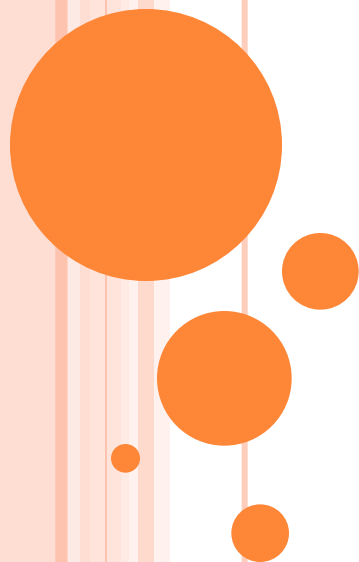


بسم الله الرحمن الرحيم

راهکارهای استفاده بهینه از وسایل خانگی





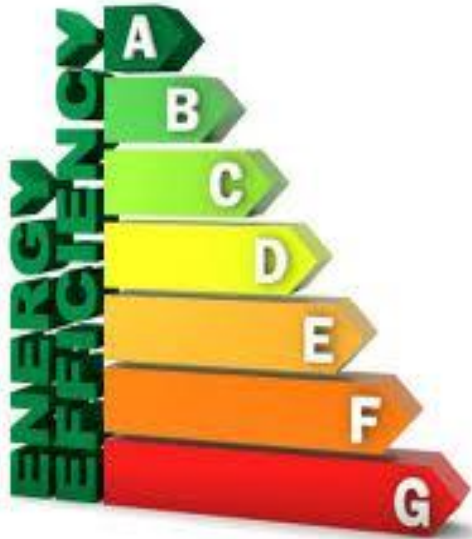
سازمان بهره‌وری انرژی ایران
(سابا)

ارائه دهنده:

اممدرضا طاهری اصل

مسئول واحد انرژی سازمان نظام مهندسی ساختمان
استان اصفهان

رئیس گروه بهینه سازی تامین و مصرف انرژی
دفتر نمایندگی سازمان بهره‌وری انرژی ایران (سابا)



یک مثال عملی از فاجعه ای که ما بر سر خود می آوریم

Michael C. Ruppert- در جهان صنعتی امروزه جهت تولید یک کالری ماده ُ غذایی ده کالری انرژی مصرف میشود. امری که با توجه به کاهش منابع انرژی از یک سو و آلودگی هوا از سوی دیگر قابل دفاع نیست. کارشناسان بر این باورند که چنانچه این فرایند ادامه پیدا کند نابودی بشریت در مدت کوتاهی عملی خواهد شد (حال چنانچه این روش را برای آب رسانی هم گسترش دهیم طبعاً آتیه ُ خوبی در انتظار ما نیست.



تجزیه بطری های پلاستیکی که برای بسته بندی آب استفاده می شوند در طبیعت به کندی انجام می شود. به طوری که تجزیه هر بطری هزاران سال طول میکشد. زباله های حاصل از مصرف آب معدنی ها، آلاینده های خطرناک محیط زیست کره زمین هستند که سلامتی انسان و سایر موجودات زنده زمین را تهدید می کنند.

با نگاهی به آمار ضایعات تولیدی از محصولات PET که عمدتاً متشکل از بطری های نوشابه و آب معدنی است حاکی از آن است که در ایران روزانه رقمی بالغ بر ۷۰۰ تن ضایعات این پلیمر تولید می شود که از این میزان تنها در استان تهران روزانه بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ تن ضایعات وارد چرخه زیست محیطی می شود



املاح معدنی موجود در آب نه تنها برای بدن ما مفید نیستند بلکه بسیاری از این املاح غیر قابل جذب بوده و باعث ایجاد مشکلاتی نظیر: سنگ کلیه، درد و تورم مفاصل، فشار خون و ... می شوند.

"دور از نور خورشید نگه داری شود"



نور خورشید با اثر بر روی پلاستیک این بطری ها باعث وارد شدن ترکیبات شیمیایی سرطان زا به درون محتویات آن می شود.

اگر آب این بطری ها یخ بزند باعث آزاد شدن ماده سمی به نام دیاکسین به درون آب می شود که سرطان زایی آن به اثبات رسیده است.

اگر بطری های پلاستیکی در معرض آب جوش قرار گیرند، مواد شیمیایی مضر آن ۵۵ برابر حالت معمولی آزاد می شوند.

دمای مناسبی که به بطری ها آسیب نمی زند، دمای طبیعی یخچال بین صفر تا چهار درجه است

ماده اولیه این بطریها از پلی اتیلن ترفتالات **PET** رزین ترموپلاستیک از خانواده پلی استر که برای ساخت بطریهای آب آشامیدنی ، نگهداری غذا ومایعات بکار می رود وسد مناسبی برای ورود دی اکسید کربن است) می باشد که ماده ای سرطان زایی بنام دایتی هیدروکسی لامین **DEHA** داردو با چندین بار مصرف این بطریها وترک خوردن آنها این ماده وارد آب می شود وما آنرا مصرف می کنیم.



ماده شیمیایی بیسفنول آزاد شده از این بطری ها، سیستم هورمونی افراد را مختل می کند و در نتیجه روی اندامها و توانایی های تولید مثلی تأثیر نامطلوب دارد. همچنین به مغز آسیب می رساند و سبب بروز بیماری های قلبی، سرطان، چاقی و دیابت می شود

اگر بطری ها و شیشه های شیر کودک را به دفعات زیاد شسته، جوشانده و یا بسابید، به احتمال زیاد ماده شیمیایی **BPA** آزاد خواهد شد و این ماده از شیشه به داخل آب منتقل می شود.

تولید کنندگان آب معدنی ملزم به گندزدایی و میکروب زدایی آب قبل از بسته بندی آن هستند. اما فقط گروه اندکی از تولید کنندگان از روشهای بهینه شده (نظیر اولترافیلتراسیون) برای حذف میکروارگانیسمهای آب استفاده می کنند. بسیاری از تولید کنندگان از اشعه ماورای بنفش برای میکروب زدایی استفاده می کنند. این روش، در کنار مزایای بسیاری که دارد، معایبی را نیز داراست. از جمله معایب این روش این است که لاشه میکروارگانیسمهای غیرفعال شده ، در آب باقی می ماند و خود ممکن است خوراک مناسبی برای سایر انگلها و میکروبهایی شوند که در آب رشد می کنند.



هنگام دور انداختن بطری های آب معدنی ،
ابتدا آنها را سوراخ کرده و بدنه آنها را پاره
کنید و سپس اقدام به دور انداختن کنید.





از سوی دیگر برای ارزیابی زیست محیطی یک محصول می بایست تمامی مراحل تولید و مصرف آن را از آغاز تا امحای زباله آن در نظر گرفت. جهت ارزیابی تاثیر زیست محیطی آب در بطری تصور کنید که فرد جهت بر طرف کردن تنها یک بار عطش خود، یک بطری خالی به جای می گذارد. حال جهت تولید یک بطری می بایست مواد اولیه را فراهم آورد و با مصرف انرژی و آب آن را تبدیل به بطری کرده و باز هم با مصرف انرژی آن را پر کرده و گند زدائی کرد و در مرحله بعد باز هم با صرف انرژی آن را بسته بندی (با مصرف ماده اولیه و انرژی) کرد و به دست مصرف کننده رساند. گاهی آب در بطری صدها و هزارها کیلومتر راه پشت سر می گذارد. و در آخر امر بطری و بسته بندی تبدیل به زباله شده و امحای آن با صرف انرژی جهت حمل و نابودی آن همراه است. با این دقت مشاهده می کنیم که میزان مصرف انرژی، مواد خام و آلودگی هوا توسط این محصول به هیچ وجه تناسب با مورد مصرف آن ندارد.

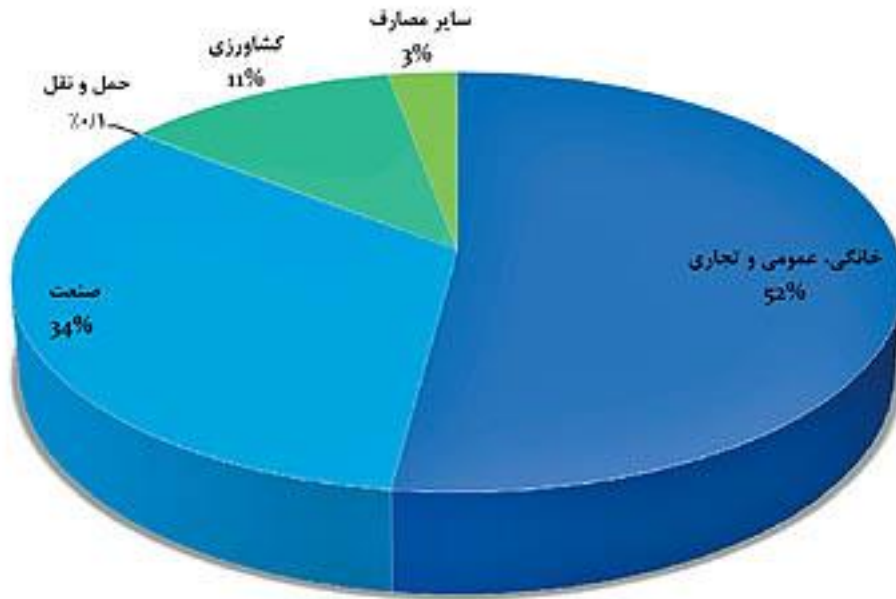


قسمت اعظمی از بهای آب معدنی ها، در واقع هزینه های بسته بندی و توزیع آنهاست که از مصرف کننده دریافت می‌گردد. علاوه بر این حمل و نقل و نگهداری آب های معدنی نیازمند صرف انرژی، زمان و هزینه زیادی است. در ضمن اگر قیمت هر بطری یک و نیم لیتری آب معدنی را بطور متوسط ۶۵۰ تومان در نظر بگیریم و مصرف هر نفر در روز فقط جهت آشامیدن یک بطری باشد هزینه آب شرب هر نفر ۶۵۰ تومان در روز و هزینه فقط آب شرب یک خانواده ۴ نفره ۲۶۰۰ تومان در روز و به عبارتی ۹۴۹۰۰۰ در سال خواهد شد!

