

വീട്ടിൽ നിങ്ങളുടെ ഊർജ്ജപയോഗം കുറയ്ക്കാനുള്ള മാർഗങ്ങൾ



1. ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ മാർഗങ്ങൾ: ഫ്രിഡ്ജുകളും ഫ്രീസറുകളും

- തെർമോസ്റ്റാറ്റിലെ ക്രമീകരണം എത്രത്തോളം താഴ്ന്നിരിക്കുന്നുവോ നിങ്ങളുടെ റഫ്രിജറേറ്റർ അത്രത്തോളം കൂടുതൽ വൈദ്യുതി ഉപയോഗിക്കുന്നു. 5 ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസിൽ താഴെയുള്ള ഏത് താപനിലയും സ്വീകാര്യമാണ്, അനുയോജ്യമായ താപനില 3 ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസാണ്.
- ഫ്രിഡ്ജിലും ഫ്രീസറിലുമുള്ള സീലുകൾ വൃത്തിയാക്കുക, വേണ്ട പോലെ അടയുന്നില്ലെങ്കിൽ അവ മാറ്റി പകരം വയ്ക്കുക.
- ഫ്രിഡ്ജുകളും ഫ്രീസറുകളും അമിതമായി സാധനങ്ങൾ വയ്ക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക, വായു സഞ്ചാരത്തിനായി ഏകദേശം 20% സ്ഥലം നൽകുക.

2. ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ മാർഗങ്ങൾ: പാചകം

- സ്റ്റൗടോപ്പിൽ പാചകം ചെയ്യുമ്പോൾ, ശരിയായ വലിപ്പമുള്ള ബർണറിൽ ശരിയായ വലിപ്പമുള്ള പാത്രം ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പാക്കുക. നിങ്ങളുടെ ബർണറിനേക്കാൾ ചെറിയ പാത്രം ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഊർജ്ജം പാഴാക്കുന്നു.
- പാചകക്കുറിപ്പ് അനുവദിക്കുമെങ്കിൽ, പാചകം ചെയ്യുമ്പോൾ നിങ്ങളുടെ പാത്രങ്ങളിലും പാനുകളിലും അടപ്പ് വയ്ക്കുക. ഇത് പാചകം വേഗത്തിലാക്കുക മാത്രമല്ല, കുറഞ്ഞ ചൂട് ഉപയോഗിച്ച് കൂടുതൽ ഊർജ്ജം ലാഭിക്കുകയും ചെയ്യും.
- ഒരുമിച്ചുള്ള പാചകം സമയം ലാഭിക്കുകയും കുറഞ്ഞ ഊർജ്ജം ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യും.
- വീടിനുള്ളിൽ തണുപ്പ് നിലനിർത്താൻ, ചൂടുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ സാധിക്കുമെങ്കിൽ വീടിന് പുറത്ത് പാചകം ചെയ്യുക.
- ഓവനിൽ ഭക്ഷണം പാകം ചെയ്യുമ്പോൾ, ഓവന്റെ ഡോർ അടച്ചിടുക: ഓവന്റെ ഡോർ തുറക്കുന്നത് ചൂട് പുറത്ത് പോകാൻ അനുവദിക്കുന്നു, നഷ്ടപ്പെട്ട ചൂട് വീണ്ടെടുക്കാൻ കൂടുതൽ ഊർജ്ജം ആവശ്യമാണ്.
- ഭക്ഷണം വേഗത്തിൽ പാകം ചെയ്യാനും താപനില സ്ഥിരമായി നിലനിർത്തി കുറഞ്ഞ വൈദ്യുതി ഉപയോഗിക്കാനും ഫാനിന്റെ ഫോഴ്സ്ഡ് ക്രമീകരണം സഹായിക്കുന്നു.

3. ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ മാർഗങ്ങൾ : ഗൃഹോപകരണങ്ങൾ

- നിങ്ങളുടെ വൈദ്യുതി ബില്ലിന്റെ 30% വരെ ഗൃഹോപകരണങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നതായിരിക്കും. സാധിക്കുമെങ്കിൽ ചെറിയ ഉപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുക.
- മൈക്രോവേവ് ഓവനുകൾ അല്ലെങ്കിൽ എയർ ഫ്രൈറുകൾ പോലുള്ള ഊർജ്ജ കാര്യക്ഷമതയുള്ള പാചക രീതികൾ പരമ്പരാഗത സ്റ്റൗവുകളെ അപേക്ഷിച്ച് കുറഞ്ഞ ഊർജ്ജം ഉപയോഗിക്കുന്നു.
- ടിവി ഉൾപ്പെടെ, ഉപയോഗിക്കാത്ത സമയത്ത് വീട്ടുപകരണങ്ങളുടെ ചുമരിലെ സ്വിച്ച് ഓഫ് ചെയ്യുക. സ്റ്റാൻഡ്ബൈ പവർ ഇപ്പോഴും ഊർജ്ജം ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്.
- നിങ്ങൾ വീട്ടുപകരണങ്ങൾ അപ്ഗ്രേഡ് ചെയ്യാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ, അവ വാങ്ങുന്നതിന് മുമ്പ് എനർജി സ്റ്റാർ റേറ്റിംഗ് ലേബൽ നോക്കി ഊർജ്ജ കാര്യക്ഷമതയുള്ള ഗൃഹോപകരണങ്ങൾ പരിഗണിക്കേണ്ടത് പ്രധാനമാണ്. കൂടുതൽ സ്റ്റാറുകൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ, അത് കുറച്ച് ഊർജ്ജം ഉപയോഗിക്കും - ഇത് ദീർഘകാലാടിസ്ഥാനത്തിൽ ചെലവ് കുറയ്ക്കും.

4. ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ മാർഗങ്ങൾ: ലൈറ്റിംഗ്

- LED ലൈറ്റ് ബൾബുകൾ മറ്റ് ചില ലൈറ്റ് ബൾബുകളേക്കാൾ 75% വരെ കുറവ് ഊർജ്ജം ഉപയോഗിക്കുന്നു.
- സീലിംഗ് ബൾബുകൾ മാറ്റാൻ കഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ LED ലാമ്പുകൾ നല്ലൊരു പകര മാർഗ്ഗമാണ്.
- ടൈമർ ലൈറ്റുകളോ സെൻസർ ലൈറ്റുകളോ ഉപയോഗിക്കുന്നത് വൈദ്യുതോപയോഗം കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കും.

5. ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ മാർഗങ്ങൾ: ജല ഉപയോഗം

- ഒരു ശരാശരി കുടുംബത്തിൽ, വെള്ളം ചൂടാക്കുന്നതിന് വേണ്ടി വരുന്നത് ഒരു വീടിന്റെ വൈദ്യുതി ബില്ലിന്റെ ഏകദേശം 25% ആണ്. സാധ്യമെങ്കിൽ, ചൂടുവെള്ളത്തിന്റെ ഉപയോഗം കുറയ്ക്കുക.
- കൂടുതൽ സമയമെടുത്തുള്ള കുളി കൂടുതൽ വെള്ളവും വൈദ്യുതിയും ഉപയോഗിക്കുന്നു. നിങ്ങൾ കുളിക്കുമ്പോൾ പാട്ടുപാടാറുണ്ടോ? ഒരു പാട്ടിന്റെ സമയപരിധിയിൽ കുളി ഒതുക്കി വെള്ളം ചൂടാക്കാനുള്ള ചെലവ് ലാഭിക്കുക (4 മിനിറ്റ് കുളി ലക്ഷ്യം വയ്ക്കുക).
- ഒരു കപ്പ് വെള്ളം കെറ്റിലിൽ തിളപ്പിക്കുന്നത് ഒരു ഇലക്ട്രിക് സ്റ്റൗടോപ്പിൽ തിളപ്പിച്ച വെള്ളത്തെ അപേക്ഷിച്ച് 10% വരെ കൂടുതൽ ഊർജ്ജക്ഷമതയുള്ളതാണ്. ഇത് ഓരോ കെറ്റിലിനും അനുസരിച്ച് വ്യത്യാസപ്പെടുന്നു.
- നിങ്ങൾക്ക് ഒരു നീന്തൽക്കുളം ഉണ്ടെങ്കിൽ, വൈദ്യുത ബില്ലിന്റെ 20% മുതൽ 30% വരെ നിങ്ങളുടെ പമ്പ് യൂണിറ്റിനായിരിക്കും ചെലവാകുന്നത്. ഇതായിരിക്കും നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ വൈദ്യുതി ഉപയോഗിക്കുന്നത് എന്നാൽ സൗരോർജ്ജ പാനലുകൾ സ്ഥാപിക്കുന്നതിലൂടെ നിങ്ങൾക്ക് വീട്ടിലെ ഊർജ്ജ ചെലവ് കുറയ്ക്കാനാകും.

6. ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ മാർഗങ്ങൾ: ഡിഷ്വാഷറുകൾ

- നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ ഒരു ഡിഷ് വാഷിംഗ് മെഷീൻ ഉണ്ടെങ്കിൽ, ലോഡ് നിറഞ്ഞ ശേഷം മാത്രം പ്രവർത്തിപ്പിക്കുക. ഡിഷ് വാഷർ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ വൈദ്യുതിയുടെ ഏറ്റവും കാര്യക്ഷമമായ ഉപയോഗമാണിത്.
- വെള്ളം ചൂടാക്കുന്നതിലാണ് നിങ്ങളുടെ ഡിഷ് വാഷർ ഏറ്റവും കൂടുതൽ വൈദ്യുതി ഉപയോഗിക്കുന്നത്. നിങ്ങളുടെ മെഷീനിൽ ഒരു ടെമ്പറേച്ചർ ഗൈഡ് ഉണ്ടെങ്കിൽ, ഏകദേശം 50 °C-ൽ കഴുകുന്ന ക്രമീകരണം ഉപയോഗിക്കുക. ഇത്

ഉറവിടങ്ങൾക്കായി മറുവശം കാണുക

സാധാരണയായി താഴ്ന്നതും ഇടത്തരവുമായ ചൂട് ക്രമീകരണത്തിന് അടുത്താണ്.

- ലഭ്യമാണെങ്കിൽ, വൈദ്യുതിയും വെള്ളവും ലാഭിക്കാൻ ഡിഷ് വാഷറിന്റെ ഇക്കോണമി സൈക്കിൾ ഉപയോഗിക്കുക

7. ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ മാർഗങ്ങൾ: തൂണികൾ കഴുകലും ഉണക്കലും

- തണുത്ത വെള്ളം ഉപയോഗിക്കുന്നത് ചെറിയ ചൂടുള്ള അല്ലെങ്കിൽ ചൂടുവെള്ളം ഉപയോഗിക്കുന്നതിനേക്കാൾ 80% മുതൽ 90% വരെ ചിലവ് കുറവാണ്.
- നിങ്ങളുടെ മെഷീന് ഇക്കോണമി സൈക്കിൾ ഓപ്ഷൻ ഉണ്ടെങ്കിൽ, വൈദ്യുതിയും വെള്ളവും ലാഭിക്കാനായി അത് ഉപയോഗിക്കുക.
- വസ്ത്രങ്ങൾ ഉണക്കുന്നതിന് ഏറെ വൈദ്യുതി ഉപയോഗിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കാമെങ്കിലും, നിങ്ങൾക്ക് ഉപയോഗം കുറയ്ക്കാനാവുന്ന ലളിതമായ മാർഗ്ഗങ്ങളുണ്ട്. വൈദ്യുതി ലാഭിക്കുന്നതിന് വസ്ത്രങ്ങൾ വെയിലത്ത് ഉണക്കുക, അല്ലെങ്കിൽ വീടിനുള്ളിലെ ഒരു വസ്ത്ര റാക്കിൽ വായുവിൽ വസ്ത്രങ്ങൾ ഉണക്കുക.
- ഡ്രയറുകൾ ഓവർലോഡ് ചെയ്യുന്നതും, വസ്ത്രങ്ങൾ അമിതമായി ഉണക്കുന്നതും ഒഴിവാക്കുക. ഇവ രണ്ടും വൈദ്യുതി പാഴാക്കും.
- കാര്യക്ഷമത കൂട്ടാൻ സഹായിക്കുന്നതിന് ഡ്രയറിലെ ലിന്റ് ഫിൽട്ടർ വൃത്തിയാക്കുക.

8. ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ മാർഗങ്ങൾ: വീട് ചൂടാക്കലും തണുപ്പിക്കലും

- കാറ്റു കടക്കുന്ന വാതിലുകളും ജനലുകളും വീടുകളിൽ നിന്ന് വലിയ അളവിൽ വായു നഷ്ടപ്പെടാൻ ഇടയാക്കും. ജനലുകളുടെയും വാതിലുകളുടെയും വിടവുകൾ സീൽ ചെയ്ത് ചൂടാക്കൽ, തണുപ്പിക്കൽ കാര്യക്ഷമത മെച്ചപ്പെടുത്തുക.
- ശൈത്യകാലത്ത് 40 ശതമാനം താപനഷ്ടം സംഭവിക്കുന്നത് മറക്കാത്ത ജനാലകൾ മൂലമാണ്. സാധ്യമെങ്കിൽ, ഊഷ്മളത നിലനിർത്താൻ ജനലിനു താഴെ വരെയുള്ള കട്ടിയുള്ള, കർട്ടനുകൾ ഉപയോഗിക്കുക.
- ശൈത്യകാലത്ത് പകൽസമയത്ത്, സൂര്യപ്രകാശം അകത്തേക്ക് ലഭിക്കാൻ കർട്ടനുകൾ തുറക്കുക, ഇരുട്ടാകുന്നതിന് മുമ്പ് കർട്ടനുകൾ അടയ്ക്കുക. പ്രത്യേകിച്ച് നിങ്ങളുടെ ഹീറ്റർ ഓണായിരിക്കുമ്പോൾ. വേനൽക്കാലത്ത്, പകലിലെ ഏറ്റവും ചൂടേറിയ സമയത്ത് കർട്ടനുകൾ അടച്ചിടുക, രാത്രിയിൽ കർട്ടനുകളും ജനലുകളും തുറന്ന് ചൂട് വായു പുറത്തേക്ക് പോകാനും തണുത്ത കാറ്റ് അകത്തേക്ക് വരാനും അനുവദിക്കുക.
- നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ എയർകണ്ടീഷണർ ഉണ്ടെങ്കിൽ, ഊഷ്മാവ് 1 ഡിഗ്രി കുറയ്ക്കുന്നത് വഴി ഊർജ്ജ ഉപയോഗത്തിൽ 10% വരെ ലാഭിക്കാം.
- തണുപ്പിക്കുന്നതിന്, എയർകണ്ടീഷണറിന്റെ താപനില 24°C-നും 26°C-നും ഇടയിൽ സജ്ജീകരിക്കുക. ചൂടാക്കുന്നതിന്, എയർകണ്ടീഷണറിന്റെ താപനില 18°C-നും 20°C-നും ഇടയിൽ സജ്ജീകരിക്കുക.
- സീലിംഗ് അല്ലെങ്കിൽ ഭിത്തിയിൽ ഘടിപ്പിച്ച ഫാനുകളും പോർട്ടബിൾ ഇലക്ട്രിക് ഫാനുകളും എയർ കണ്ടീഷനിംഗുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തുമ്പോൾ വളരെ ലാഭകരമാണ്. ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ അവ പ്രവർത്തിപ്പിക്കുന്നതിന് മണിക്കൂറിന് രണ്ട് സെന്റിൽ താഴെയേ ചെലവാകുകയുള്ളൂ.
- സീലിംഗ് ഫാനുകൾ വർഷം മുഴുവനും ആശ്വസപ്രദമാക്കാൻ സഹായിക്കും. വേനൽക്കാലത്ത്, സീലിംഗ് ഫാൻ എതിർ ഘടികാരദിശയിൽ പ്രവർത്തിപ്പിക്കുക. ശൈത്യകാലത്ത്, ചൂടുള്ള വായു സീലിംഗിൽ നിന്ന് അന്തരീക്ഷത്തിന്റെ ലിവിംഗ് ലെവലിലേക്ക് ആക്കുന്നതിനായിട്ട് സീലിംഗ് ഫാന്റെ ദിശ ഘടികാരദിശയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന വിധത്തിൽ, കുറഞ്ഞ വേഗതയിൽ കറങ്ങുന്ന വിധത്തിൽ സജ്ജീകരിക്കുകയും ചെയ്യുക. നിങ്ങൾ ഒരു മുറിയിൽ നിന്ന് പുറത്തേക്ക് പോകുമ്പോൾ സീലിംഗ് ഫാനുകൾ ഓഫ് ചെയ്യാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.
- ഡ്രൈ മോഡ് വൈദ്യുതി ബില്ലുകൾ ലാഭിക്കാൻ സഹായിക്കും, കാരണം എയർകണ്ടീഷണറിന് വായു തണുപ്പിക്കാൻ കഠിനമായി പ്രവർത്തിക്കേണ്ടി വരില്ല. കമ്പ്രസ്സറിലെയും ഫാനിലെയും ജോലിഭാരം കുറയ്ക്കുന്നതിലൂടെ, എയർ കണ്ടീഷനിംഗ് യൂണിറ്റിന്റെ ആയുസ്സ് വർദ്ധിപ്പിക്കാനും പരിപാലനച്ചെലവ് കുറയ്ക്കാനും ഡ്രൈ മോഡ് സഹായിക്കും.
- നിങ്ങളുടെ എയർകണ്ടീഷണറിലെ അഴുക്കായതും അടഞ്ഞതുമായ ഫിൽട്ടർ വൃത്തിയുള്ള ഒരേണ്ണം ഉപയോഗിച്ച് മാറ്റിസ്ഥാപിക്കുന്നത് വൈദ്യുതി ഉപഭോഗം 5% മുതൽ 15% വരെ കുറയ്ക്കും. നിങ്ങളുടെ എയർകണ്ടീഷണർ ഫിൽട്ടർ വർഷത്തിൽ രണ്ടുതവണ വൃത്തിയാക്കുക, അത് കഴിയുന്നത്ര കാര്യക്ഷമമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നുവെന്ന് ഉറപ്പാക്കുക.

