

NHỮNG LỜI KHUYÊN ĐỂ GIẢM VIỆC SỬ DỤNG NĂNG LƯỢNG TRONG NHÀ



1. Những lời khuyên về tiết kiệm năng lượng đối với: Tủ lạnh và tủ đông đá

- Đặt chế độ nhiệt càng thấp, tủ lạnh của bạn càng sử dụng nhiều năng lượng. Bất kỳ nhiệt độ nào dưới 5°C đều tốt cả, và nhiệt độ lý tưởng là 3°C.
- Lau chùi dải cao su bịt trên cánh cửa tủ lạnh và tủ đông đá và thay mới nếu không còn bịt kín đầy đủ.
- Tránh chất quá nhiều đồ vào tủ lạnh và tủ đông đá. Hãy để trống khoảng 20% không gian cho không khí lưu chuyển.

2. Những lời khuyên về tiết kiệm năng lượng đối với việc: Đun nấu

- Khi đun nấu trên bếp, hãy dùng nồi có kích cỡ thích hợp đúng với kích cỡ của bếp nấu. Dùng nồi nhỏ hơn bếp nấu của bạn sẽ gây lãng phí năng lượng.
- Nếu công thức nấu cho phép, hãy đậy vung trong khi nấu. Cách này sẽ rút ngắn quá trình nấu và sẽ tiết kiệm được thêm năng lượng do sử dụng ít nhiệt hơn.
- Nấu mẻ lớn có thể tiết kiệm được thời gian, và sử dụng ít năng lượng hơn.
- Nếu có thể, hãy nấu nướng ở bên ngoài vào những ngày nóng để giữ cho bên trong căn nhà của bạn mát mẻ.
- Khi nấu nướng đồ ăn trong lò nướng, hãy giữ cho cửa lò nướng luôn đóng: Mở cửa lò nướng sẽ làm cho nhiệt thoát ra, nên sẽ cần thêm năng lượng để bù lại nhiệt đã bị mất.
- Chế độ nướng có quạt chạy giúp duy trì nhiệt độ được đều để nấu nhanh hơn, và sử dụng ít năng lượng hơn.

3. Những lời khuyên về tiết kiệm năng lượng đối với: Các đồ dùng điện trong căn nhà

- Các đồ dùng điện có thể chiếm đến 30% hóa đơn năng lượng của bạn. Nếu có thể, hãy dùng đồ điện loại nhỏ.
- Các phương pháp nấu nướng tiết kiệm năng lượng, chẳng hạn như lò vi sóng hoặc lò chiên không dầu tiêu thụ ít năng lượng hơn so với các loại bếp nấu truyền thống.
- Khi không sử dụng, hãy tắt các thiết bị điện tại công-tắc nguồn trên tường, kể cả ti-vi. Nguồn điện ở chế độ chờ vẫn sử dụng năng lượng.
- Nếu bạn đang nghĩ đến việc nâng cấp các đồ dùng điện, thì điều quan trọng là xem xét đến các thiết bị tiết kiệm điện bằng cách nhìn vào nhãn xếp hạng ngôi sao cho hiệu suất năng lượng trước khi bạn mua. Càng nhiều ngôi sao, thì đồ dùng đó càng sử dụng ít năng lượng - điều này sẽ giảm chi phí về dài hạn.

4. Những lời khuyên về tiết kiệm năng lượng đối với việc: Chiếu sáng

- Các bóng đèn LED sử dụng ít năng lượng hơn được tới 75% so với một số bóng đèn khác.
- Các đèn LED là một cách tốt khác nếu không thể thay được các bóng đèn trần.
- Dùng đèn cảm ứng hoặc đèn có bộ phận hẹn giờ có thể giúp giảm việc sử dụng năng lượng.

5. Những lời khuyên về tiết kiệm năng lượng đối với việc: Sử dụng nước

- Trong một hộ gia đình trung bình, việc làm nóng nước chiếm khoảng 25% hóa đơn năng lượng của căn nhà. Những khi có thể, hãy giảm việc sử dụng nước nóng của bạn.
- Tắm dưới vòi sen càng lâu, bạn càng sử dụng nhiều nước và năng lượng. Bạn có hát trong khi tắm không? Hãy tiết kiệm chi phí làm nóng nước, bằng cách đặt giới hạn thời gian là một bài hát (đặt mục tiêu chỉ tắm trong vòng 4 phút).
- Đun sôi một ly nước trong ấm đun nước có thể tiết kiệm năng lượng tới 10% so với đun sôi nước trên bếp nấu bằng điện. Nhưng điều này khác nhau, tùy thuộc vào từng ấm đun nước.
- Nếu bạn có hồ bơi, bộ phận bơm nước của hồ bơi có thể chiếm từ 20% đến 30% của hóa đơn năng lượng của bạn. Điều này làm cho bộ phận bơm trở thành một trong những thiết bị tiêu thụ điện nhiều nhất trong nhà của bạn và bạn nên cân nhắc lắp đặt các tấm năng lượng Mặt trời.

6. Những lời khuyên về tiết kiệm năng lượng đối với: Máy rửa chén

- Nếu căn nhà của bạn có máy rửa chén, hãy chờ cho tới khi đầy tải rồi mới chạy một chu trình, đây là cách sử dụng năng lượng hiệu quả nhất khi sử dụng máy rửa chén.
- Một trong những bộ phận sử dụng nhiều năng lượng nhất cho máy rửa chén là làm nóng nước. Nếu trên máy của bạn có hướng dẫn nhiệt độ, hãy dùng chế độ mà sẽ chạy chu trình rửa ở nhiệt độ khoảng 50 °C. Đó thường là chế độ nhiệt khoảng từ thấp đến trung bình.
- Nếu có, hãy sử dụng chu trình tiết kiệm của máy rửa chén để tiết kiệm năng lượng và nước.