لازم است که بدانید از باز یافت ۲۶ بطری پلاستیکی نوشابه، می‌توان یک دست لباس از جنس پلی استر تهیه کرد.



سهم مصرف برق در بخشهای مختلف



شدت مصرف انرژی کشور ۵ برابر متوسط جهانی است که بخش عمده‌ای از مصرف انرژی در بخش‌های غیرمولد نظیر بخش خانگی صورت گرفته است.

شدت مصرف انرژی در ایران ۱۳ برابر ژاپن، هشت برابر قاره اروپا و دو برابر چین است. مصرف انرژی ایران معادل کشوری با جمعیت ۷۵۰ میلیون نفر است.

- بیش از ۳۷ درصد مصرف بنزین و گازوئیل فاورمیانه به ایران اختصاص دارد
- سرانه مصرف برق خانگی کشور سه برابر استاندارد جهانی
- سرانه مصرف گاز خانگی کشور چهار برابر متوسط مصرف جهانی است





نگاهی به تاریخ ۵۰ سال گذشته نشان می دهد که تعداد وسایل خانگی برقی مورد استفاده یک خانوار، متوسط از ۳ یا ۴ وسیله (لامپ، یخچال، رادیو و ...) به بیش از ۱۰ تا ۱۵ وسیله رسیده است و همچنان رو به افزایش است. هروسیله جدیدی به همراه خود رفاه بیشتری را برای خانواده ها به ارمغان می آورد. اگر چه از طرفی برهزینه های خانوارها نیز تأثیر بسزای دارد .



- مطابق بررسی انجام شده در انجمن تولید کنندگان لوازم خانگی آمریکا برای یک نمونه از تولیدات آن کشور مصرف برق از ۱۲۸۲ کیلووات ساعت در سال ۱۹۷۲ به ۸۴۳ کیلووات ساعت در سال ۱۹۹۴ تقلیل یافته است. و این در حالی است که در کشور ما این روند هرساله رو به افزایش است.



سرفصل مطالب



- پخت و پز
- ماشین ظرفشویی
- اتو
- جاروبرقی
- صوتی و تصویری
- کولر آبی و گازی
- ماشین لباسشویی
- یخچال و فریزر
- برچسب انرژی

برچسب مصرف انرژی	
یخچال فریزر	
مصرف انرژی	A B C D E F G
برچسب انرژی	B
مصرف انرژی	548
بر اساس استاندارد انرژی	285
مصرف انرژی	115
مصرف انرژی	ABCDE
مصرف انرژی	abcde



آیا می دانید:

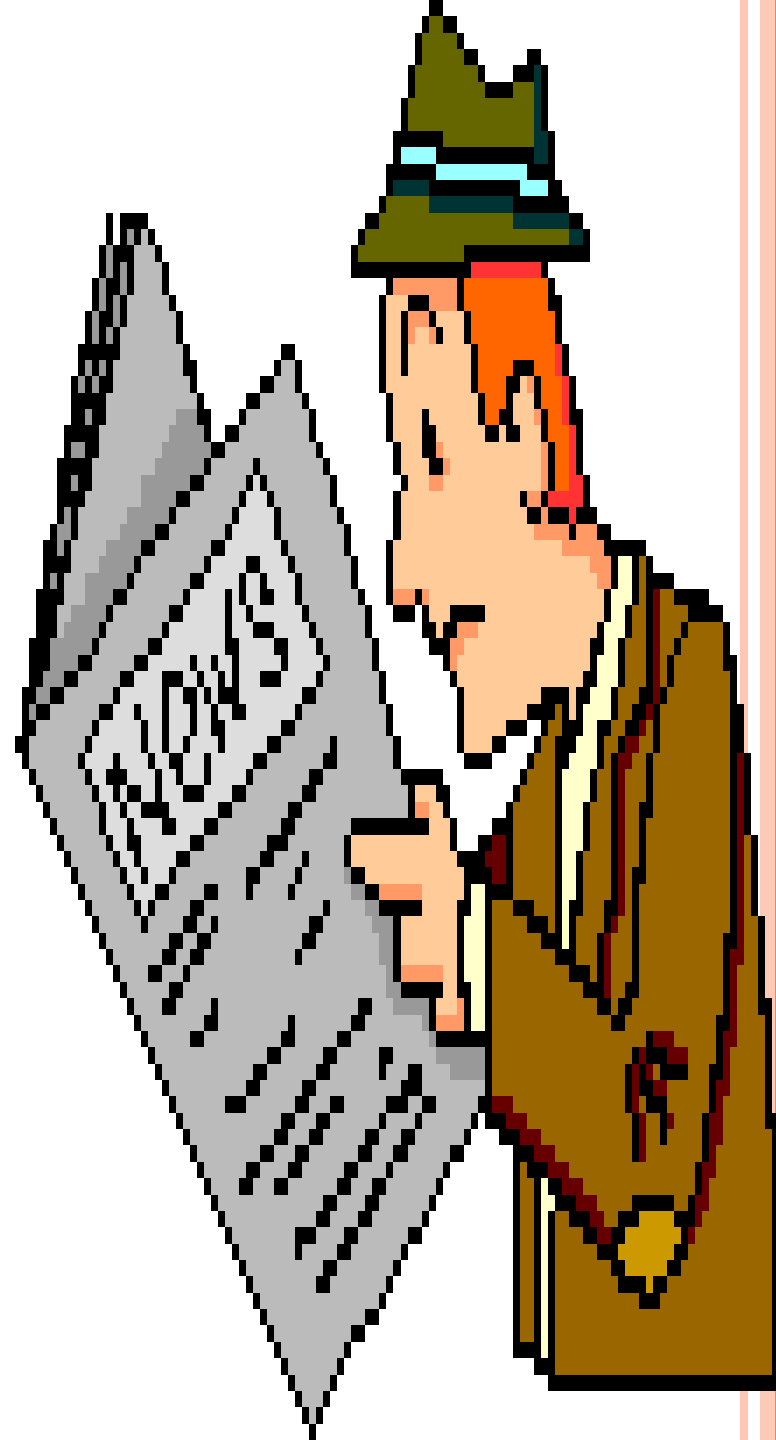
ازموارد پیشنهادی ذیل کدامیک **شرط لازم** و کدامیک **شرط ضروری** در انتخاب و تهیه کالا خصوصاً وسایل برقی محسوب می شوند. چرا؟

موارد پیشنهادی:

- (۱) توجه به شکل ظاهری کالا
- (۲) توجه به مدل کالا
- (۳) توجه به کارخانه سازنده کالا
- (۴) توجه به تکنولوژی ساخت کالا
- (۵) توجه به نشان استاندارد کالا
- (۶) توجه به برجسب انرژی کالا



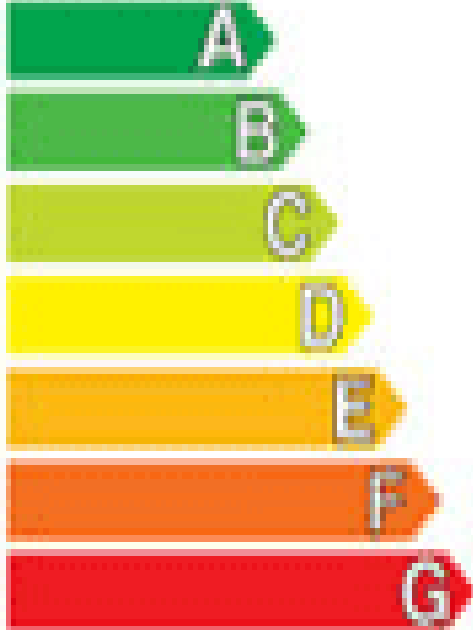
تمام موارد اشاره شده جزو شرطهای لازم در انتخاب یک کالا محسوب می شوند. اما همانگونه که می دانید توجه به نشان استاندارد حائز اهمیت است ولی آیا تنها اطمینان از ایمنی و عملکرد دستگاه برای تهیه بهترین وسیله برقی خانگی کافی است؟ مسلماً خیر. چرا که اطمینان از ایمنی و عملکرد یک دستگاه لزوماً ضامن کارآیی و پایین بودن میزان مصرف انرژی در آن وسیله نیست. با توجه به توضیحات، مشخص شد که نشان استاندارد بر روی وسایل برقی، بیانگر بازدهی و میزان مصرف انرژی در آنها نیست، بلکه فقط نشان دهنده ایمنی و عملکرد خوب دستگاه موردنظر است.



