

## Совети за заштеда на енергија во домот

Еден од начините за заштеда на енергија е употребата на светилки за заштеда на енергија или LED светилки тела. Важно е да се напомене дека честото вклучување и исклучување на овие светилки го намалува нивниот животен век.

Во случај да не го користите радиото или телевизорот, препорачливо е да ги изгасите од кичмочто за исклучување заместо само од далечинскиот управувач. Ова ќе ви заштеди пари, затоа што секоја година давате околу 40 лева за електрична енергија само затој што сте го исклучиле телевизорот само од далечинскиот управувач.

Кога станува збор за затоплување и проветрување, добро е да се знае дека не е препорачуван континуирано проветрување на просториите. Во тој момент налегува премногу топол воздух, а влегува малку свеж воздух во собата. Краткото отворање на прозорецот е поефикасно. Во исто време, пожелено е некаде да се намали температурата на грежните тела за неколку степени. За да заштедите енергија би било добро вратите на просториите во куката добро да се затвараат.

За да заштедите енергија, фурната треба да се вклучува предвреме само во некои вонредни ситуации. Исто така, добро би било големината на решетот за готвење да биде иста како и садот за готвење. На тој начин, топлината ќе се презема најефикасно. Исто така, можете да го искушите решетот уште пред да се достигне точката на варење. Така, ќе ја искористите топлината што останува за да го довршиште готвењето. Исто така, можете да заштедите енергија, а и пари ако за кафето најтуро користите кафе машина. Така ќе потрошите до 50% помалку енергија во случај на користење на решета за готвење. До 25% енергија може да заштедите ако користите фритез за наместо електричен шпорет. До 50% енергија може да заштедите доколку користите мал самовар за варење јајце, отколку да користите тенџере.

При перење на облека би требало да го користите полниот квалитет на машината за перење на облека. Пред тоа можете да ја исперете само облеката која е премногу извалидана. Кратките програми за перење трошат повеќе енергија и вода од долгите. Во случај да користите сушила за облека, најдобро е да ја оставите вашата облека однапред да помине низ центрифугата во машината за перење на облека. Ставете ја целата облека во сушилата за облека. Пуштањето на машината на двапати не потрошат околу 30% повеќе енергија отколку ако се пушти само единш.

## Заштеда на природни ресурси во домот

При капење, препорачливо е да се истушите заместо да ја пополните кадата. За да пополните една када од 140-180 литри вода, ќе искористите повеќе енергија отколку да користите туш одколку 5 минути.

Флиџидерите и замрзнувачите во домот не треба да се поставуваат во близина на некое грежно тело. Вратата на замрзнувачот секогаш треба да биде затворена целосно. Во спротивно, тој ќе се размрзне и целата храна внатре ќе се расипи, а од друга страна ќе потроши многу енергија за да ја достigne оптималната температура за чување на храна и пијалак. Ако вратите на флиџидерот и замрзнувачот имаат и најмана дефект, тогаш се препорачува истиот да ги замените. Замрзнувачот треба почисто да го размрзнуваате со претходно вадење на целата храна и пијалак. Почекото размрзнување на замрзнувачот придонесува за заштеда на енергија.

Вашниот дом може да заштеди енергија ако го реновирате. Овој процес вклучува замена на хидронзолацијата, заштита на системот за греење, промена на стоплардите, поставување на топлиска изолација и други. Самите процеси на обнова на аградата придонесуваат за продолжување на животот на аградата. Аградата станува многу поудобно место за живеење. Исто така, станува многу пооптормана на надворешните влијанија, како што се ладно, доколку или сончева светлина. Аградата ја задржува топлината додека е ладно надвор, заштедувајќи енергија и пари за повторно загревање на просториите. Во текот на летото, кога температурите се високи, обновените објекти ја задржуваат свежината. Генерално, обновувањето значително придонесува за намалување на трошоците за топлина и енергија.

