

Bolji uvjeti stanovanja

Savjeti i prijedlozi
za veću udobnost





Savjet

Kamerom pametnog telefona skenirajte QR kôd u odjeljku „Dodatne informacije” i dospjet ćete izravno na povezana web-mjesta i brošure.

Sve navedene brošure ureda EnergieSchweiz možete naručiti na www.bundespublikationen.admin.ch pomoću odgovarajućeg katalogskog broja.

O ovoj brošuri

Danas za sve postoje upute – za televizor, električnu četkicu za zube, bicikl. Iz tih uputa možemo saznati što ti predmeti sve mogu i kako njima upravljati. Naravno, ne čitamo svi rado upute za upotrebu. Ali kada nešto ne funkcioniра na željeni način, upotrebljavamo ih jer nam pomažu riješiti problem.

No, što se događa kada stvari u stanu ne funkcioniraju onako kako bi trebale? Ova brošura pruža vam jednostavne savjete i upute koji vam pomažu da izbjegnute i riješite tipične probleme povezane sa stanovanjem. Njena je prednost sljedeća: praćenjem ovih savjeta nećete samo udobnije stanovati, već ćete trošiti još manje energije.

Kako brošura ne bi bila previše opsežna, bavi se samo najaktualnijim temama. U to pripadaju previsoka ili preniska sobna temperatura, presuh ili prevlažan zrak, neugodni mirisi, plijesan i drugi savjeti.

Također sadržava savjete za ljeto i zimu. Neki se dodatno odnose na dan ili noć, a to ćete prepoznati po sljedećim simbolima:



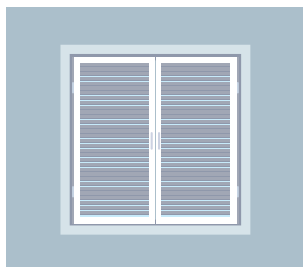
Ako nedostaju podaci o godišnjem dobu ili dobu dana, radi se o općim, univerzalno primjenjivim savjetima.

Još jedna uputa za sve koji stanuju u zgradama sa starim prozorima: zimi u ovim stanovima može i smije biti znatno hladnije u blizini prozora u usporedbi sa sredinom prostorije. To nije nedostatak stana. Dakle, ako vam je previše hladno u blizini prozora, jednostavno malo odmaknite stolice, naslonjače i sofу.

Želimo vam puno uspjehа u optimizaciji vaše udobnosti stanovanja!

Previše toplo

Ljeti

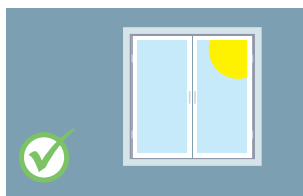


Zatvorite zaštitu od sunca

Ako sunčeve zrake dopiru kroz prozor, griju prostor. Stoga: tijekom dana zatvarajte tende ili prozorske grilje. Zaštita od sunca djeluje najbolje kad se montira s vanjske strane prozora.

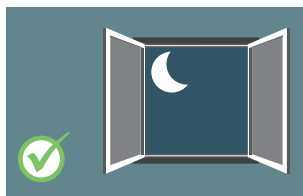


Dodatne informacije
Informativni list „Izbjegavanje
pregrijavanja ljeti”



Zatvarajte prozore danju

Ako zatvorite prozore tijekom dana, toplina ne ulazi u prostor.



Otvorajte prozore noću

Ako otvorite prozore noću, omogućavate ulazak hladnijeg zraka.



Dodatne informacije
Informativni list „Ugodna
temperatura u prostoru: 5 savjeta za ljetu”



Nosite laganu odjeću

Odjeća grije tijelo: koliko će točno odjeća grijati, ovisi o materijalu i njegovim svojstvima. Stoga: nosite laganu odjeću – na taj način hladan zrak dopire do tijela.



Dodatne informacije
Brošura „Ušteda energije
u svakodnevnom životu”



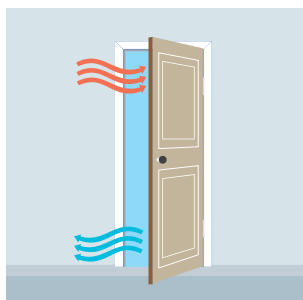


Isključite električne uređaje i rasvjetu

Svaki električni uređaj generira toplinu. Stoga: isključite uređaje i izvucite punjače iz struje kada nisu u upotrebi. Tako možete spriječiti daljnje zagrijavanje prostora.