Energia

مهمترین عامل در خرید وسایل برقی


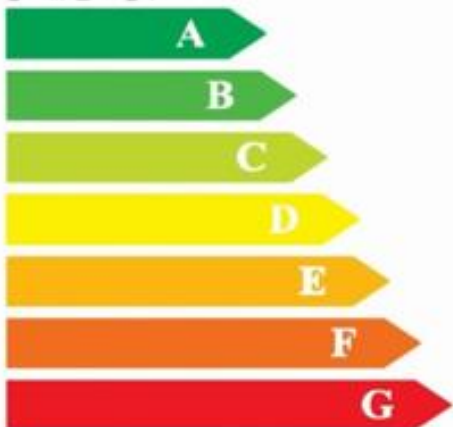

Basic consume



یکی از موارد مهمی که در سالهای اخیر از طرف دولت و مسئولین مورد تأکید قرار گرفته است، مشخص کردن ملاک هایی برای مصرف انرژی بر خانگی است که کارخانه های سازنده وسایل خانگی ملزم به رعایت آن هستند برچسب انرژی و یا برچسب کارایی انرژی است. برچسب مصرف انرژی بر روی صفحه جلوی وسیله در جایی که کاملاً قابل مشاهده باشد بدون این که چیزی مانع نمایش آن شود نصب می گردد. با وجود این که تعداد وسایل خانگی که ملزم به نصب برچسب هستند این روزها بسیار زیاد شده است ولی پیش بینی می شود تا برچسب برای وسایل برقی دیگر مانند سشوارها، مایکروفرها، تلوزیون ها در آینده تدوین و الزامی شود.



معرفی برچسب انرژی

<p>برچسب مصرف انرژی یخچال فریزر</p>	
<p>بازدهی بیشتر</p>  <p>بازدهی کمتر</p>	
<p>مصرف انرژی (بر حسب کیلو وات ساعت در سال) بر اساس نتایج آزمون در ۲۴ ساعت <small>(مصرف انرژی واقعی به چگونگی و مکان استفاده از دستگاه بستگی دارد)</small></p>	<p>548</p>
<p>حجم محفظه نگهداری مواد غذایی غیر منجمد (لیتر) حجم محفظه نگهداری مواد غذایی منجمد (لیتر) کلاس منطقه آب و هوایی</p>	<p>285 115 گرعسیری ***</p>
<p>نام سازنده مدل</p> <p>اطلاعات بیشتر در دفترچه راهنمای دستگاه موجود است. بر اساس استاندارد ملی ایران به شماره ۲-۴۸۵۳</p>	<p>ABCDE abcde</p>

برچسب های کارایی انرژی، حاوی اطلاعات مفیدی هستند که به محصولات تولیدی، پیوست شده و کارایی انرژی محصول را (معمولاً در شکل مصرف، کارایی یا هزینه انرژی) توضیح می دهند همچنین اطلاعات مشترک در همه وسایل و اطلاعات اختصاصی مربوط به هر وسیله انرژی بر را در اختیار مصرف کنندگان قرار می دهد تا مصرف کنندگان برای خرید آگاهانه، اطلاعات مورد نیاز در اختیارشان قرارگیرد.

موارد مندرج در برچسب انرژی مربوط به بخاری :

۱۰ نام تولید کننده

۲۰ مدل بخاری

۳۰ شاخص بازده کل خالص بخاری

۴۰ مقدار عددی بازده کل خالص بخاری

۵۰ مصرف سالیانه انرژی بخاری بر حسب مگاژول

۶۰ معادل مصرف سالیانه گاز بر حسب مترمکعب

۷۰ شاخص بازده در حالت تنظیم حداکثر

۸۰ شاخص بازده در حالت تنظیم حداقل

۹۰ حداکثر توان خروجی بر حسب کیلو وات

۱۰۰ مصرف پیلوت بر حسب مگاژول بر ساعت

۱۱۰ نوع سوخت مصرفی

۱۲۰ محل نشان استاندارد

۱۳۰ سال اعتبار برچسب

برچسب انرژی بخاری گاز سوز	
استاندارد ملی ایران (۲ - ۱۲۲۰)	
از این برچسب برای مقایسه بازده انرژی مدل‌های مختلف بخاری استفاده می‌شود.	
تولید کننده	۱
مدل	۲
<p>پر بازده</p> <p>$\eta_{net} > 85$ A</p> <p>$80 < \eta_{net} \leq 85$ B</p> <p>$75 < \eta_{net} \leq 80$ C</p> <p>$70 < \eta_{net} \leq 75$ D</p> <p>$65 < \eta_{net} \leq 70$ E</p> <p>$60 < \eta_{net} \leq 65$ F</p> <p>$50 < \eta_{net} \leq 60$ G</p> <p>کم بازده</p>	۳
بازده کل خالص η_{net} درصد	۴
مصرف انرژی سالیانه	۵
مصرف گاز سالیانه	۶
مصرف انرژی واقعی به چگالی و مدت استفاده از بخاری بستگی دارد.	
بازده در حالت تنظیم حداکثر درصد	۷
بازده در حالت تنظیم حداقل درصد	۸
حداکثر توان خروجی بخاری کیلو وات	۹
مصرف انرژی پیلوت مگاژول بر ساعت	۱۰
نوع سوخت مصرفی	۱۱
اطلاعات بیشتر در بروشور محصول موجود است.	۱۲
	۱۳



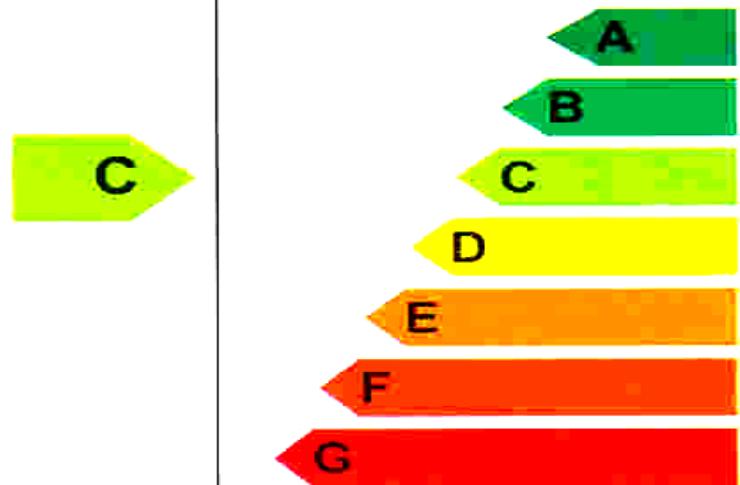
انرژی

تولیدکننده

مدل

۱۲ فوت

پربازده



کم بازده

۸۰۰

مصرف انرژی (کیلو وات - ساعت در سال)
(بر اساس نتایج آزمون استاندارد در ۲۳ ساعت)
مصرف انرژی واقعی به جرمی و مکان استفاده از دستگاه بستگی دارد

۲۰۵

۸۰



حجم قسمت یخچال (لیتر)
حجم قسمت فریزر (لیتر)

۵۵ dB

صدای دستگاه

(دسیبال)

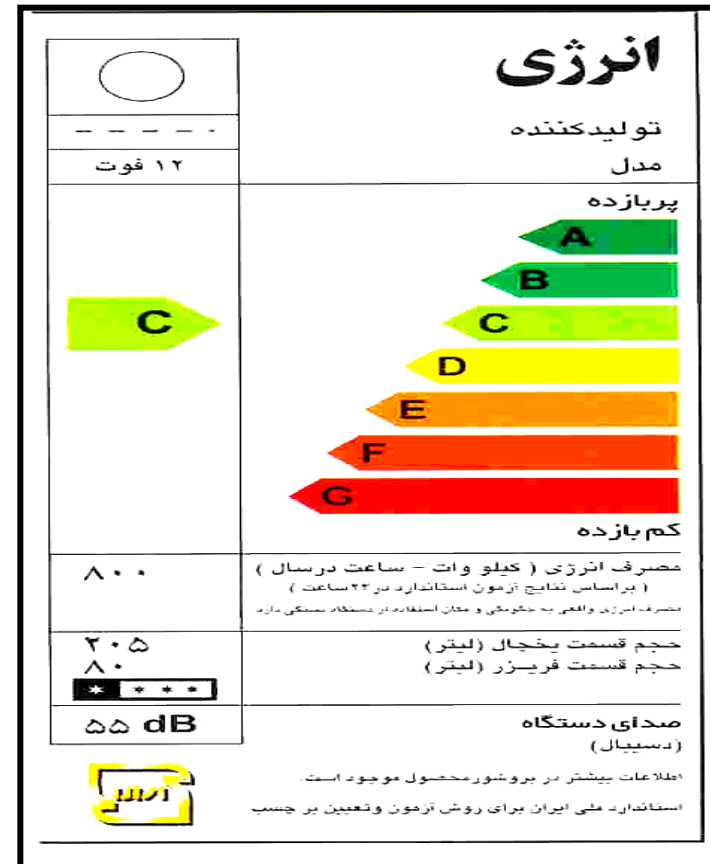
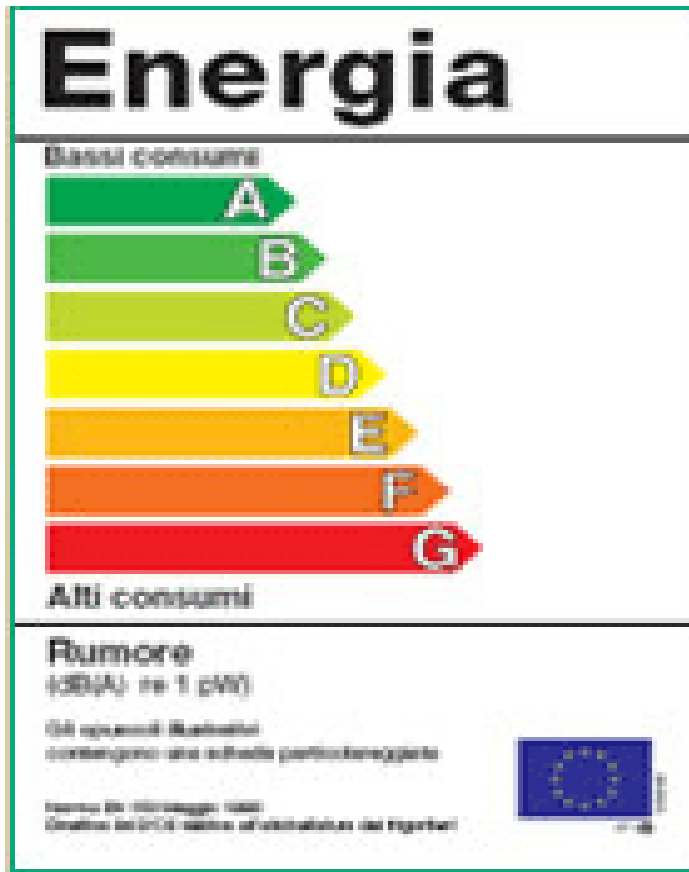


اطلاعات بیشتر در بروشور محصول موجود است.

