

NA JASNOM JEZIKU

# SAVETI ZA UŠTEDU ENERGIJE

VODIČ



Zahvaljujemo članovima udruženja  
„Na pola puta" iz Pančeva.  
Kontrolu razumljivosti vođiča izvršili su:

Danica Maksimović  
Lazar Sretenović  
Batul Nikačević Hasci Jare



© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe.  
More information at  
[www.inclusion-europe.eu/easy-to-read](http://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read)

**Na jasnom jeziku** znači da je tekst razumljiv i pristupačan svima, bez obzira na intelektualne sposobnosti ili druge prepreke u razumevanju.





## Kako da štediš na grejanju



Grejanje može da bude vrlo skupo. Kada se smanji grejanje, može da se uštedi novac i energija.



Treba da paziš na temperaturu u prostoriji. Temperaturu meriš instrumentom koji se zove termometar.



U spavaćoj sobi dovoljna temperatura je između 16 i 18 stepeni. U ostalim sobama dovoljna temperatura je 19 stepeni.

Kada nema nikog u prostoriji, grejanje treba da se smanji ili ugasi.

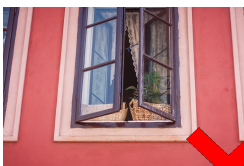


## Kako da štediš na grejanju



Tokom zime, noću spusti roletne ili zatvori kapke na prozorima. Tako će se prozori i prostorija sporije hladiti.

Udalji nameštaj od radijatora. Tako će soba biti toplija.



Važno je provetravati prostoriju. Ako se prozori stalno drže otvoreni, troši se mnogo energije.



Prostorije treba provetravati povremeno, otvaranjem celog prozora do kraja.

Svi prozori se otvaraju na kratko. Dovoljno je 5 minuta.

Stan ili kuću treba provetravati svaki dan.



## Kako da štediš na pranju veša



Odeću treba prati kada je to potrebno.



Nije potrebno često prati veš u veš mašini na 60 stepeni.

Mnogi komadi odeće se peru u veš mašini na 30 ili 40 stepeni.

Na svakom komadu odeće piše, na koliko stepeni se pere.



**Beli veš** se pere na 60 stepeni.

**Beli veš** su posteljine, peškiri, donji veš, bele majice, krpe.



Neke mašine za veš imaju **ECO program**.

**ECO** znači ekološki.

**ECO program** često traje duže.

**ECO program** troši manje struje i vode.

Najbolje je prati veš na niskoj temperaturi i uključivanjem **ECO programa**.



## Kako da štediš na pranju veša



Treba da uključiš veš mašinu, tek kada je puna prijavog veša. Poluprazna mašina troši istu količinu energije kao i puna.



Koristi veću brzinu rada **centrifuge** za pranje veša.

**Centrifuga** je deo koji se okreće u veš mašini.

Tako opran veš se suši brže.



Mašine za sušenje veša troše mnogo energije.

Bolje je sušiti veš na sušilici za veš.



Sušilicu za veš drži u sobi koja je toplija.

Kada je toplo vreme, veš suši napolju.



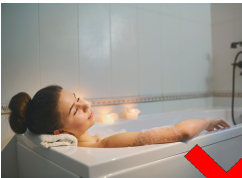


## Kako da štediš u kupatilu



Ako se dugo tuširaš,  
trošiš mnogo tople vode i struje.

Najbolje je tuširati se brzo.  
Ne koristi previše vrelu vodu za tuširanje.



Dok se sapunjaš, zatvori vodu.  
Ako se kupaš u punoj kadi,  
troši se velika količina vode i struje.  
Tuširanje je jeftinije.



Zatvori slavinu dok se umivaš  
ili dok pereš zube.  
Popravi slavine na kojima curi voda.  
Popravi vodokotlić ako iz njega curi voda.



## Kako da štediš u kuhinji

Koristi električno kuvalo  
za zagrevanje vode.  
Kuvale troši manje struje od šporeta.



Na primer kada kuvaš jaja ili kafu,  
vodu zagrej prvo u kuvalu.  
Sipaj iz kuvale vrelu vodu u šerpu  
i tek onda uključi šporet.



Prilagodi veličinu tiganja ili šerpe  
sa količinom hrane koju želiš da spremiš.  
Veća šerpa ili tiganj troše više struje.



Veličina šerpe i tiganja treba da odgovara  
veličini ringle na šporetu.  
Poklopac treba da odgovara veličini šerpe.