7. Những lời khuyên về tiết kiệm năng lượng đối với việc: Giặt và sấy quần áo

- Một chu trình nước lạnh có thể có chi phí 80% đến 90% thấp hơn so với nước ấm hoặc nước nóng.
- Nếu máy giặt của bạn có chế độ tiết kiệm, hãy sử dụng lựa chọn đó để tiết kiệm năng lượng và nước.
- Việc làm khô quần áo có thể sử dụng rất nhiều năng lượng, tuy nhiên có nhiều cách đơn giản khác nhau để bạn sử dụng ít năng lượng hơn. Làm khô quần áo ngoài trời bằng ánh nắng, hoặc làm khô quần áo trong nhà ở trên giá phơi nhờ không khí để tiết kiệm năng lượng.
- Khi sử dụng máy sấy, hãy tránh cho quần áo vào quá đầy và sấy khô quá mức, cả hai cách đều lãng phí năng lượng.
- Làm vệ sinh bộ phận lọc xơ vải trên máy sấy để giúp nó chạy hiệu quả tốt hơn.

Xin bạn xem trang sau để biết các nguồn thông tin

8. Những lời khuyên về tiết kiệm năng lượng đối với việc: Sưởi ấm và làm mát căn nhà

- Những chỗ gió lùa ở các kẽ hở trên cửa phòng và cửa sổ có thể gây thất thoát một lượng không khí lớn khỏi căn nhà, cải thiện tính hiệu quả của việc sưởi ấm và làm mát bằng cách làm kín các chỗ hở trên cửa sổ và cửa phòng.
- Cửa sổ không có rèm che có thể gây tiêu hao nhiệt tới 40% vào mùa đông. Nếu có thể, hãy dùng rèm che loại nặng, có lót và dài tới dưới cửa sổ để giữ nhiệt cho căn phòng.
- Vào mùa đông, trong suốt thời gian ban ngày, hãy mở rèm cửa để ánh nắng mặt trời vào được bên trong nhà, và đóng rèm trước khi trời tối, đặc biệt là khi đang chạy máy sưởi. Vào mùa hè, đóng rèm trong suốt thời gian nóng nhất trong ngày để chặn không khí ấm ở bên ngoài và mở rèm và cửa sổ vào ban đêm để cho gió mát vào bên trong.
- Nếu căn nhà của bạn có máy điều hòa không khí, việc hạ nhiệt độ đi 1 độ có thể tiết kiệm được tới 10% mức sử dụng năng lượng.
- Để làm mát, hãy đặt nhiệt độ của máy điều hòa không khí ở từ 24°C đến 26°C. Để sưởi ấm, hãy đặt nhiệt độ của máy điều hòa không khí ở từ 18°C đến 20°C.
- Quạt trần hoặc quạt gắn lên tường và quạt điện di chuyển được, có thể giúp tiết kiệm chi phí so với máy điều hòa không khí, trong một số trường hợp, chạy quạt có thể tiêu tốn chưa đến hai xu mỗi giờ.
- Quạt trần có thể giúp cải thiện mức độ dễ chịu suốt quanh năm. Vào mùa hè để quạt trần chạy theo ngược chiều kim đồng hồ. Vào mùa đông, đảo ngược chiều để quạt trần chạy theo chiều kim đồng hồ và đặt ở tốc độ thấp để làm cho không khí ấm di chuyển từ trên trần nhà xuống các cấp sinh hoạt của không gian đó. Và hãy nhớ tắt quạt trần khi ra khỏi phòng.
- Chế độ khô giúp tiết kiệm tiền trên các hóa đơn điện, bởi máy điều hòa không khí không phải hoạt động quá nhiều để làm mát không khí. Bằng việc giảm tải lên bộ phận nén và quạt, chế độ khô có thể giúp kéo dài thời gian sử dụng của máy điều hòa không khí và giảm chi phí bảo dưỡng.
- Thay bộ phận lọc bị bụi bẩn, bịt kín trong máy điều hòa không khí bằng bộ phận lọc mới có thể làm giảm mức độ tiêu thụ năng lượng được khoảng 5% đến 15%. Làm vệ sinh sạch sẽ bộ phận lọc của máy điều hòa không khí của bạn hai lần mỗi năm để giúp máy điều hòa không khí chạy càng hiệu quả càng tốt.

9. Những lời khuyên tổng quát về tiết kiệm năng lượng

- Hãy hiểu cách bạn được tính phí đối với năng lượng. Bạn có thể tìm thấy các thông tin này trên hóa đơn năng lượng của mình. Các công ty kinh doanh lẻ trình bày hóa đơn của họ theo những cách khác nhau và có thể cung cấp thông tin hơi khác một chút. Hãy liên hệ với công ty kinh doanh lẻ của bạn hoặc truy cập trang mạng **energy.gov.au** nếu bạn cần được giúp đỡ thêm để hiểu được hóa đơn của mình.
- Hầu hết các công ty kinh doanh lẻ năng lượng sẽ cho phép bạn theo dõi việc sử dụng năng lượng của mình và có được sự hiểu biết về năng lượng bằng cách sử dụng ứng dụng của họ. Hãy liên lạc với công ty kinh doanh lẻ năng lượng của bạn để tìm hiểu thêm.
- Để tiết kiệm năng lượng được nhiều nhất, bạn nên chú trọng vào cách làm thế nào để sử dụng tốt nhất các thiết bị điện tiêu thụ nhiều năng lượng nhất, như tủ lạnh, máy giặt, máy sấy quần áo, máy rửa chén, máy điều hòa không khí.

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