استاندارد ملی ایران برای روش آزمون و تعیین برچسب

سه بخش اولیه برچسب که در تمامی وسایل انرژی بر خانگی مشترک است به ترتیب نمایانگر علامت تجاری و نام شرکت سازنده و مدل دستگاه می باشد. بخش چهارم برچسب انرژی به وسیله حرف لاتین از A تا G درجه بندی شده است که هر یک از حروف معرف درجه ای از کارایی دستگاه می باشد. حرف A نشانگر بیشترین بازدهی دستگاه و حرف G نشانگر کمترین بازدهی دستگاه است. بنابراین هر چه رتبه دستگاه بیشتر باشد کارایی آن نسبت به میزان انرژی که مصرف می کند بیشتر است. مصرف کنندگان می توانند در هنگام خرید وسایل برقی خانگی با دقت و توجه به حرف لاتین درج شده در این قسمت از میزان کارایی و بازدهی دستگاه اطلاع یابند.

رده انرژی (A-B) : با صرفه جویی زیاد
 رده انرژی (C-D) : با صرفه جویی متوسط
 رده انرژی (E-F) : صرفه جویی کم
 رده انرژی (G) : فاقد صرفه جویی



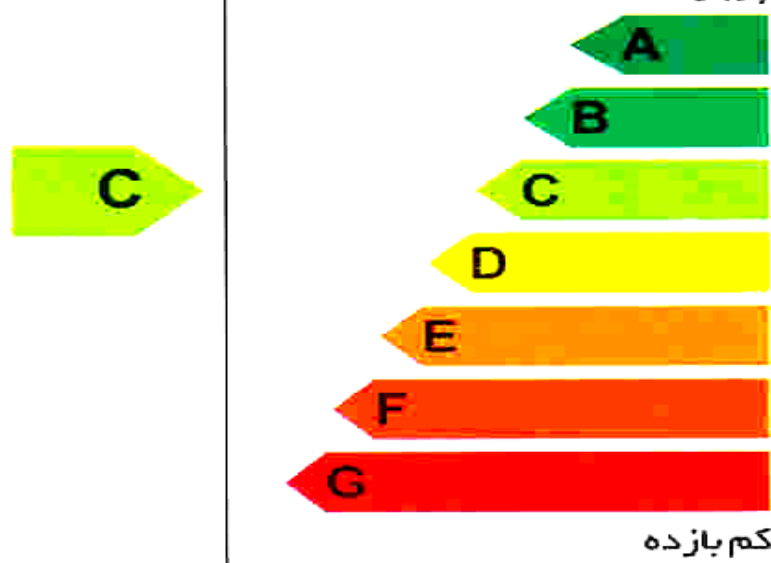
انرژی

تولیدکننده

مدل

۱۲ فوت

پربازده



کم بازده

۸۰۰

مصرف انرژی (کیلو وات - ساعت در سال)
(براساس نتایج آزمون استاندارد در ۲۴ ساعت)
مصرف انرژی واقعی به جرمی و مکان استفاده از دستگاه بستگی دارد

۲۰۵

۸۰

حجم قسمت یخچال (لیتر)

حجم قسمت فریزر (لیتر)



۵۵ dB

صدای دستگاه

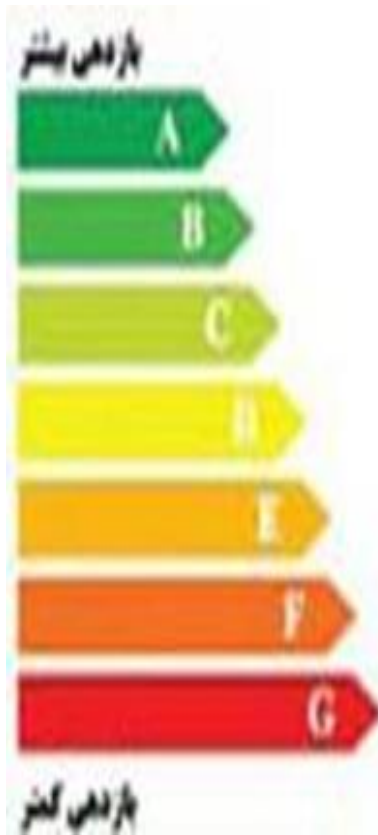
(دسیبال)

بخش پنجم، نمایانگر مصرف انرژی دستگاه بر اساس استاندارد ملی تدوین شده و در بخش آزمون استاندارد می باشد و سایر بخشها بیانگر اطلاعات اختصاصی در مورد هر یک از وسایل می باشد. به طور مثال بخشهای ششم و هفتم در ماشین لباسشویی نشانگر میزان قدرت پاک کنندگی و قدرت خشک کن دستگاه می باشد و آخرین بخش نیز آرم مؤسسه استاندارد را نشان می دهد.



اطلاعات بیشتر بر بروشور محصول موجود است.
استاندارد ملی ایران برای روش آزمون و تعیین بر حسب





برچسب انرژی در واقع به خریدار کمک می‌کند که در هنگام خرید، وسیله‌ای را انتخاب کند که در مقایسه با سایر وسایل موجود، مصرف انرژی کمتری و کارایی بیشتری داشته باشد. به عنوان مثال وقتی خریداری برای خرید یک یخچال فریزر به فروشگاه‌ای مراجعه می‌کند و با دو مدل یخچال که از هر جهت مشخصات یکسانی دارند روبه‌رو می‌شود، در این شرایط اگر یکی از یخچال‌ها رتبه B داشته باشد و دیگری رتبه C مسلماً آن یخچالی که رتبه B دارد انتخاب خوبی برای خرید است، چون مصرف برق کمتری دارد. توجه داشته باشید که در یخچال و فریزرها به ازای افزایش یک رتبه در برچسب انرژی حدود ۱۴ درصد صرفه‌جویی در مصرف برق صورت می‌گیرد.



مروری بر فواید استفاده از برچسب انرژی



استفاده از برچسب انرژی مزایا و فواید گوناگونی برای مصرف کنندگان این گونه وسایل دارد که از آن جمله می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- 1) انتخاب درست و آگاهانه مردم در هنگام خرید وسایل برقی خانگی.
- 2) آشنا ساختن مصرف کنندگان با میزان کارایی و بازدهی وسایل برقی خانگی
- 3) بهینه سازی و کاهش مصرف انرژی
- 4) کاهش هزینه انرژی مصرفی در خانواده ها
- 5) کاهش آلودگی محیط زیست
- 6) ارائه اطلاعات اختصاصی ویژه هر وسیله برقی
- 7) ارائه اطلاعات مشترک در مورد وسایل برقی شامل: علامت تجاری و نام شرکت سازنده، مدل دستگاه و نشان استاندارد

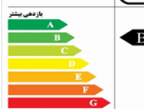


به نظر می رسد که سن متوسط دستگاه های برقی در خانوارهای ایرانی خیلی بیشتر از ۵ سال است. تحقیقات نشان می دهد که در کشور دانمارک اکثر تجهیزات خانگی کمتر از ۵ سال دارند. یک دلیل آن ضوابط سخت گیرانه صرفه جویی انرژی است که خانوادها را وادار می کند تا به جای استفاده از لوازم قدیمی و بی بازده از تجهیزات نو و پر بازده استفاده کنند .



سرفصل مطالب



برچسب مصرف انرژی	
یخچال فریزر	
	B
<p>مصرف انرژی: 548</p> <p>برای هر لیتر آب سرد در هر روز مصرف می‌کند</p> <p>برای هر لیتر آب سرد در هر روز مصرف می‌کند</p> <p>برای هر لیتر آب سرد در هر روز مصرف می‌کند</p> <p>برای هر لیتر آب سرد در هر روز مصرف می‌کند</p> <p>برای هر لیتر آب سرد در هر روز مصرف می‌کند</p>	285
<p>مصرف انرژی: 115</p> <p>برای هر لیتر آب سرد در هر روز مصرف می‌کند</p> <p>برای هر لیتر آب سرد در هر روز مصرف می‌کند</p> <p>برای هر لیتر آب سرد در هر روز مصرف می‌کند</p> <p>برای هر لیتر آب سرد در هر روز مصرف می‌کند</p>	115
<p>مصرف انرژی: ABCDEF</p> <p>مصرف انرژی: abcdef</p>	ABCDEF abcdef

پخت و پز

ماشین ظرفشویی

اتو

جاروبرقی

صوتی و تصویری

کولر آبی و گازی

ماشین لباسشویی

یخچال و فریزر

برچسب انرژی





آیا میدانید که:

یخچال - فریزرها متناسب با انواع مناطق آب و هوایی ساخته میشوند، بنابراین استفاده از یخچال- فریزر ساخته شده برای مناطق معتدل در مناطق گرمسیر باعث کارکرد مداوم کمپرسور دستگاه و در نتیجه مصرف برق بیشتر، کارایی و عمر کمتر یخچال و فریزر می شود.