Dodatne informacije
Informativni list „Izbjegavanje
pregrijavanja ljeti”

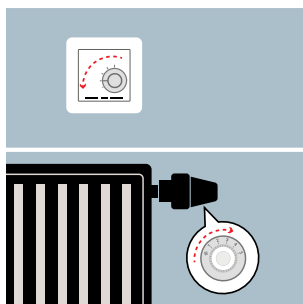


Otvorite vrata susjednih prostorija

Otvaranjem vrata izjednačava se temperatura u prostorijama. Stoga: ako otvorite vrata između dviju prostorija, toplija će se prostorija ohladiti.



Zimi



Smanjite grijanje

Grije li sustav grijanja prejako? Namjestite regulator na jedan stupanj manje. Ako je nakon 12 sati i dalje previše toplo, putem regulatora snizite temperaturu za još jedan stupanj. Ponavljajte radnju dok ne postignete odgovarajuću temperaturu.

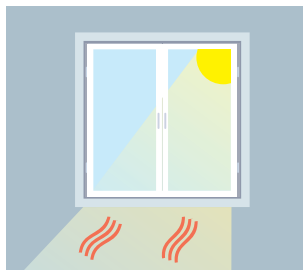


Dodatne informacije
Brošura
„Priručnik o energiji”



Previše hladno

Ljeti i zimi



Otvorite zaštitu od sunca

Ako sunčeve zrake dopiru kroz prozor, griju prostor. Stoga: otvorite tende i prozorske grilje.



Odjenite topliju odjeću

Odjeća grije tijelo: koliko će točno odjeća grijati, ovisi o materijalu i njegovim svojstvima. Stoga: odjenite nešto toplo.



Dodatne informacije

Brošura „Ušteda energije u svakodnevnom životu”



Zimi



Radi li grijanje?

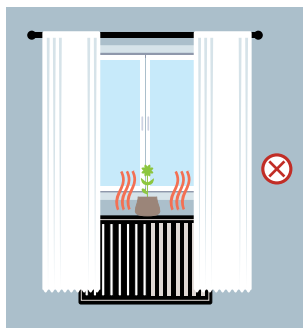
Moderni sustavi grijanja isključuju se tek kad se postigne određena vanjska temperatura. To je obično temperatura između 10 i 15 °C. Provjerite radi li uopće grijanje u bilo kojoj prostoriji u stanu. Ako ne radi, obratite se domaru. Pitajte kada će se grijanje uključiti i, ako je potrebno, zahtijevajte provjeru sustava grijanja.



Dodatne informacije

Brošura „Priručnik o energiji”



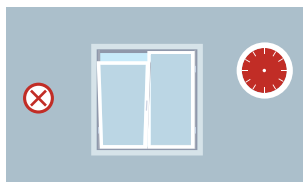
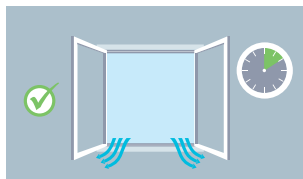


Jesu li grijača tijela slobodna?

Sve što se nalazi u blizini grijaćeg tijela sprječava emisiju topline. Nemojte odlagati predmete na grijača tijela. Odmaknite namještaj, pokrove i zastore od grijaćih tijela kako bi toplota mogla neometano strujati prostorom. Imate podno grijanje? Pazite na to da debeli sagovi ne umanje toplinski učinak.



Dodatne informacije
Brošura „Ušteda energije
u svakodnevnom životu”

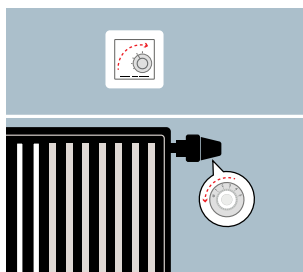


Pravilno zračite

Ako su prozori stalno otklopljeni, gubi se mnogo topline. Pravilno zračenje podrazumijeva sljedeće: minimalno 3 puta dnevno do kraja otvoriti sve prozore u stanu na 5 do 10 minuta, a zatim ih ponovno zatvoriti. Na taj se način izmjenjuje zrak bez rashlađivanja prostora. Ako imate ventilacijski sustav, nemojte dodatno zračiti otvaranjem prozora.



Dodatne informacije
Brošura „Ušteda energije
u svakodnevnom životu”



Povećajte temperaturu grijanja

Grije li sustav grijanja preslabo? Namjestite regulator na jedan stupanj više. Ako je nakon 12 sati i dalje previše hladno, putem regulatora povećajte temperaturu za još jedan stupanj. Ponavljajte radnju dok ne postignete odgovarajuću temperaturu.

