete při topení

V posledních letech se ceny energií zvyšují, a proto je důležité využívat každou příležitost, jak ušetřit. Přetápění bytu má negativní dopad nejen na naše zdraví, ale také na naše finance. Doporučená teplota v obytných místnostech je 20 až 21 °C, ale bývaly doby, kdy průměrná teplota v českých domácnostech byla až 24 °C.

Výměna vzduchu efektivně

Pokud chcete ušetřit za vytápění, zaměřte se na správné větrání. Pro maximální úspory stačí jednorázové, intenzivní větrání. Otevřete okna široce na 5 až 10 minut a umožněte vzduchu, aby se řádně

obměnil. Dlouhodobé větrání pomocí ventilátoru je neefektivní a zbytečně vysává teplo z domu.

Využijte potravinovou fólii jako tepelnou izolaci

Mnoho lidí využívá potravinovou fólii pouze jako obal na jídlo, ale může sloužit i jako efektivní zdroj tepelné izolace. Chladný vzduch, který cítíte okolo dveří a oken, naznačuje únik tepla z vašeho bytu. Nepodceňujte důležitost kvalitní izolace a využijte potravinovou fólii k zamezení zbytečného úniku tepla. Potravinová fólie dokonale zacelí netěsnosti, ale nezapomeňte ji po několika týdnech vyměnit. Správným utěsněním škvír se sníží účet za energie a vytápění bude efektivnější.



Foto: Shutterstock

Využijte moc žaluzií a závěsů

Žaluzie a závěsy mohou být vašimi spojenci v boji proti zbytečnému úniku tepla. Když svítí slunce, otevřete okenní ochranné prvky a vychutnejte si přirozené teplo. V noci je opět zavřete a udržte tak teplo uvnitř.

Nechte topení zapnuté

Nemusíte vypínat topení pokaždé, když opustíte svůj byt. Místo toho snižte teplotu jen o málo, aby byt zůstal v teple. V opačném případě byt během dne vychladne a opětovné vytápění bude méně účinné a zvýší spotřebu energie. Udržování stálé teploty v bytě vám pomůže ušetřit peníze a udržet pohodlí.

Foto: Shutterstock

Nenechte si ujít