و آیا میدانید که :

برای تولید برق یک یخچال و فریزر سالانه ۴۰۰ کیلو گرم گاز گلخانه ای وارد جو زمین می شود که باعث ایجاد گرمایش جهانی و کاهش ضخامت لایه ازن می شود .





معیارهای لازم برای خرید یخچال - فریزر

مصرف کنندگان بایستی در حد امکان در موقع خرید یخچال و فریزر از بین مدل های مشابه ، یخچال فریزری را انتخاب کنند که با توجه به برچسب انرژی ، دارای کمترین مصرف انرژی باشد.

انتخاب یخچال فریزر با یک رتبه انرژی بهتر تأثیر قابل توجهی در کاهش مصرف انرژی دارد. اگر چه پارامترهای مختلفی در این زمینه مؤثر هستند ولی تقریباً یک رتبه بهبود مصرف انرژی معادل ۱۷ درصد کاهش مصرف انرژی آن خواهد بود که این بهبود، مصرف انرژی خانوار را حدود ۷ درصد کاهش خواهد داد.

حجم یخچال و فریزر باید با توجه به نیاز و تعداد افراد خانواده انتخاب شود تا از فضای آن به طور کامل استفاده شود ، زیرا اگر یخچال- فریزر ما خالی یا نیمه خالی بماند ، در واقع انرژی را به هدر می دهد. در بسیاری از موارد یک یخچال - فریزر ۱۴ فوت یا حتی ۱۲ فوت می تواند نیاز یک خانواده ۲ تا ۴ نفره را برآورده سازد.



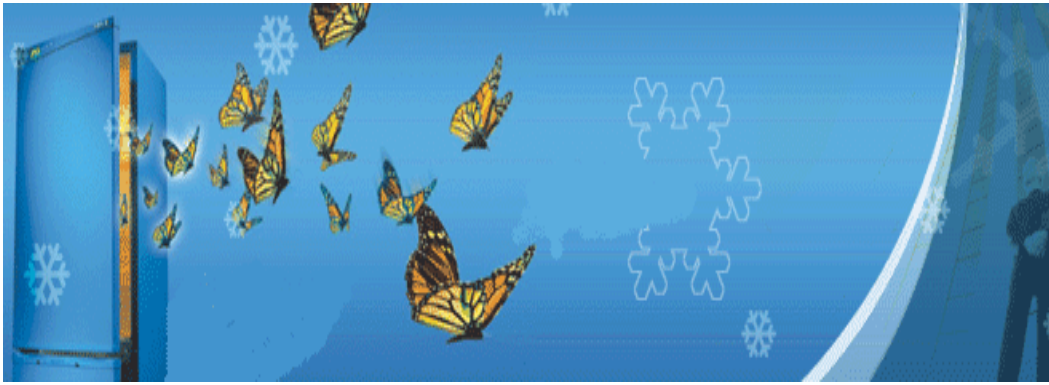
کنترل سرمایه برفک زدایی و تصفیه هوا

برفک زدایی اتوماتیک یکی از مهمترین قابلیت های یخچال فریزر به حساب می آید چون نه تنها زحمت شما را کم می کند بلکه مصرف برق دستگاه را هم پایین می آورد. هر چه تعداد سیستم های خنک کنندگی بالاتر باشد کیفیت خنک کنندگی بالاتر می رود و البته تاثیر مستقیمی روی قیمت یخچال فریزر خواهد داشت.

محفظه صفر درجه و بار خانگی

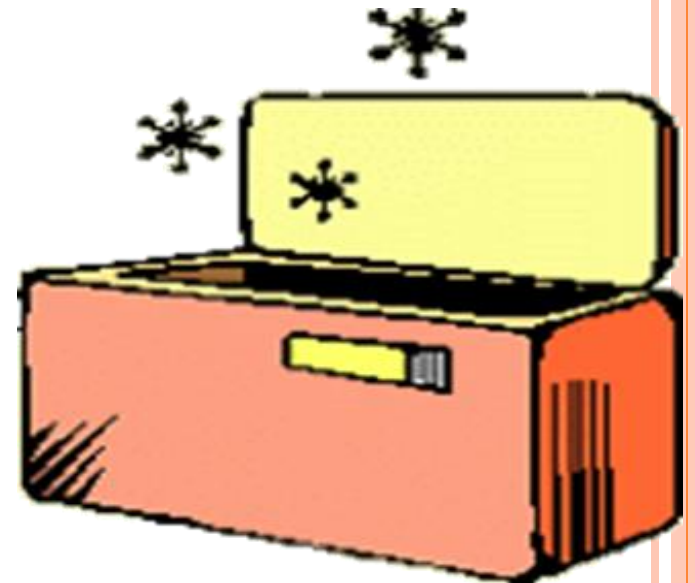
این امکانات تقریبا امکانات اضافه و غیرضروری به حساب می آید. هر چند بارخانگی کمک می کند تا طول عمر یخچال بالاتر برود اما محفظه صفر درجه تنها برای مواد غذایی تازه کاربرد دارد. اگر عادت به خرید روزانه دارید حتما به داشتن محفظه صفر درجه در مدل انتخابی تان دقت کنید.





■ یخچال و فریزر را در مجاورت دستگاه های گرمازا مثل اجاق گاز، آبگرمکن، شوفاژ و همچنین زیر نور مستقیم خورشید قرار ندهید چرا که مصرف انرژی را افزایش می دهد. لذا اگر مکان مناسب دیگری برای یخچال - فریزر در آشپزخانه وجود ندارد با یک پوشش مناسب (عایق حرارتی) یخچال - فریزر را از حرارت و گرما حفظ کنید .

■ در موقع خرید فریزر دقت نمایید دو نوع فریزر وجود دارد: ایستاده (در جلو باز می شود) و صندوقی (دراز از بالا باز می شود) بازده فریزرهای صندوقی ۱۰ تا ۲۵ درصد بیشتر است زیرا بهتر عایقکاری شده است و هنگامیکه در آن باز است هوا وارد آن نمی شود. بهر حال باید راحتی و آرامش اعضای خانواده نیز در هنگام انتخاب مد نظر قرار گیرد .



- درموردی که برای مدت طولانی از یخچال استفاده نمی کنید ، دو شاخه آن را از برق بکشید ، محتویات آن را کاملا خالی کرده و آن را تمیز و خشک کنید وهمچنین برای جلوگیری از بو گرفتن داخل یخچال ، در آن را نیمه باز بگذارید.

- جهت نگهداری مواد غذایی، پس از گذاشتن آنها در کیسه های فریزر، درب آنها را به صورتی ببندید که دیگر هوای اضافی در داخل آن وجود نداشته باشد. در ضمن بر روی هر یک از کیسه ها برچسبی که حاوی مطالبی همچون نام مواد غذایی، نوع آن (سرخ شده، پخته، خام و ...) و تاریخ منجمد کردن باشد، را بچسبانید. چنین برچسبی را با اطلاعات کلی تر شامل فهرست مواد غذایی داخل هر سبد، کشو، قفسه و یا طبقه نیز تهیه کرده و در محل مناسب بچسبانید. به این ترتیب دستیابی به مواد غذایی مورد نیاز بسیار آسان خواهد شد.

- هنگامی که یخچال و فریزر بر روی یک سطح تراز و صاف قرار نمی گیرد باعث می شود که درب یخچال به طور کامل بسته نشده و کارکرد درستی نداشته باشد و در نهایت مصرف انرژی آن افزایش یابد.



- از باز و بسته کردن بیهوده در یخچال یا فریزر پرهیز کنید ،لازم به ذکر است که به طور میانگین ۲۲بار درب یخچال باز و بسته می شود .سعی کنید از منجمد کردن مواد غذایی و سبزیجات در فصلهایی که دسترسی به مواد غذایی تازه وجود دارد، خودداری نمایید.



حداقل سالی دو بار لوله های پشت یخچال و فریزر گرد گیری شود. رعایت این موارد سبب انتقال حرارت بهتر بین هوا و لوله ها خواهد شد .

از کنار هم چیدن و چسباندن ظروف و مواد غذایی در داخل یخچال و فریزر پرهیز کنید. چون این کار گردش را داخل یخچال و فریزر دچار اختلال کرده و سبب افزایش مصرف برق می شود .

از قرار دادن انواع قوطی های کنسرو، رب گوجه فرنگی، بطری های حاوی شربت ، ترشیجات ، شیشه های مربا ، عسل و ... در یخچال خوداری کنید.

فضای پشت یخچال و فریزر برای گردش هوا باید حداقل به اندازه ۲۰ سانتی متر با دیوار فاصله داشته باشد.



Refrigerator

برای شستشوی جداره های داخلی یخچال - فریزر چه هنگامیکه برای اولین بار می خواهید از آن استفاده کنید و چه زمانی که قصد تمیز کردن آن را دارید، از مخلوط آب نیم گرم و جوش شیرین (هر لیتر آب یک قاشق جوش شیرین) و یک قطعه اسفنج نرم استفاده کنید و سپس آن را با پارچه ای نرم و تمیز خشک نمایید.

پس از هر بار شستشو برای یکنواخت شدن سرمای داخل یخچال و فریزر ، باید چند ساعت یخچال و فریزر خالی بوده و با درب بسته کار کند .

از گذاشتن هر گونه پارچه بر روی طبقات یخچال باید جداً پرهیز کنید.

در صورتی که ناچار به جابجایی یخچال می باشید، حداقل دو ساعت بعد از جابه جایی، از روشن کردن یخچال خودداری کنید .