За подобрување на енергетската ефикасност на објектот, придонесува и замената на електричните системи, замената на вододводната инсталација, а, исто така, и замената на прозорците. На пример, ако во домот по секој милијард поставите комбинации чешми (топло-ладно), по потрошите помалку вода; отколку ако во милијардите имате чешми со посебни затврти за топла и ладна вода. Заштеда на природни ресурси во домот



Interreg - IPA CBC  
CCI 2014TC16I5CB006



СВ006.1.11.173

ИНСТАЛИРАЊЕ НА ОБНОВЛИВИ ЕНЕРГЕТСКИ ИЗВОРИ И ПОДОБРУВАЊЕ  
НА ЕНЕРГЕТСКАТА ЕФИКАСНОСТ



*Брошура за игри*

The project is co-funded by EU through the Interreg-IPA CBC Bulgaria-the former Yugoslav Republic of Macedonia Programme

Проектът е съфинансиран от Европейски съюз чрез Програма Интеррег-ИПП за трансгранично сътрудничество  
България – Еница Югославска Република Македония

Проектот е кофинансиран од страна на Европската Унија преку Интеррег-ИПП Програмата  
за прекугранична съпътстване, CCI №: 2014TC16I5CB006.

## Брошура за игри

# Како да бидеме енергетски ефикасни?



Interreg - IPA CBC  
CCI 2014TC16I5CB006



## Како да бидеме енергетски ефикасни по дома?

Одличен начин за заштеда на енергија по дома е со користење на светилки за заштеда на енергија или LED светилки. Тие се малку посакапи од обичните светилки, но можат значително да ја намалат потрошувачката на енергија. Важно е да не се прават чести вклучувања и исклучувања на светилките, бидејќи тоа може да го скрати рокот на траење.

Често пати едноставните решенија се многу ефикасни. Ова исто така важи и за греене на домот за време на зимата. Кога доаѓаат студените месеци, секој од нас сака да биде на топло. За да бидеме стоплени по дома, нашите родители користат климатизери, печки и парно. Дали знаете како да заштедите енергија и пари од греене? Кога ќе се вратите дома од училиште и вашата соба е студена, можете само да облечете џемпер или дебела блуза, наместо да го вклучувате парното или климатизацијата до максимум.

Кога треба да се испере облеката, ние често ја користиме машината за перење за оваа намена. Кога не е полна и ние ја пуштаме, таа потрошува многу повеќе енергија. Важно е да се користи машината за перење само кога е полна. Ако машината за перење дома собира 6 килограми облека, тогаш треба да ја пуштиме само кога ќе ја наполниме со 6 килограми облека. Ист е случајот и со машината за перење садови. Доколку дома имаме таква, тогаш ја пуштаме само кога е полна. Така ќе заштедиме енергија, а со тоа ќе се намалат и трошоците за електрична енергија по дома.



*Брошура за игри*

# Како да бидеме енергетски ефикасни?



Interreg - IPA CBC  
CCI 2014TC1615CB006



*Како да бидеме  
енергетски  
ефикасни  
по дома?*

Одличен начин за заштеда на енергија по дома е со користење на светилки за заштеда на енергија или LED светилки. Тие се малку поскапи од обичните светилки, но можат значително да ја намалат потрошувачката на енергија. Важно е да не се прават чести вклучувања и исклучувања на светилките, бидејќи тоа може да го скрати рокот на траење.

Често пати едноставните решенија се многу ефикасни. Ова исто така важи и за греене на домот за време на зимата. Кога доаѓаат студените месеци, секој од нас сака да биде на топло. За да бидеме стоплени по дома, нашите родители користат климатизери, печки и парно. Дали знаете како да заштедите енергија и пари од греене? Кога ќе се вратите дома од училиште и вашата соба е студена, можете само да облечете џемпер или дебела блуза, наместо да го вклучувате парното или климатизацијата до максимум.

Кога треба да се испере облеката, ние често ја користиме машината за перење за оваа намена. Кога не е полна и ние ја пуштаме, таа потрошува многу повеќе енергија. Важно е да се користи машината за перење само кога е полна. Ако машината за перење дома собира 6 килограми облека, тогаш треба да ја пуштиме само кога ќе ја наполниме со 6 килограми облека. Ист е случајот и со машината за перење садови. Доколку дома имаме таква, тогаш ја пуштаме само кога е полна. Така ќе заштедиме енергија, а со тоа ќе се намалат и трошоците за електрична енергија по дома.





