

## Hosszútávú rezsicsökkentés

ezeknek a BERUHÁZÁSOKNAK nagy szakirodalmi van, ÉRDEMES TÖBB MÓDSZERT MEGISMERNI, TÖBB VÁLLALKOZÁSTÓL AJÁNLATOT KÉRNI. Ezért csak felsoroljuk azokat a területeket, amelyeknek a cseréjével, felújításával, megvalósításával érdemes számolni, tervezni.

1. HÁSZZIGETELÉS: Otthona hőjének akár 30%-át is elveszítheti a rosszul szigetelt falakon és padlásokon keresztül, de egy jól szigetelt otthon megtartja a meleget és csökkenti az energiaszámláit. A HOMLOKZATI FALAK ÉS A PADLÁS hőszigetelése nemcsak családi házaknál, de a társasházaknál is fontos, érdemes a lakótársakkal erről egyeztetni. A NYÍLÁSZÁRÓK CSERÉJE IS ERŐSÍTI A JÓ SZIGETELÉST.

2. FŰTÉSKORSZERŰSÍTÉS: a legfontosabb alapelv, hogy a rendszer részei egymással összehangoltan legyenek megválasztva. A megfelelő energia termelő eszköz kiválasztása már megszabja, hogy milyen módon jut el az energia a helyszínre, és milyen eszközök adják le a hőt.

3. ENERGIATERMELŐ ESZKÖZÖK ki-

alakítása: hőszivattyús rendszerek, nap-elem, napkollektor telepítése

### 4. SZÜRKEVÍZ HASZNOSÍTÁS

## Tények

a globális energiaválságot NEM Oroszország Ukrajna ellen indított háborúja indította, a szomszédunkban zajló események csak tovább emelték a 2021 óta folyamatosan emelkedő árakat.

A kormány NEM fordított kellő figyelmet az energiahatékonyság, energiatudatosság erősítésére, így a lakosságot felkészületlenül érték a magas energiaárak.

Magyarország NEM erős bátyaként, hanem az EU leggyengébb láncszemékként áll a válság kellős közepén. Az inflációt nézve az egyik legrosszabb adat a magyar, az üzemanyag-ársapkák 2021 óta – azaz bőven az orosz-ukrán háború előtt –, a Ft értékvesztése pedig már 2010 óta folyamatos.

A legtöbb EU tagállammal ellentétben, a magyar kormány NEM tájékoztatja a magyar embereket az energiamegtakarítás formáiról, NEM indít információs kampányt, és NEM vállal felelősséget korábbi rossz döntéseikért. Hanem mindenért „Brüsszelt” és a szankciókat hibáztatja.

Energiatakarékossági különszám

2022. (VI. évfolyam) | 2022. október 24.

# NYOMTASS TE IS!

Hírek, amelyek eddig nem juthattak el mindenkihez

Pártoktól független hetilap

## Energiatakarékosság – energiaválság idején



2022. február 24-e mindnyájunk számára fekete nap – háború kezdődött Európa két országa között. Mivel az azt követő időszakban az események felgyorsultak, így sokunkban szinte összemosódik az érezhető megugrott energiaár és a háború hatása, pedig ezt a két eseményt érdemes szétválasztani ahhoz, hogy megértsük a körülöttünk most zajló világot, és képesek legyünk új utakat találni a mindennapjaink normális folytatásához.

Energiaválság valójában azt jelentené, hogy a források kifogytak, új alapanyagok után kell kutatni, ha a mostani életszínvonalunkat tovább akarjuk folytatni. Márpedig ki ne akarna télen fűtött szobában tv-t vagy videót nézni egy forró kávé mellett, tudva azt, hogy ezt holnap is megteheti. Nos, a jó hír, hogy nem fogytak ki a készletek, a rossz hír, hogy a készletek eladását manipulálják, így jutunk mi a gázhoz és az áramhoz az előállítás költségeik többszörösén. Ez olyan folyamat, ami csak akkor konszolidálható, ha az energiatartékosságunkat megszüntetjük,

de legalábbis minimálisra csökkentjük és más megoldásokat vonunk be.

Utánanéztünk a minket sújtó ügynevezett energia válság okainak, de ettől még a magas rezsizámlákat meg fogjuk kapni.