تنظیم صحیح و به موقع ترموستات یخچال و یا فریزر، نقش مهمی در کاهش مصرف برق این وسایل خواهد داشت و به عبارتی تنظیم نادرست و یا عدم توجه به تنظیم به موقع ترموستات باعث فاسد شدن و یا یخ زدگی مواد غذایی و به تبع آن افزایش مصرف برق خواهد شد. بنابراین درجه ترموستات فریزر را معمولاً بین ۱۵ تا ۱۸ درجه زیر صفر و درجه ترموستات یخچال را بین ۲ تا ۳ درجه بالای صفر تنظیم کنید.

تنظیم درجه روی حدود ۵ درجه پایین تر از این میزان، می تواند سبب افزایش مصرف انرژی تا حد بیش از ۲۰ درصد بشود.

با توجه به اینکه در فصول گرم دلیل باز و بسته شدن زیاد در یخچال بمنظور استفاده از آب خنک می باشد، حتی الامکان در هنگام خرید این وسیله، یخچال - فریزری را انتخاب کنید که دارای آب سرد کن باشد.

در صورت تمایل و نیاز به خرید یخچال فریزرهای سایه بای سایه حتماً دستگاهی را انتخاب کنید که علاوه بر داشتن آب سرد کن و یخساز دارای چهار درب مجزا باشد.

در هنگام خرید به بسته شدن کامل درها و مرغوبیت و چسبندگی نوار لاستیکی در یخچال و فریزر دقت و توجه کافی نمایید.





افتادگی در یخچال یا فریزر به مرور زمان باعث بسته نشدن کامل در و جدا شدن نوار لاستیکی از در یخچال می شود که میبایست نسبت به تعویض لولای در اقدام گردد تا از اتلاف برق به جهت خروج هوای سرد یخچال جلوگیری شود .


از گذاشتن بطری های حاوی نوشابه های گاز دار در قسمت جا یخی یخچال ها و یا قراردادن آنها در فریزر جدا خودداری نمایید .این کار باعث می شودتا پس ازانجماد کامل مایع آن در داخل فریزر ویا جا یخی یخچال پراکنده شود .عدم رعایت همین موضوع باعث می شود تا حداقل زمانی بین ۱۰ تا ۱۵دقیقه دریخچال – فریزر را برای تمیز کردن ناشی از ترکیدن بطری باز بگذاریم که خود باعث اتلاف انرژی زیادی خواهد شد .



سرفصل مطالب



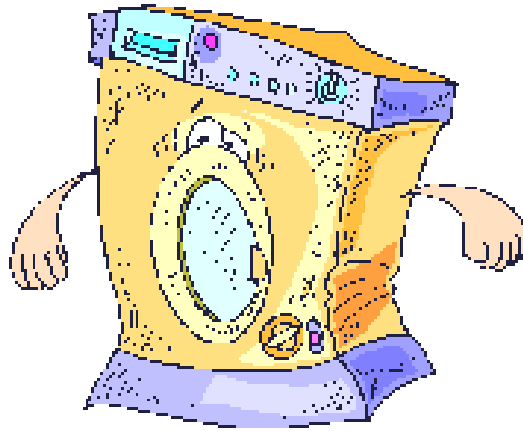
- پخت و پز
- ماشین ظرفشویی
- اتو
- جاروبرقی
- صوتی و تصویری
- کولر آبی و گازی
- ماشین لباسشویی
- یخچال و فریزر
- برچسب انرژی

برچسب مصرف انرژی یخچال فریزر	
	548
<p>مصرف انرژی: 285 مصرف آب: 11.5 مصرف انرژی در حالت خواب: 11.5</p>	ABCDEF abcde

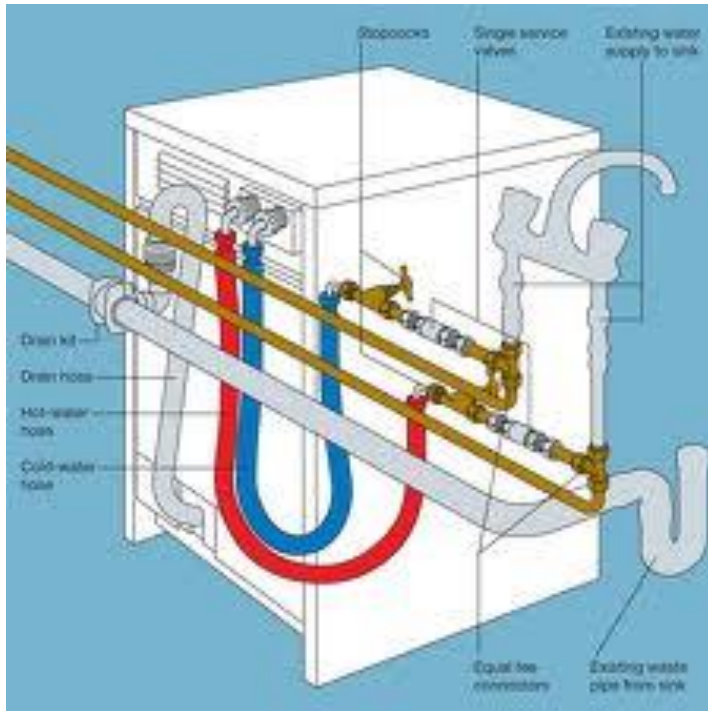




○ امروزه ماشین لباسشویی از ضروریترین لوازم رفاهی هر خانواده ای محسوب می شود و در اختیار داشتن یک نوع مرغوب از این وسیله که بتواند با قیمتی مناسب و حداقل میزان مصرف آب و برق و مواد شوینده کیفیت شستشوی مطلوبی ارائه دهد ، برای مصرف کننده حائز اهمیت است .



عمر یک ماشین لباسشویی ساخت داخل حدود ۱۰۰۰ ساعت برآورد شده است که با استفاده مناسب از آن (به طور متوسط ۲ بار و هر بار ۱ ساعت در هفته) می‌توان لااقل ۱۰ سال کار با خرابی کم را از آن انتظار داشت.



میزان زیادی از مصرف برق در ماشینهای لباسشویی (در حدود ۸۰٪) صرف گرم کردن آب ورودی به ماشین می‌شود. لذا شستشو با آب سرد و نیز الگوی مصرف تأثیر زیادی بر مقادیر ذکر شده خواهد داشت. استفاده از ماشینهای لباسشویی با ورودی آب گرم به میزان قابل توجهی مصرف برق را پائین می‌آورد.



معیارهای لازم برای خرید ماشین لباسشویی



- ماشین لباسشویی را انتخاب کنید که ضمن داشتن علامت استاندارد و برچسب مصرف انرژی ، دارای کمترین مصرف انرژی در بین مدل های مشابه باشد.

- ظرفیت ماشین لباسشویی را متناسب با تعداد افراد خانواده انتخاب کنید.

- میزان مصرف برق ماشین لباسشویی به کارخانه سازنده آن بستگی دارد ، پرمصرف ترین ماشین های لباسشویی ، 3/5 کیلو وات ساعت برق مصرف می کنند و کم مصرف ترین آنها حدود 1/5 کیلو وات ساعت .



استفاده از ماشین لباسشویی



- در هنگام خرید ماشین لباسشویی دقت نمایید که هر سه مصرف انرژی، پاک کنندگی و خشک کنندگی آن دارای بازدهی مطلوبی باشد. به عبارت دیگر دستگاهی را انتخاب نمایید که ضمن حداقل مصرف انرژی از عملکرد مناسبی نیز برخوردار باشد.
- تا حد امکان از برنامه دورهای کم آبکشی برای آبکشی لباسها استفاده کنید.
- ماشین لباس شویی را تا حد ظرفیت آن پر نمایید.
- مصرف آب و برق ماشین های لباسشویی مدل درباز بالا بیشتر از مدل درباز جلو است.
- حتی الامکان بجای استفاده از خشک کن ماشین لباسشویی، از هوای آزاد جهت خشک کردن البسه استفاده کنید و در صورت ضرورت نیاز به استفاده از خشک کن ، سعی کنید وقتی آب لباسها گرفته شد و کمی مرطوب هستند آنها را از ماشین خارج کنید تا چروک نشوند.



با فشار دادن دکمه ای که ویژه شستشوی اقتصادی است ، مقدار کمتری آب وارد لباسشویی می شود و این امکان را ایجاد می کند که برای شستشوی لباس در حدود نصف ظرفیت ، آب کمتری مصرف شود در این حالت صرفه جویی قابل توجهی در مصرف برق بوجود خواهد آمد.

پیشنهاد می شود هر چند وقت یکبار ، یک برنامه کامل شستشو بدون ریختن لباس در ماشین با استفاده از یک ماده حاوی حلال کلسیم مانند جوش شیرین یا سرکه (به اندازه مخزن جا پودری کوچک) انجام دهید

همچنین در صورت امکان محفظه جای پودری را نیز از محل خارج کرده و با آب شستشو داده و سپس در محل خود نصب کنید . این کار موجب افزایش کارایی ماشین لباسشویی می شود .



هر اندازه لباس ها کثیف تر باشند ، دمای آب گرم مصرفی باید بیشتر باشد . شستن همزمان لباس های پُرک و لباسهای که کمتر کثیف شده اند ، به افزایش مصرف انرژی می انجامد . بنابراین حتی الامکان لباسها را جداگانه (البته با ظرفیت کامل) در ماشین لباسشویی قرار دهید .

جهت گرم کردن آب ماشین لباسشویی با انتخاب دکمه درجه حرارت کمتر ، می توان به صرفه جویی های خوبی دست یافت .

برای شستن لباس از درجه حرارت مناسب آب استفاده شود. با تنظیم درجه حرارت آب ، متناسب با میزان کثیفی البسه از ۹۰ درجه به ۶۰ درجه ، مصرف برق دستگاه به مقدار قابل توجهی کاهش می یابد. حرارت ۹۰ درجه را معمولا فقط برای رفت های بسیار چرک سفید بکار می برند .