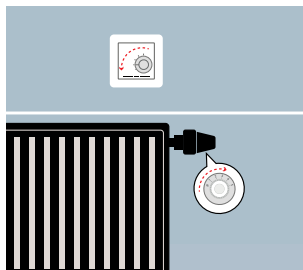


Dodatne informacije
Brošura
„Priručnik o energiji”



Previše suho

Zimi



Smanjite grijanje

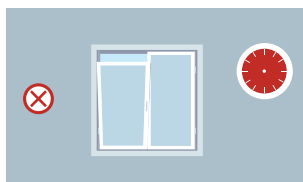
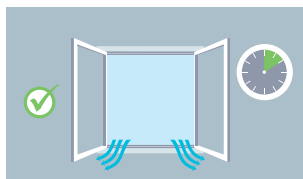
Što je zrak u određenoj prostoriji topliji, to je suši. Stoga snizite temperaturu prostorije. Kako to učiniti možete saznati u poglavlju „Previše toplo – zimi” na 5. stranici.



Dodatne informacije

Brošura

„Priručnik o energiji”



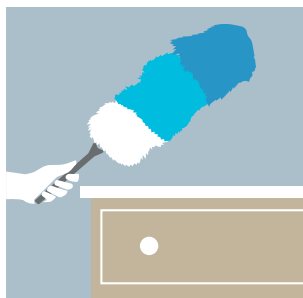
Pravilno zračite

Kad su prozori stalno otklopljeni ne gubi se samo toplina, već i vlažnost zraka. Najmanje 3 puta dnevno otvorite sve prozore na 5 do 10 minuta. Što je vanjska temperatura niža, to vrijeme zračenja mora biti kraće. Ako je vaš stan opremljen ventilacijskim sustavom, postavite regulator na jedan stupanj manje.



Dodatne informacije

Brošura „Ušteda energije
u svakodnevnom životu”



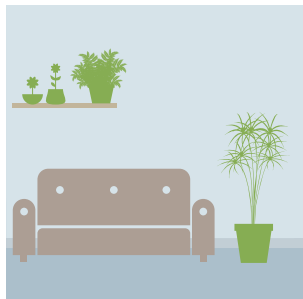
Češće brišite prašinu

Prašnjav zrak doima se suhim, čak i ako uopće nije suh. Osim toga, normalna kućna prašina može sadržavati i štetne tvari, tvari koje izazivaju alergije ili štetne mikroorganizme. Stoga redovito uklanjajte prašinu usisavanjem i brisanjem površina vlažnom krpom.

Dodatne informacije

Web-mjesto Saveznog ureda za zdravlje
(BAG) → Zdravo stanovanje





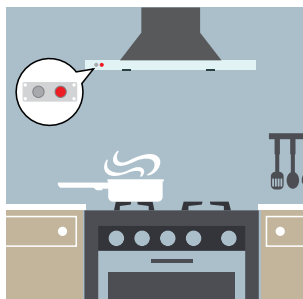
Opremite prostor biljkama

Biljke oslobađaju vlagu u zrak. Postavite u dnevnu sobu nekoliko zelenih sustanara – oni će se besplatno pobrinuti za ugodnu vlažnost zraka.



Dodatne informacije

Informativni list
„Ovlaživanje zraka”



Ne uključujte kuhinjsku napu

Ako kuhate s vodom, vlaga se oslobađa u zrak. Ako je kuhinjska napa isključena, povećava se vlažnost zraka. Pažnja: međutim, ako kuhate na masti ili ulju, uključite kuhinjsku napu jer se u suprotnom u cijeloj prostoriji može nataložiti sloj masti.



Dodatne informacije

Informativni list
„Zračenje kuhinje”

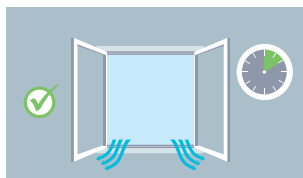


Otvorite vrata kupaonice nakon tuširanja ili kupanja

Otvorite vrata kupaonice nakon tuširanja ili kupanja. Na taj način vlaga može dospjeti u druge prostorije u stanu.

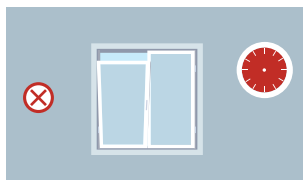
Previše vlažno ili pljesnivo

Zimi



Pravilno zračite

Ako premalo zračite, u zraku će se nakupiti vlaga. Ne zračite tako da ostavite prozore otklopljene. Na taj se način gubi mnogo topline i može doći do stvaranja pljesni. Najmanje 3 puta dnevno otvorite sve prozore na 5 do 10 minuta. Ako je vaš stan opremljen ventilacijskim sustavom, postavite regulator na jedan stupanj više.