## Како да бидеме енергетски ефекасни по дома?

Важно е да го изгасите телевизорот од колчето на самиот телевизор кога не го гледаме. Малку познат факт е дека ако го изгасиме телевизорот само од далечинскиот управувач, тоа ќе не чини околу 40 лева годишно. Апаратот користи електрична енергија за да свети црвената сијаличка, што покажува дека телевизорот е изгасен само од далечинскиот управувач.

За да ги користите топлинските уреди најдобро што можете, обидете се да не го ставите топлинскиот уред во близина на други предмети или завеси. Така тие нема да ја апсорбираат топлината што ја дава уредот.

За да подгответе вечера побрзо, вие ќе користите шпорет или тенџере за готвење. Тоа што можете да го направите за да заштедите енергија при готвење е, на пример, да користите загреана фурна само во итни ситуации.

Друг трик за да заштедите пари по дома е да поставите сад врз тенџерето, по дијаметар еднаков на тенџерето за готвење. Значи, тавата или шпоретот ќе се загреат што е можно побрзо, и ова ќе ви заштеди време од една страна, а од друга, електрична енергија.

Исто така, можете да ја користите преостанатата топлина од тенџерето за готвење кога сакате да варите компир. Нема потреба да го гасите тенџерето за готвење дури кога компирите ќе се сварат. Можете да го направите ова неколку минути порано.

Оваа навидум мала работа ќе заштеди многу пари на вашите родители за една година.



## Како да бидеме енергетски ефекасни по дома?

Кога сакате да пржите месо, добро е да користите тава. Специјалните садови за подготвока на храна поставени во микробранова печка бараат повеќе енергија во исто време и да бидат вклучени на максимум за да бидат загреани.

Ако сакате да пржите компир и се двоумите дали да користите фритеза или тенџере за готвење, тогаш дефинитивно користете фритеза. Фритезата може да му заштеди на вашето домакинство до 25% енергија.

Штедете ја водата. Ова е навика која може да се стекне во раната фаза од животот и може да ни биде од корист во текот на целиот живот. Зајдедата на вода може да ги намали нашите сметки за вода. Во исто време, недостатокот од вода за пиење се чувствува сè повеќе и повеќе во последните години. Ако ја намалиме нејзината потрошувачка, тоа би влијаело позитивно врз целата планета. Можете да заштедите вода со тоа што ќе ја сопирате водата додека ги чистите забите. Обично луѓето ја оставаат чешмата датече додека ги мијат забите.

Можете да заштедите вода и кога го миете зеленчукот. Наполнете го садот со вода и измијте ја зелената салата, доматите или компирот во него. Вие не треба да го миете зеленчукот постојано под текна вода.

Слично е и прашањето во врска со заштеда на електричната енергија. Кога не користите електричен уред, најдобро е да го исклучите. Електро уредите кои не се исклучени користат многу електрична енергија. Ова се одразува и на паричникот.





Обновлива енергија ја нарекуваме онаа енергија која ја добиваме од извори кои се сметаат за неисцрпни или оние што природно се обновуваат. Во категоријата на овие извори се сонцето, ветрот, геотермалните извори, плимата на морињата и океаните, дождот. Ајде внимателно да го разгледаме секој од овие извори на обновлива енергија:

#### **Ветер и турбини на ветер.**

Употребата на воздушните струи за придвижување на турбините на ветер станува сè позастапено во целиот свет. Турбините придвижувани од воздушните струи се одличен извор за добивање на електрична енергија, како за домаќинствата, така и за индустријата. Во зависност од тоа за каков вид на индустрија се работи, моќноста на турбината се разликува. Низ целиот свет се прават големи фарми ветерници. Како најпосакувани места за нивната изградба се високите места или по бреговите на морето. Таму воздушните струи се најсилни и постојани.

#### **Сонцето**

Енергијата добиена од сонцето е онаа енергија која што се добива од сончевите зраци. Оваа енергија може да се користи за добивање на електрична енергија од соларни панели, создавање на водород, затоплување на згради, па, дури и за загревање на храна со користење на соларни фурни.