لکه گیری مقدماتی لباس ها ، در اغلب موارد به شما این امکان را می دهد که از برنامه های شستشو با آب سرد یا آب ۴۰ تا ۶۰ درجه استفاده کنید .

○ هر اندازه تعداد دورهای آبکشی در دقیقه بیشتر باشد اگر چه خشک شدن سریع تر لباسها را موجب می شود، اما این کار منجر به افزایش مصرف انرژی ماشین لباسشویی خواهد شد برای استفاده از خشک کن هرگز لباس ها را بیش از حد خشک ننمایید آنها را وقتی کمی مرطوب هستند خارج کنید .

○ از بکار بردن ماشین لباسشویی در ساعات اوج مصرف برق (نیم ساعت قبل از اذان مغرب تا ۲/۵ ساعت بعد از آن) خودداری کنید.



سرفصل مطالب



پخت و پز

ماشین ظرفشویی

اتو

جاروبرقی

صوتی و تصویری

کولر آبی و گازی

ماشین لباسشویی

یخچال و فریزر

برچسب انرژی



سرفصل مطالب



پخت و پز

ماشین ظرفشویی

اتو

جاروبرقی

صوتی و تصویری

کولر آبی و گازی

ماشین لباسشویی

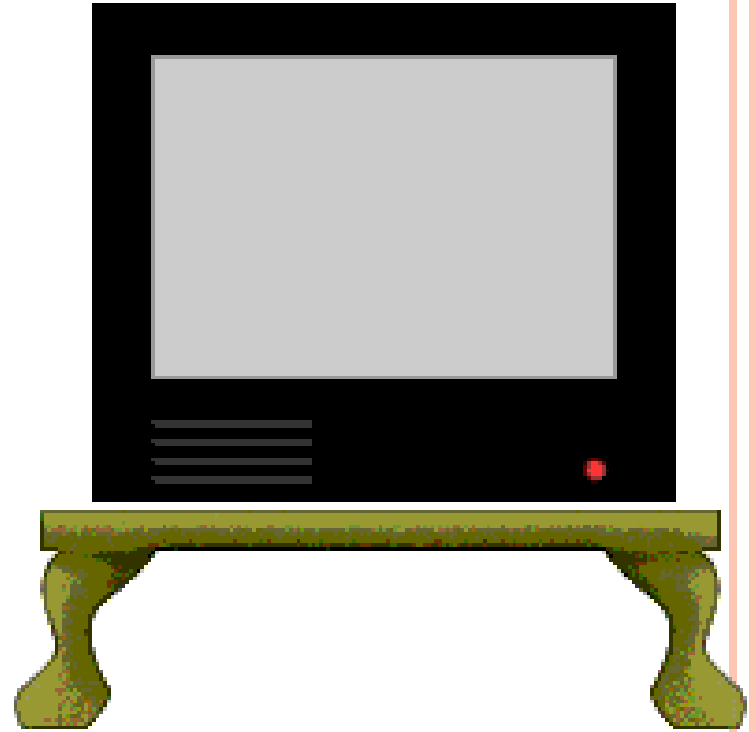
یخچال و فریزر

برچسب انرژی



وسایل صوتی و تصویری

- تلویزیون یکی از وسایل صوتی و تصویری است که مانند یخچال از جمله دستگاه های است که به اکثر خانواده های ایرانی راه یافته است .
- عموماً همه خانوارهای شهری و حدود ۷۰ درصد خانوارهای روستایی ایرانی از این دستگاه استفاده می کنند .
- امروزه حدود ۱۳ میلیون تلوزیون در ایران وجود دارد و میزان قابل توجه ای از برق مصرفی بخش خانگی ، به این دستگاه ها اختصاص دارد .





○ پشت تلویزیون نباید به جایی چسبیده باشد تا گردش هوا براحتی صورت بگیرد . تلویزیون نباید در معرض رطوبت یا نور مستقیم خورشید باشد .

○ در هنگام تمیز کردن تلویزیون باید تنها از یک پارچه مرطوب استفاده نمود و هیچ مایع شوینده ای به کار نبرد .



○ شاخه تلویزیون ، ویدئو ، ضبط صوت ، کامپیوتر و دستگاه های بازی را هنگامیکه نیازی به استفاده ندارید از پریز خارج نمایید .

سرفصل مطالب



پخت و پز

ماشین ظرفشویی

اتو

جاروبرقی

صوتی و تصویری

کولر آبی و گازی

ماشین لباسشویی

یخچال و فریزر

برچسب انرژی

برچسب مصرف انرژی	
یخچال فریزر	
	B
<p>مصرف انرژی (kWh در سال): 548</p> <p>مصرف آب (لیتر در روز): 285</p> <p>مصرف انرژی در حالت استندبای (kWh در سال): 115</p> <p>کلاس صداهای در حالت استندبای (dB): ABC DE</p> <p>کلاس صداهای در حالت یخچال (dB): abcde</p>	<p>مصرف انرژی (kWh در سال): 548</p> <p>مصرف آب (لیتر در روز): 285</p> <p>مصرف انرژی در حالت استندبای (kWh در سال): 115</p> <p>کلاس صداهای در حالت استندبای (dB): ABC DE</p> <p>کلاس صداهای در حالت یخچال (dB): abcde</p>





در خرید جاروبرقی به این نکته توجه کنید که نوعی از آن را انتخاب نمایید که قدرتش متناسب با نیاز شما باشد. انتخاب جاروبرقی بسیار پر قدرت، لزوماً بهترین انتخاب نیست.



در هنگام استفاده از جاروبرقی حتماً دقت کنید که آشغالهای مرطوب یا اشیاء بزرگ و تیز را از سر راه دور کنید زیرا این اشیاء می توانند به موتور دستگاه ضربه وارد کنند و توان آن را کاهش، و به این ترتیب مصرف برق را افزایش دهند.



○ در جاروهای برقی، معمولاً چندین درجه قدرت کشش وجود دارد، برای نظافت هر بخش منزل، از قدرت لازم و نه قدرت بیشتر استفاده کنید.



- از کار مداوم با جاروبرقی بپرهیزید زیرا روشن بودن دراز مدت به موتور دستگاه فشار زیادی وارد می کند .
- ۱۰ دقیقه کار سپس ۱۰ دقیقه استراحت روش مناسبی برای استفاده از جاروبرقی می باشد.



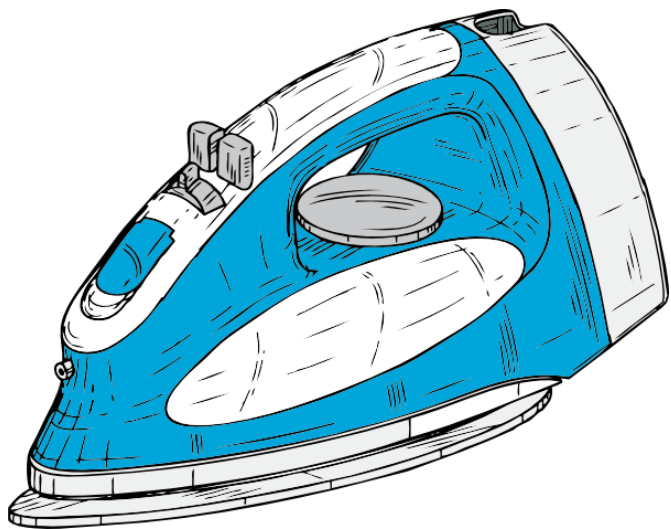


- جاروبرقی باید همیشه کاملاً تمیز باشد و لوله‌های آن گرفتگی نداشته باشد تا فشاری به موتور نیاید.



- کیسه آشغال جاروبرقی را همیشه قبل از پر شدن کامل، عوض کنید و فیلتر آن را لاقلاً دو بار در سال شستشو یا تعویض نمایید.

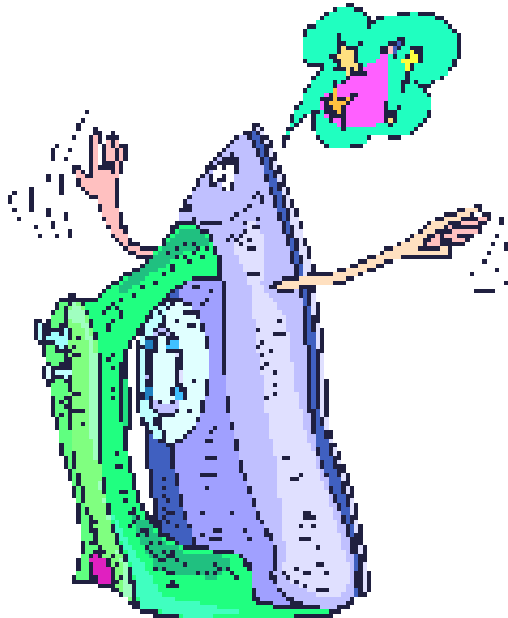




○ هنگام استفاده از اتو، ابتدا لباس های را که می خواهید اتو کنید، آماده کنید .

○ قبل از اتو کردن آخرین لباس اتو را از برق بکشید .





○ تا حد امکان از اتوهای بخار و اتو های که دارای ترموستات هستند استفاده کنید .

○ قبل از اتو کردن ، لباس ها را دسته بندی و جدا کنید . چرا که لباسهای با جنس کتان نیاز به استفاده از درجه بالای اتو دارند .