A 2021 közepén kirobbant globális energiaválság jelentős hatást gyakorol a hétköznapokra, így a háztartások energiaszámláira is. A válság kiváltó okai közt kitüntetett szerepe van a koronavírus-járvány utáni megugró keresletnek, az ellátásban fellépő zavaroknak, a szaúdi-amerikai orosz energiaár-háborúnak, és 2022 február óta, Oroszország Ukrajna ellen vívott

Felelős Állampolgárok Köre



www.fak.hu

A Nyomtasz te is! pártoktól független közösségi hetilap és mozgalom.  
Célja: valódi híreket vinni azoknak, akikhez nem jutnak el a hiteles információk.  
**LEGYÜNK MINÉL TÖBBEN TERJESZTŐK ÉS/VAGY TÁMOGATÓK!**

Magnetbank 16200223-10026139-00000000  
nyomtassteis.hu/jelentkezés/ | nyomtassteis.hu/tamogatas/

Kiadja: eDemokrácia Műhely Egyesület  
Székhely: 1097 Budapest, Drégely u. 11-19.  
Főszerkesztő: L. László János  
Kapcsolat: nyomtassteis@nyomtassteis.hu



nyomtassteis.hu Innen töltheti le a lapszámokat

háborújának is – melyek a nemzetközi piacokra árfelhajtó erőt, ezen keresztül pedig a háztartások rezsiterheinek növekedését jelentik.

## Európai törekvések

európa külső energiaforrásoktól való függése különösen sebezhetővé teszi az Európai Unió tagállamait. Így, az EU 2012 óta több energiahatékonyságot javító, a fenntarthatóságot előtérbe helyező, és így energia- és költségmegtakarítást célzó programot kezdeményezett. Emellett, a tagállamok kormányai számos információs kampányt indítottak, igyekeztek a lakossági energiatudatosságot formálni, javítani a lakosság és a vállalkozások energiahatékonyságát, valamint energiamegtakarítási ötletekkel segíteni az emberek mindennapi életét.

## Európai eredmények

Ennek eredményeként az európai lakosság energiatudatossága jelentősen fejlődött, energiahatékonyság javult, alternatív beszerzési útvonalak nyíltak, csökkent az egyoldalú függőség és korábban tartható az energiaszámlák emelkedése. Ráadásul, több Európai Unió tagállam közvetlen anyagi támogatást is nyújt a háztartásoknak, így mind az ingatlanok korszerűsítésben, mind a megnövekedett számlák kifizetésében támaszkodhatnak az állami segítségére.

## Magyarországi törekvések

a kormány az utóbbi években más utat járt, és bár forrás lett volna rá, nem segítette a lakóépületek energetikai korszerűsítését. Ráadásul a rezsicsökkentés illúziójával egyfelől hosszú ideig a piaci árnál is magasabb számlákat fizettetett a lakossággal, másfelől nem ösztönözte hatékonyabb energiafelhasználásra

az embereket. Sőt, egyenesen az európai energiatakarékos megoldások ellen emelt szót.

## Magyar eredmények

az uniós források elköttyavetyélése rendkívüli módon kiszolgáltatottá tette az energiaárak változásának a költségvetést, ezen keresztül a magyar háztartásokat is, s ez a megugró költségek miatt megélhetési- és szociális válságot idéz elő. A kiszámíthatatlan gazdaságpolitika miatt a forint értékvesztése messze meghaladja a régiós valutáét. Ami így további áremelkedést, ezzel együtt pedig rezsiemelkedést is okoz.

Emellett, miután az elmúlt évtizedben nemcsak az uniós források energiahatékonyság növelésre való fordítása, de még a lakosság energiatudatosságának formálása, az energiafelhasználás hatékonyságával összefüggő tájékoztatása is elmaradt, így a magyar háztartások az egyik legsérülékenyebbek az Európai Unióban.

## Összehasonlítás

a gazdagabb Európai Unió államokhoz képest rendkívül alacsony magyar bérek (vásárlóerő paritáson számolt elköltendő jövedelemben már Románia is előzi Magyarországot) miatt az energiaárak emelkedése jóval nagyobb terhet jelent a magyar lakosság számára, mint a gazdaságilag fejlettebb régiók lakóinak. Emellett a vágató infláció, forintgyengülés, államháztartási hiány, és az orosz energiaforrásoknak való egyoldalú kitettség is fokozza a válság tüneteit.

