

Hot συμβουλές για δροσιά το καλοκαίρι!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Image not found or type unknown

1. Προτιμάμε ανεμιστήρες οροφής. Ξοδεύουμε το 1/10 της ηλεκτρικής ενέργειας σε σχέση με τα κλιματιστικά και πετυχαίνουμε εξαιρετικά αποτελέσματα σε θερμοκρασίες έως 36-37ο βαθμούς Κελσίου.

2. Αν υπάρχουν στην οικογένεια μωρά ή ηλικιωμένοι και θεωρούμε ότι ο ανεμιστήρας δεν αρκεί, φροντίζουμε να επιλέξουμε κλιματιστικά με υψηλή ενεργειακή απόδοση (τουλάχιστον A++). Επίσης, παρεμβαίνουμε για περιορισμό της χρήσης του κλιματιστικού και βελτίωση της απόδοσής του:

Ρυθμίζουμε τον θερμοστάτη του κλιματιστικού πάντα πάνω από τους 26-27 βαθμούς

κελσίου. Είναι ανώφελο, ενεργοβόρο και ανθυγιεινό να προσπαθούμε να επιτύχουμε θερμοκρασίες βορείου πόλου τους καλοκαιρινούς μήνες.

Προβαίνουμε σε πλήρη συντήρηση των κλιματιστικών μας, συμπεριλαμβανομένης και της

εξωτερικής μονάδας κάθε χρόνο. Αυτό αφορά όχι μόνο την κατανάλωση ενέργειας, αλλά

πρωτίστως την υγεία μας!

Καθαρίζουμε μία φορά το μήνα τα φίλτρα του αέρα των συστημάτων κλιματιστικού σε

κρύο νερό και ξύδι για μία ώρα, επειδή μαζεύουν σκόνη, ακάρεα και βακτηρίδια.

Ρυθμίζουμε την κατεύθυνση του αέρα στα κλιματιστικά προς τα κάτω, αφού ο ζεστός

αέρας είναι ελαφρύτερος και κινείται με φυσικό τρόπο προς τα πάνω.

Δεν τοποθετούμε πηγές θερμότητας κοντά στο κλιματιστικό, διότι τοεπηρεάζουν

με αποτέλεσμα να δουλεύει περισσότερο του κανονικού.

□ Προσέχουμε ο ήλιος να μη χτυπάει την εξωτερική μονάδα γιατί έτσι το κλιματιστικό καταναλώνει περισσότερη ενέργεια χωρίς εμείς να ωφελούμαστε.

3. Αποφεύγουμε να χρησιμοποιούμε την κουζίνα τις μεσημεριανές ώρες ή/και όταν λειτουργεί το κλιματιστικό. Τις ζεστές μέρες του καλοκαιριού προτιμάμε να μαγειρεύουμε νωρίς το πρωί ή αργά το βράδυ.

4. Το καλοκαίρι, αερίζουμε τους χώρους του σπιτιού τις πρώτες πρωινές ώρες, όχι το μεσημέρι. Αν έχουμε παράθυρα που βλέπουν βορρά, προτιμάμε να ανοίγουμε αυτά. Όταν αερίζουμε τον χώρο εννοείται ότι θα πρέπει να έχουμε θέσει εκτός λειτουργίας το κλιματιστικό.

5. Το μεσημέρι είναι καλό να κλείνουμε τα παντζούρια ειδικά στα σημεία που χτυπάει ο ήλιος και μαζί με τα παντζούρια και τα παράθυρα.

6. Κατεβάζουμε τις τέντες όταν βγαίνει ο ήλιος και φροντίζουμε να τις ανεβάζουμε το βραδάκι για να μπορέσει να μπει στο σπίτι η δροσερή αύρα.

7. Χρησιμοποιούμε λαμπτήρες εξοικονόμησης ενέργειας ή ακόμα καλύτερα, λαμπτήρες led. Εκτός του ότι εξοικονομούν ενέργεια, εκπέμπουν λιγότερη θερμότητα στο σπίτι.

8. Αν έχουμε ζεσταθεί αρκετά, προτιμάμε να κάνουμε ένα σύντομο ντουζ. Είναι καλύτερο από ένα κλιματιστικό που λειτουργεί ασταμάτητα!

9. Αν δεν το έχουμε πράξει ήδη, φυτεύουμε φυλλοβόλα δέντρα στο σπίτι ή άλλα αναρριχόμενα φυτά. Τα φυλλοβόλα δέντρα εξασφαλίζουν σκίαση το καλοκαίρι, ενώ το χειμώνα επιτρέπουν την ηλιακή ακτινοβολία να εισέρχεται στο σπίτι και βελτιώνουν το μικροκλίμα του κτιρίου.

10. Τις ημέρες με καύσωνα αποφεύγουμε τις άσκοπες μετακινήσεις και κάνουμε νωρίς το πρωί ή αργά το απόγευμα τις εξωτερικές μας εργασίες. Πίνουμε πολύ νερό, ντυνόμαστε ελαφρά, κάνουμε συχνότερα ντους, φοράμε καπέλο ή χρησιμοποιούμε ομπρέλινο για τον ήλιο. Προσέχουμε ιδιαίτερα τους ηλικιωμένους, τα μικρά παιδιά και τους ανθρώπους με αναπνευστικά

προβλήματα,
φροντίζοντας κυρίως να μείνουν σπίτι, λαμβάνοντας τα μέτρα που αναφέραμε
παραπάνω.

Πηγή: kalyterizoi.gr