Dodatne informacije
Brošura „Ušteda energije
u svakodnevnom životu”



Opremite prostor biljkama

Biljke oslobađaju vlagu u zrak. Ako neke od njih uklonite, smanjit će se i vlažnost zraka.



Dodatne informacije
Informativni list
„Ovlaživanje zraka”



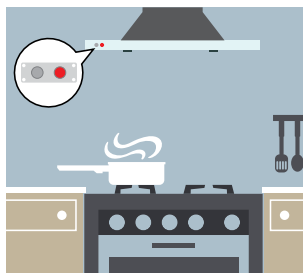
Ne sušite rublje u stanu

Ako se rublje suši u stanu, oslobađa vlagu u zrak. Stoga sušite rublje u sušionici, a ne u stanu.



Dodatne informacije
Informativni list
„Ovlaživanje zraka”





Uključite kuhinjsku napu

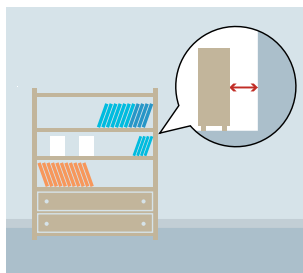
Prilikom kuhanja vodena para dospijeva u zrak. Uključite kuhinjsku napu. Ovaj uređaj usisava prekomjernu vlagu na samom izvoru.



Dodatne informacije

Informativni list

„Zračenje kuhinje”



Pazite na udaljenost namještaja do zida

Ako je namještaj postavljen preblizu vanjskog zida, iza njega se može nakupiti vlaga i stvoriti plijesan. Stoga odmaknite sve veće komade namještaja najmanje 10 do 15 cm od vanjskog zida.



Dodatne informacije

Brošura

„Priručnik o energiji”



Važno: plijesan u stanu nije zdrava i mora se ukloniti što je prije moguće. S obzirom da postoji mnoštvo različitih čimbenika koji uzrokuju plijesan, potrebno je što prije moguće razjasniti uzrok. Stoga: ako je područje zahvaćeno pljesni veće od 10 × 10 cm, odmah obavijestite upravu, domara ili najmodavca. Ako to ne učinite, snosite odgovornost za eventualne posljedične štete.

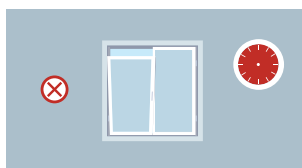
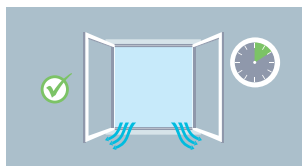
Dodatne informacije

Brošura „Plijesan
u stambenom prostoru”



Neugodni mirisi

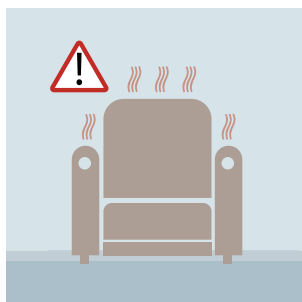
Ljeti i zimi



Pravilno zračite

Ako premalo zračite, u zraku će se nakupiti vlaga. Ne zračite tako da ostavite prozore otklopljene. Na taj se način gubi mnogo topline i može doći do stvaranja pljesni. Najmanje 3 puta dnevno otvorite sve prozore na 5 do 10 minuta. Ako je vaš stan opremljen ventilacijskim sustavom, postavite regulator na jedan stupanj više.

Dodatne informacije
Brošura „Ušteda energije
u svakodnevnom životu”



Svedite isparavanja na minimum

Novi proizvodi, npr. namještaj, odjeća, elektronički uređaji ili predmeti od plastike, mogu isparavanjem ispuštati tvari koje neugodno mirišu. Kupujte proizvode koji po mogućnosti ne uzrokuju neugodna isparavanja. Dobro prozračite stan nakon postavljanja novih proizvoda.

Dodatne informacije
Web-mjesto Saveznog ureda za
zdravlje (BAG) → Zdravo stanovanje



Oprez: kemikalije!

Neki kućanski proizvodi, npr. sredstva za čišćenje, sredstva za poliranje ili ljepila, sadrže nezdrave kemikalije. Ove kemikalije mogu isparavati i dospjeti u zrak. Stoga štedljivo dozirajte ove proizvode. Dobro prozračite prostor nakon njihove upotrebe.

Dodatne informacije
Web-mjesto Saveznog ureda za
zdravlje (BAG) → Zdravo stanovanje





Održavanje odvoda

U odvodima umivaonika, tuševa, kada itd. mogu se nakupljati ostaci hrane, sredstava za čišćenje i njegu kože i slično. Takvi ostaci s vremenom mogu poprimiti neugodan miris. Neugodni mirisi mogu dolaziti i iz osušenih sifona. Kontrolirajte odvode svaka 3 mjeseca i očistite ih po potrebi. Ulijte jednu litru vode da biste napunili sifon.