#### **Енергија од вода**

Енергијата од вода, исто така, се користи за производство на електрична енергија. Водата е подобар извор на енергија од ветерот. Тоа е така бидејќи водата е 800 пати погуста од ветерот. Во оваа ситуација, дури и еден поток може да создаде голема количина на енергија. Хидроелектраните се користат за претворање на кинетичката енергија на водата во електрична енергија. Речиси секоја земја во светот има река или море / океан. Ова значи дека користењето на реките и малите брани имаат големо значење за општеството. Богатството на водата за пиење е огромно. Освен за добивање на електричната енергија, водата може да се користи и за риболов, рибно стопанство, наводнување, пиење, и како таква има големо значење за зачувување на животната средина.

Ако замислим колку енергија може да се генерира само од еден мал поток, замислете колку се моќни морињата и океаните. Некои електрични централи ја користат оваа енергија. Овие електрани се поделени во три вида. Денес постојат електрични централи кои ја користат моќта на брановите. Приливни електрани. Тие создаваат бариери и го користат зголемувањето и намалувањето на нивото на водата за да произведат електрична енергија. Исто така, постојат и електрани кои ги користат морските струи за да произведат електрична енергија.





### КРСТОЗБОР 1

- 1 – Моќност, перформанси, сила, електрична...
- 2 – Нешто што дишеме
- 3 – Тип на извор на енергија што не ја загадува животната средина
- 4 – Нешто од кое што врне дожд
- 5 – Почва, планета
- 6 – Движење на воздушните струи
- 7 – Слој на гасови што го обвива небесно тело / планета.



## КРСТОЗБОР 2

- 1 – Нешто што се користи во Хидроцентрала (Ротор)
- 2 - Движење на елементарните честички кои се дел од производството на електрична енергија
- 3 - Звезда која дава топлина и светлина
- 4 - Наука, која што ја истражува интеракцијата помеѓу организмите
- 5 - Дел од ветерница