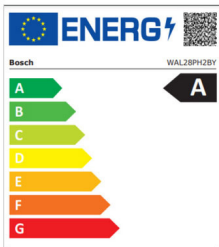
## Kako da štediš u kuhinji



Isključi rernu 10 minuta pre kraja pečenja. Temperatura u rerni će ostati ista, a hrana će se ispeći do kraja.



Koristi keramičke ili staklene posude za pečenje u rerni. Metalne posude brže gube energiju.



Prilikom kupovine uređaja ako imaš dovoljno novca kupuj uređaje koji troše manje struje.

Najmanje struje troše uređaji sa oznakom A. Najviše struje troše uređaji sa oznakom G.



# Kako da štediš u kuhinji

## Saveti za mašinu za pranje sudova



Više vode se troši pranjem sudova ručno.  
Manje vode se troši pranjem u mašini  
za pranje sudova.



Mašinu uključi tek kada je skroz puna  
sudovima.

Koristi **ECO program** za štednju.  
**ECO program** za štednju troši  
manje vode i struje.



Ako ručno pereš sudove,  
napuni činiju ili sudoperu  
sa vodom za pranje.

Slavina iz koje stalno teče voda  
troši više tople vode i struje.



# Kako da štediš u kuhinji

## Saveti za korišćenje frižidera



Frižider ne treba da stoji pored rerne ili šporeta.

Temperatura u frižideru treba da bude 4 stepena. Na nižim temperaturama troši se mnogo struje.



Vrelu hranu ne stavljaš u frižider. Tako se troši mnogo struje. Hranu prvo ostavi da se ohladi.

Frižider uvek otvori samo na kratko. Frižider troši više struje ako se vrata često otvaraju.

Očisti višak leda iz frižidera i zamrzivača.



# Kako da štediš sa hranom



Radnje često prodaju namirnice po sniženim cenama.

Raspitaj se kod prodavca da li prodaju takve namirnice.



Kupuj samo ono što ti je stvarno potrebno. Napravi spisak namirnica pre kupovine.



Na različite načine ostaci namirnica mogu se ponovo upotrebiti.

Na primer, ostaci namirnica su dobri za zemlju u kojoj se gaji cveće ili povrće.



# Kako da štediš sa električnim uređajima

Televizori i kompjuteri su često podešeni na režim mirovanja.



Režim mirovanja se zove **stand by** režim.

**Stand by** režim znači:

Uređaji nisu uključeni,  
ali nisu ni potpuno isključeni.



U režimu mirovanja se bespotrebno troši struja.

Bolje je u potpunosti isključiti uređaj.



Ugasite televizor ili radio ako ga ne slušate i ne gledate.



## Kako da štediš sa električnim uređajima



Mobilni telefon punite dok se ne napuni.  
Punjač izvadi iz mobilnog telefona  
kada je telefon pun.

Tako štedite energiju i ne kvarite bateriju.

Mobilni telefon ne treba da stoji celu noć  
priključen na punjač.



Izvadi punjač iz utičnice nakon punjenja.





## Kako da štediš sa svetlom



Kada god je to moguće, koristi prirodno svetlo umesto **veštačkog osvetljenja**.

**Veštačko osvetljenje** znači da koristite sijalice.



Namesti sobu da propušta prirodno osvetljenje kroz prozore.

Postavi ogledala da soba bude svetlija.

Obične sijalice troše više struje od **LED sijalica**.



**LED sijalice** su skuplje.

**LED sijalice** duže traju.

Zameni obične sijalice **LED sijalicama**.

Ugasi svetlo kada izlaziš iz prostorije.

Vodiče na jasnom i jednostavnom jeziku  
možeš pronaći na:

internet stranici

↪ [www.pristupacnost.caritas.rs](http://www.pristupacnost.caritas.rs)

ili

skeniranjem koda







U cilju unapređenja rada molimo Vas da izdvojite par minuta za ocenjivanje teksta. To možete uraditi skeniranjem QR koda ili putem linka:  
[www.pristupacnost.caritas.rs/evaluacija/](http://www.pristupacnost.caritas.rs/evaluacija/)



**PRIPREMIO: Caritas Srbije**

[www.caritas.rs](http://www.caritas.rs) / +381 11 4099561 / [secretariat@caritas.rs](mailto:secretariat@caritas.rs)  
Vojvode Stepe 78/lokal 5,  
11 000 Beograd, Republika Srbija