9. പൊതുവായ ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ മാർഗങ്ങൾ

- നിങ്ങളിൽ നിന്ന് വൈദ്യുതി നിരക്ക് ഈടാക്കുന്നത് എങ്ങനെയെന്ന് നിങ്ങളുടെ വൈദ്യുതി ബില്ലിൽ നിന്ന് മനസ്സിലാക്കുക. ചില്ലറവ്യാപാരികൾ അവരുടെ ബില്ലുകൾ വ്യത്യസ്തമായി സജ്ജീകരിക്കുകയും അല്പം വ്യത്യസ്തമായ വിവരങ്ങൾ നൽകുകയും ചെയ്യാം. നിങ്ങളുടെ ബില്ലിനെ കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കാൻ കൂടുതൽ സഹായം ആവശ്യമുണ്ടെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ റീട്ടെയിലറെ ബന്ധപ്പെടുക അല്ലെങ്കിൽ energy.gov.au എന്നതിലേക്ക് പോകുക.\
- മിക്ക വൈദ്യുതി ദാതാക്കളും അവരുടെ ആപ്പ് ഉപയോഗിച്ച് നിങ്ങളുടെ വൈദ്യുതി ഉപയോഗം നിരീക്ഷിക്കാനും ഊർജ്ജ ഉപഭോഗം എങ്ങനെ നിയന്ത്രിക്കാമെന്ന മാർഗങ്ങൾ കണ്ടെത്താനും നിങ്ങളെ അനുവദിക്കും. കൂടുതൽ കണ്ടെത്തുന്നതിന് നിങ്ങളുടെ എനർജി റീട്ടെയിലറെ ബന്ധപ്പെടുക.
- വലിയ തോതിൽ വൈദ്യുതി ലാഭിക്കാൻ, ഏറ്റവും കൂടുതൽ വൈദ്യുതി ഉപയോഗിക്കുന്ന വീട്ടുപകരണങ്ങൾ എങ്ങനെ മികച്ച രീതിയിൽ ഉപയോഗിക്കാമെന്നതിൽ നിങ്ങൾ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കണം. ഉദാ. റഫ്രിജറേറ്റർ, വാഷിംഗ് മെഷീൻ, ക്ലോത്ത്സ് ഡ്രയർ, ഡിഷ് വാഷർ, എയർ കണ്ടീഷണർ.

SOURCES:**1. Fridges and freezers:**

energyrating.gov.au | qld.gov.au | yourhome.gov.au

2. Cooking:

whatswatt.com.au | energy.gov.au | sustainability.vic.gov.au

3. Household appliances:

energy.gov.au | sustainability.vic.gov.au | energy.gov.au | energyrating.gov.au

4. Lighting:

energy.gov.au

5. Water use:

energy.gov.au | energyrating.gov.au | insideenergy.org | sustainability.vic.gov.au

6. Dishwashers:

energyrating.gov.au | sustainability.vic.gov.au

7. Washing and drying clothes:

yourhome.gov.au | energy.gov.au | energyrating.gov.au

8. Heating and cooling a home:

sustainability.vic.gov.au | csiro.au | energy.gov.au | canstarblue.com.au | energy.gov | actronair.com.au

9. General energy-saving tips:

energy.gov.au | qld.gov.au