НАЈДЕТЕ ГИ ЗБОРОВИТЕ ВО СВЕТИЛКАТА



Продолжи и исечи



# Енергетски диск



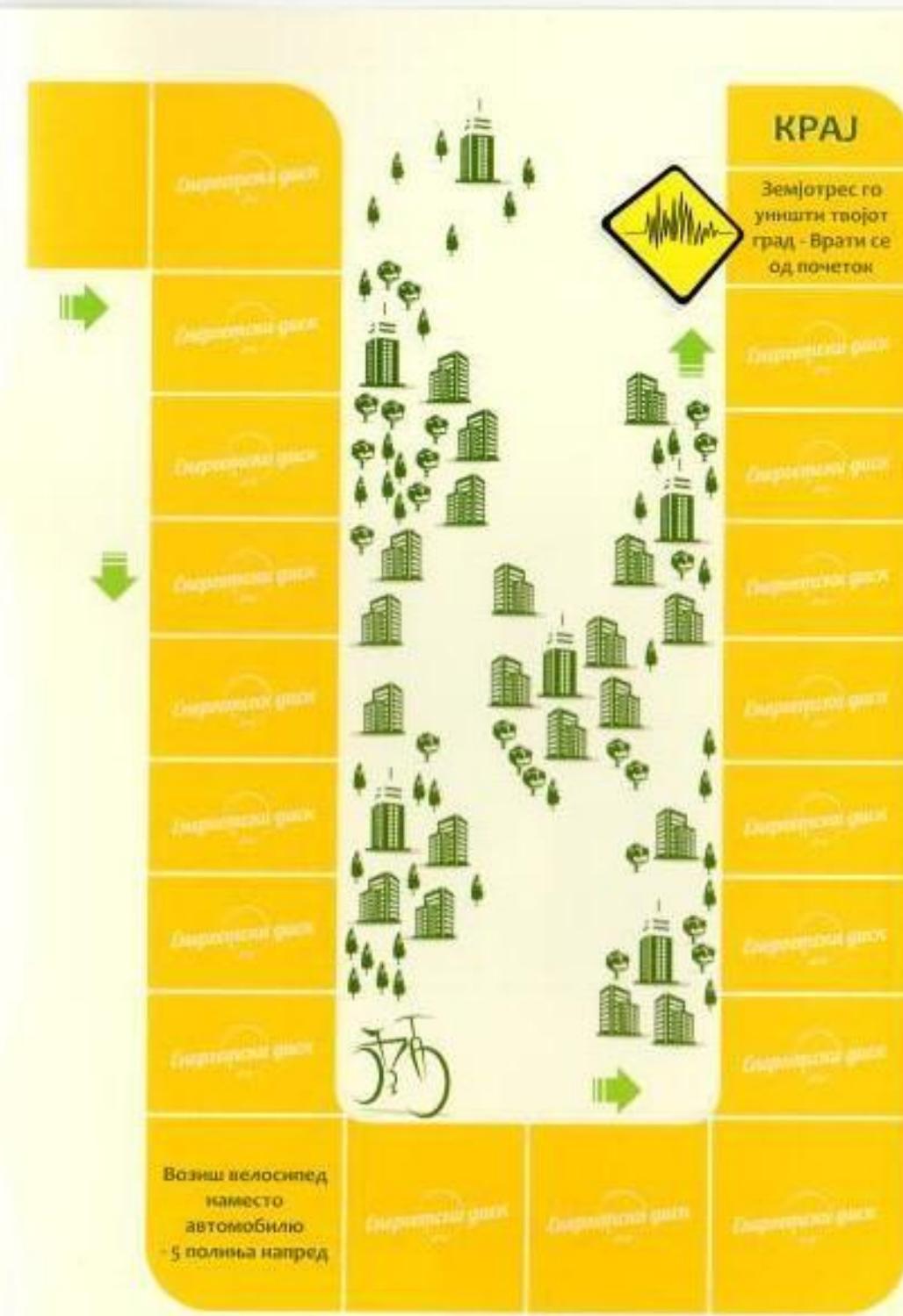
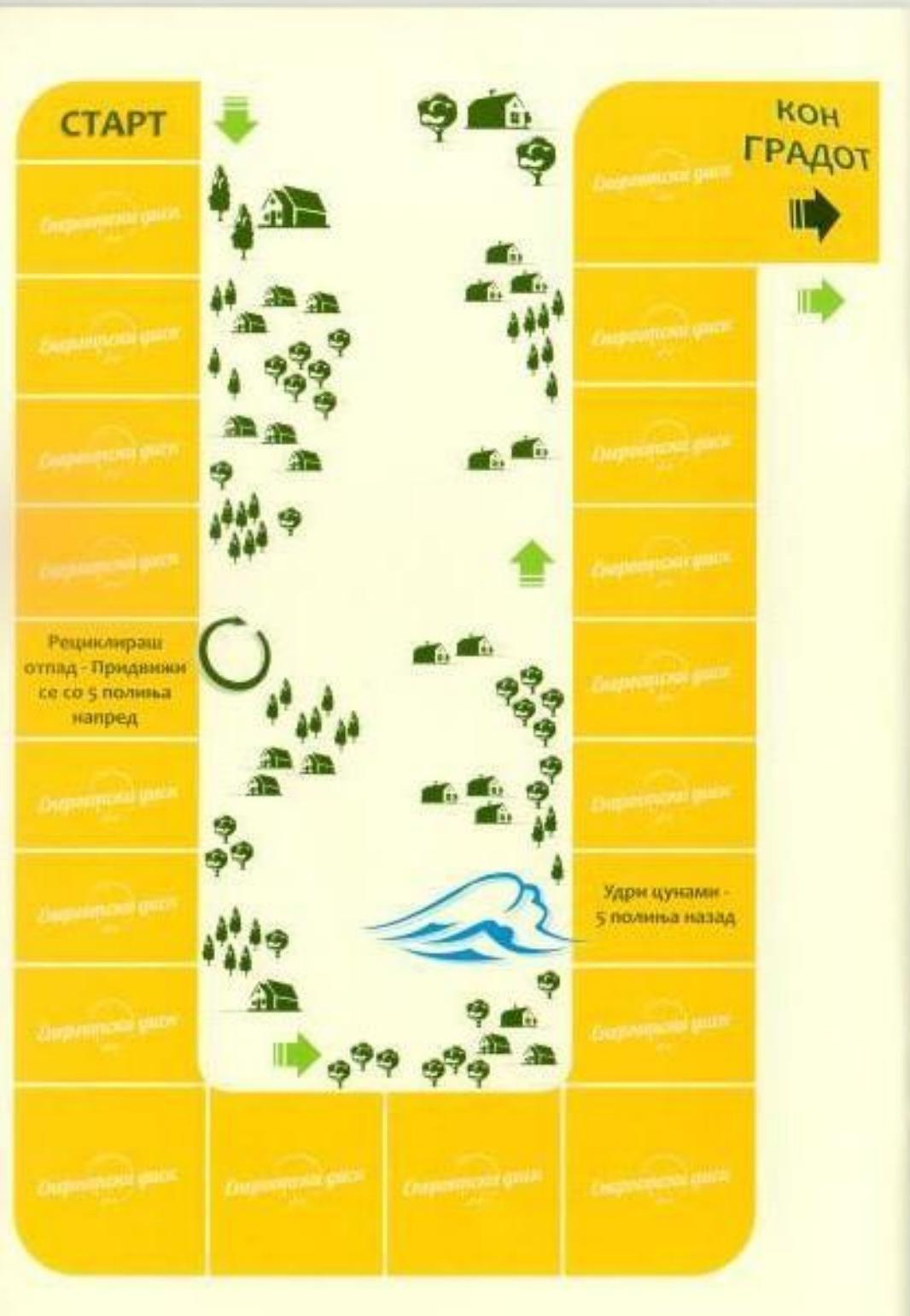
# Енергетски диск