Mivel több más tagállammal szemben, a magyar kormány nem tájékoztatja a lakosságot az energiamegtakarítási lehetőségekről, az alábbi javaslatok, azon Európai Unió kormányok szakmai

anyagaiból válogatnak, melyek az elmúlt években több körben, számos formában indítottak információs kampányt a témában.

## Rövidtávú rezsicsökkentés

néhány tipp, hogy miként tudjuk csökkenteni a rezsiszámlánkat, illetve javítani a komfortérzetünket:

### 1. TUDATOS odafigyelés:

- A készenlétben hagyott háztartási gépek akkor is áramot fogyasztanak, ha nincsenek használatban. KAPCSOLJA KI készülékeit a falnál, amikor nem használja őket, PL. LAPTOP, JÁTÉKKONZOL, MOBILTÖLTŐ.

- CSÖKKENTSE A FŰTÉST EGY FOKKAL, és 6%-kal csökken a fogyasztása.

- ÁLLÍTSA BE A VÍZMELEGÍTÉST 65 °C-ról az időjárásnak megfelelően 50-55 °C -ra.

- TARTSA TÁVOL A FÜGGÖNYÖKET a radiátoroktól, hogy elősegítse a meleg levegő jó keringését.

- ÁLLÍTSA BE A FŰTÉST ÉS A MELEG VIZET a napi rutinjához igazodó ütemterv szerint. Használjon fűtési időzítőt – a radiátorok egy ideig fűtik otthonát a fűtés kikapcsolása után, tehát kapcsolja be a fűtést 30 perccel azelőtt, hogy szüksége lenne rá, és kapcsolja ki 30 perccel korábban, mielőtt kimenne.

- KONYHÁBAN csak a főzéshez vagy forró italok készítéséhez szükséges víz melegítse fel. Ha lehetséges, a sütő helyett használjon mikrohullámú sütőt, légkeveréses sütőt. Igazítsa a serpenyő méretét a főzőlapon lévő égőhöz és főzés közben fedje le az ételt. Csak akkor használja a mosogatógépet, ha az megtelt.

- A HŰTŐT állítsa be 3 és 5 °C közé, a fagyasztót pedig -18 °C-ra. Ne tegye ki

közvetlen napfénynek vagy hőt termelő készülékeknek. Tartsa pormentesen és 10 cm távolságra a faltól. Győződjön meg arról, hogy az étel kihűlt, mielőtt a hűtőbe helyezi.

- A RUHÁK MOSÁSAKOR KERÜLJE az előmosást, és lehetőség szerint mossa ki a ruháit 30 °C-on. Környezetbarát programmal 30%-ot takaríthat meg az energiafelhasználáson, a ruha mennyiségnek megfelelő programot használjon.

- A szárítógép az egyik legdrágább készülék otthonunkban, óránként körülbelül 2,5 kilowattot (kWh) fogyaszt, ezért használja takarékosan.

- EGY ÖT PERCES ZUHANYOZÁS 20%-kal kevesebb energiát használ, mint a kádfürdőzés.

- Továbbra is fontos a rendszeres SZELLŐZTETÉS.

- Lakásfestéskor tudatosan használja a meleg és a hideg színeket, ezek a hőérzetet befolyásolják.

### 2. KIS ÖSSZEGŰ beruházás:

- A RADIÁTOROK MÖGÉ RAGASSZON FEL A FALRA HÖVISSZAVERŐ ALUFÓLIÁT, ez megakadályozza, hogy a fal elnyelje a termelt hő egy részét.

- VÁLTSON energiatakarékos izzókra!
- ÖNTAPADÓS ajtó- és ablakszigetelő gumicsik felragasztása

- A GÁZKAZÁNT RENDSZERESEN ELLENŐRIZTESSE, SZERVIZELTESSE regisztrált gázszerelővel, így biztonságos és hatékony fűtést ér el otthonában.

- A lakást BELÜLRŐL is tudja több fajta HŐSZIGETELŐ TAPÉTÁS panellel melegebbé tenni. A hőszigetelő tapéták, tapétás panelek házilag könnyen felragaszthatóak a falra, mennyezetre egyaránt.