Dodatne informacije

Web-mjesto
hausinfo.ch



Uključite kuhinjsku napu

Prilikom kuhanja često nastaju mirisi – oni ugodni i oni manje ugodni. Uključite napu i na taj način uklonite neugodne mirise na samom izvoru.

Dodatne informacije

Informativni list
„Zračenje kuhinje”



Ostali savjeti

Ljeti i zimi

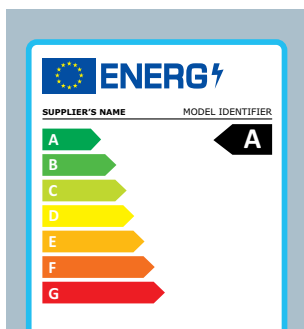


Nakon odsutnosti: isperite cijev za vodu

Voda koja dugo stoji u cijevima može postati ustajala ili potpuno nezdrava. Stoga: ako ste bili odsutni od kuće dulje od 3 dana, okrenite svaki ventil za vodu i pustite da voda curi iz slavine dok ne postigne konstantnu temperaturu. To vrijedi za toplu i hladnu vodu.

Dodatne informacije

Web-mjesto
Saveznog ureda za sigurnost hrane
i veterinarstvo (BLV) → sigurnost
vode za piće, tuširanje i kupanje



Kupujte energetski učinkovite uređaje

Pri kupnji novog elektroničkog uređaja isplati se obratiti pažnju na energetska naljepnica. Odaberite uređaje najvišeg razreda energetske učinkovitosti!

Dodatne informacije

Topten, www.newlabel.ch,
Energy Star, energetska naljepnica,
brošura „Energetska
učinkovitost u kućanstvu”



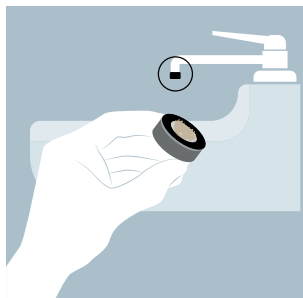
Isključite svjetlo u prostorijama kojima se ne koristite

Za najnovije LED žarulje potrebno je mnogo manje struje nego za električne žarulje. Stoga vrijedi: isključite svjetlo u prostorijama kojima se ne koristite.

Dodatne informacije

Brošura „Učinkovita
rasvjeta u kućanstvu”





Očistite filter za vodu

Ako se opskrba vodom prekine i zatim ponovno uspostavi, otpuštaju se mali dijelovi iz cijevi koji mogu začepiti filtre u ventilima za vodu. Stoga očistite filter za vodu nakon svakog prekida.

Dodatne informacije

Web-mjesto
hausinfo.ch



Očistite ili zamijenite filter kuhinjske nape

Svaka kuhinjska napa ima filter za ulja i masti. Provjerite ga 1 do 2 puta mjesečno i po potrebi ga očistite. Tada će kuhinjska napa ispravno funkcionirati. Nape za recirkulaciju imaju dodatni filter koji upija mirise. Potrebno ga je zamijeniti nakon određenog vremena. Točnije podatke o tome možete pronaći u priručniku uređaja.

Dodatne informacije

Informativni list
„Zračenje kuhinje”



Očistite filter za vodu perilice posuđa

Perilice posuđa sadržavaju filter koji uklanja grubu prljavštinu iz vode za ispiranje. Ako je filter začepljen, stroj više neće čistiti. Osim toga, u tom slučaju mogu nastati neugodni mirisi. Stoga očistite filter najmanje dvaput mjesečno.

Sadržaj donosi

Hochschule Luzern Technik & Architektur

Lucerne University of
Applied Sciences and Arts

**HOCHSCHULE
LUZERN**

Technik & Architektur
FH Zentralschweiz

Podržavaju

Hauseigentümerverband Schweiz

Minergie Schweiz

Stadt Zürich, Amt für Hochbauten

Faktor Journalisten AG

Keystone-SDA

EnergieSchweiz

Bundesamt für Energie BFE

Pulverstrasse 13

CH-3063 Ittigen

Postadresse: CH-3003 Bern

Infoline 0848 444 444

infoline.energieschweiz.ch

energieschweiz.ch

energieschweiz@bfe.admin.ch

twitter.com/energieschweiz

Distribucija:

bundespublikationen.admin.ch

Kataloški broj 805.116.SKB