## ПРАВИЛА

- 1 - Изрежете го енергетскиот диск од страница 4.
- 2 - Секој учесник мора да има молив, хартија и мала фигура, различна од таа на другите учесници, која ќе ја поместува во полето за играње.
- 3 - Прв игра најголемиот од учесниците. Редоследот на другите играчи се одредува според нивната возраст (од најголемите до најмалите).
- 4 - Ставете стегач на врвот на моливот, а врвот на моливот ставете го во црвената точка на енергетскиот диск.
- 5 - Завртете го стегачот. Кога ќе престане да се врти, прочитајте го текстот во полето, што го покажува стегачот.
- 6 - Ако дејството описано во полето има позитивен ефект врз енергетската ефикасност, придвижете ја вашата фигура со 2 полина напред. Ако текстот во полето има негативен ефект врз енергетската ефикасност, поместете ја фигурата со 1 поле назад.
- 7 - Ако наидете на полето „Изненадување“, следете ги упатствата за тоа.
- 8 - Победникот е играчот кој прв ќе стигне до полето „Крај“.

## ПОЛЕ „ИЗНЕНАДУВАЊЕ“

- 1 - Рециклирај го отпадот - Придвижи се со 5 полина напред
- 2 - Удри цунами - 5 полина назад
- 3 - Возиш велосипед наместо автомобил - 3 полина напред
- 4 - Земјотрес го уништи твојот град - Врати се од почеток





This printed material has been produced with the assistance of the European Union through the Interreg-IPA CBC Bulgaria - the former Yugoslav Republic of Macedonia Programme, CCI No 2014TC16I5CB006. The contents of this material are the sole responsibility of Municipality of Strumyani and can in no way be taken to reflect the views of the European Union or the Managing Authority of the Programme.

Този печатен материал е направен с подкрепата на Европейския съюз, чрез Програма Интеррег-ИПП за трансгранично сътрудничество България - Бивша Югославска Република Македония, CCI No 2014TC16I5CB006. Съдържанието на материала е отговорност единствено на Община Струмјани и по никакъв начин не трябва да се възприема като израз на становището на Европейския съюз или на Управляващия орган на Програмата.

Овој печатен материјал е направен со помош на Европската Унија преку Интеррег-ИПП Програмата за прекуграницна соработка, CCI No 2014TC16I5CB006. Содржината на овој материјал е одговорност единствено на Општина Струмјани и на никаков начин не треба да се толкува како став на Европската Унија или на Управувачкиот орган на Програмата.