سرفصل مطالب



برچسب مصرف انرژی	
یخچال فریزر	
	B
<p>ظرف آبی انرژی: 548 لیتر در سال</p> <p>مصرف انرژی: 285 کیلووات ساعت در سال</p> <p>مصرف انرژی: 11.5 کیلووات ساعت در سال</p> <p>مصرف انرژی: 11.5 کیلووات ساعت در سال</p> <p>مصرف انرژی: 11.5 کیلووات ساعت در سال</p> <p>مصرف انرژی: 11.5 کیلووات ساعت در سال</p>	<p>ظرف آبی انرژی: 548 لیتر در سال</p> <p>مصرف انرژی: 285 کیلووات ساعت در سال</p> <p>مصرف انرژی: 11.5 کیلووات ساعت در سال</p> <p>مصرف انرژی: 11.5 کیلووات ساعت در سال</p> <p>مصرف انرژی: 11.5 کیلووات ساعت در سال</p> <p>مصرف انرژی: 11.5 کیلووات ساعت در سال</p>

پخت و پز

ماشین ظرفشویی

اتو

جاروبرقی

صوتی و تصویری

کولر آبی و گازی

ماشین لباسشویی

یخچال و فریزر

برچسب انرژی



ماشین ظرف شویی



- ماشین‌های ظرفشویی با توجه به ظرفیت به دو گروه ماشین‌های ظرفشویی فشرده و ماشین‌های ظرفشویی معمولی تقسیم می‌شوند.
- فشرده : دارای ظرفیتهای ۳۸ پارچه (۴ نفره)، ۷۲ پارچه (۶ نفره) و ۹۶ پارچه (۸ نفره) می‌باشد.
- معمولی : با ظرفیت ۱۴۴ پارچه (۱۲ نفره) می‌باشد.

- مدل‌های با ظرفیت فشرده، انرژی کمتری مصرف می‌کنند ولی گنجایش کمتری نیز دارند. اما اگر از مدل فشرده زیاد استفاده شود، مصرف انرژی آن نسبت به نوع دیگر بیشتر می‌شود.



اطلاعات نوعی ماشین ظرفشویی

برنامه شستشو	مصرف برق (کیلووات ساعت)
۱ تا ۱/۵ ساعت	۱/۶ تا ۲ کیلووات ساعت
۴۵ دقیقه	۰/۸ تا ۱/۲ کیلووات ساعت



گرمایش آب تقریباً عمده‌ترین درصد انرژی مصرفی در ماشین ظرفشویی می‌باشد. بنابر محاسباتی که در کشورهای صنعتی برای انواع ماشین‌های ظرفشویی انجام شده است، میزان برق مصرفی انواع این دستگاه‌ها از ۱/۶ تا ۲ کیلووات ساعت و میزان آب از ۲۶ تا ۴۰ لیتر متغیر است.





- تا حد امکان از برنامه کوتاه مدت (کم مصرف) استفاده کنید.

- اگر ظرفها را پیش از قرار دادن در دستگاه با یک دستمال تا اندازه ای پاک کنیم. امکان استفاده از برنامه کوتاه بیشتر است.

- اگر ظرف ها فقط کمی کثیف هستند از یک چرخه شستشوی سبک استفاده کنید. زیرا در این روش به دلیل استفاده کمتر از آب گرم و کاهش زمان کار دستگاه انرژی کمتری مصرف خواهد شد.

- حتی الامکان از ظرفیت کامل ماشین ظرفشویی استفاده کنید. تعداد ظرفها تغییری در مصرف آب ماشین نمی دهد. پس بهتر است ظرفها را در طول روز داخل ماشین جمع کنید و سپس یکبار در ساعات غیر اوج مصرف آنرا بکار اندازید.

- از پودر ظرفشویی به اندازه لازم استفاده کنید؛ زیرا ریختن پودر زیاد؛ هیچ تاثیری در تمیز تر شدن ظرف نخواهد داشت.



- ظرفها را مطابق دستورالعمل تولید کننده در ماشین قرار دهید همه ردیفها را پر کنید تا از آب و انرژی حداکثر استفاده بشود. اما این کار بگونه ای باشد که گردش آب به راحتی صورت گیرد تا ظرفها کاملاً تمیز گردد.



- پیش از قراردادن ظرفها در ماشین باقیمانده غذا را پاک کنید و مایعات را خالی کنید. بقیه کار را ماشین ظرفشویی انجام می دهد. اگر مجبور شدید که ظرفها را پیش از گذاشتن در ماشین آب بکشید حتی الامکان از آب سرد استفاده کنید.

- اگر از یک منبع آب گرم ارزان قیمت برخوردار هستید؛ در صورت امکان آن را مستقیماً به ماشین ظرفشویی وصل کنید.

- دستگاه را حتی الامکان در ساعتهای پیک مصرف روشن نکنید.

- نظافت منظم؛ عمر دستگاه را افزایش و مصرف انرژی آن را کاهش می دهد.

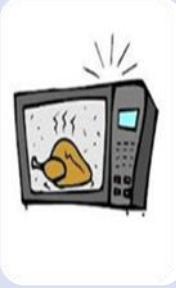
- ماشین ظرفشویی را دور از یخچال قرار دهید زیرا ماشین ظرفشویی در هنگام کار تولید حرارت می نماید و مصرف انرژی یخچال را بالا می برد.



- در صورتی که ماشین ظرفشویی شما سیستم خشک کن بدون گرما دارد؛ از آن استفاده کنید. اگر دستگاهی دارید که قدیمی تر است و مجهز به این سیستم نیست می توانید بعد از پایان شستشو ظرفشویی را خاموش کنید و در آن را باز بگذارید تا جریان هوا ظرفها را خشک کند.



سرفصل مطالب



برچسب صرف انرژی	
یخچال فریزر	
	B
<p>ظروف انرژی: از صد انرژی مصرف می‌کند، بر مصرف انرژی از صفر تا ۱۰۰ کاهش می‌دهد</p> <p>مصرف انرژی: ۵۴۸ کیلووات ساعت در سال</p> <p>ظرفیت: ۲۸۵ لیتر</p> <p>مصرف انرژی در حالت استندبای: ۱۱.۵ کیلووات ساعت در سال</p> <p>کلاس مصرف انرژی: A+++</p> <p>مصرف انرژی: kWh/100h</p> <p>مصرف انرژی: kWh/100h</p> <p>مصرف انرژی: kWh/100h</p>	<p>ظروف انرژی: از صد انرژی مصرف می‌کند، بر مصرف انرژی از صفر تا ۱۰۰ کاهش می‌دهد</p> <p>مصرف انرژی: ۵۴۸ کیلووات ساعت در سال</p> <p>ظرفیت: ۲۸۵ لیتر</p> <p>مصرف انرژی در حالت استندبای: ۱۱.۵ کیلووات ساعت در سال</p> <p>کلاس مصرف انرژی: A+++</p> <p>مصرف انرژی: kWh/100h</p> <p>مصرف انرژی: kWh/100h</p> <p>مصرف انرژی: kWh/100h</p>

پخت و پز

ماشین ظرفشویی

اتو

جاروبرقی

صوتی و تصویری

کولر آبی و گازی

ماشین لباسشویی

یخچال و فریزر

برچسب انرژی





راهکارهای در زمینه پخت و پز



○ باز و بسته کردن اجاق های گازی و برقی در قسمت فر ۲۵ تا ۳۰ درجه سانتیگراد دمای آن را کاهش می دهد. هنگامی که هوای گرم از اجاق فرار می کند به برق یا گاز بیشتری برای دوباره گرم کردن فضای فر نیاز دارد.

○ در ظرفهای سرامیکی و شیشه ای انرژی کمتری جهت پخت و پز مصرف می شود ، ظروف شیشه ای حرارت را بیشتر از ظرفهای دیگر و قابلمه ها در خود نگه می دارد .

○ در زمان پخت و پز سطح شعله با سطح ظرف روی آن باید هماهنگ باشد استفاده از ظروف های کوچک روی شعله های بزرگ ۲۰ تا ۳۰٪ انرژی را هدر می دهد .

- پخت و پز حدود ۱۰٪ از کل انرژی مصرفی یک خانواده را به خود اختصاص می دهد
- استفاده از شیوه های منطقی همراه با انتخاب دقیق تجهیزات خانگی می تواند ۵۰٪ از هزینه های مربوط به آشپزی را کاسته و به همین نسبت کاهش در انتشار گازهای گلخانه ای به همراه داشته باشد .





- استفاده از مایکروویو بطور قابل ملاحظه ای هزینه های پخت و پز را کاهش می دهد . پس استفاده از مایکروویو یا توستر از فر ارزانتر است .

- سطوح دیواره های فر را کاملا تمیز کنید تا حداکثر بازتاب گرمایی صورت گیرد .
- به درزبندی اطراف فر توجه کنید. درزبندی مناسب هنگامی است که در بسته فر بتواند یک بر کاغذ معمولی را نگه دارد اگر کاغذ به راحتی جابجا شود باید درزبندی تعمیر شود .

- برای پختن آش و سوپ که به مدت زمان طولانی نیاز دارد ،استفاده از دیگ های آرام پز،سبب صرفه جویی در مصرف انرژی خواهد شد .



- همواره شعله پخش کن اجاق را تمیز نگه دارید .

- رنگ شعله اجاق فوراکی پزی ، باید آبی باشد . اگر شعله زرد باشد به معنی آن است که گاز خوب نمی سوزد . در این صورت باید با شرکت گاز تماس بگیرید تا علت آن را بررسی کنند .



سینی زیر شعله های خورک پزی را تمیز نگه دارید ؛ زیرا سینی تمیز حرارت را به سمت ظرف منعکس می کند . سینی کثیف و سیاه ، گرمای زیادی را جذب می کند .



با آرزوی موفقیت و بهروزی

