



# VAIKUTA VALINNOILLA!

**Energia- ja ilmastoasioissa  
arkipäivän teot ratkaisevat**

Oulun seudun  
ympäristötoimi  
2011



# ARKIPÄIVÄN TEOT osana ilmastonmuutoksen hillintää

## LÄMPÖ



- sopiva huonelämpötila on 20-22 °C
- lämpötilan alentaminen yhdellä asteella vähentää lämmityskustannuksia yli 5 %
- sisälämpömittarin avulla tunnistat huonekohtaiset lämpötilaerot
- tuuleta viiden minuutin ristivedolla
- tiivistä ikkunat ja ilmaa patterit
- pudota huoneiden lämpötilaa ja säädä ilmastointia pienemmälle teholle, kun olet poissa kotoa yli vuorokauden
- seuraa sähkön, kaukolämmön tai öljyn kulutustasi, huomaat säästötoimenpiteiden vaikutukset

## SÄHKÖ



- sammuta sähkölaitteet kokonaan, kun et tarvitse niitä
- käytä sähkölaitteiden virranhallinta-asetuksia
- sammuta valot poistuessasi huoneesta yli 10 minuutiksi
- halogeenilamput säästävät sähköä 30 %, energiansäästölamput 80 % ja LED-valot 95 % verrattuna hehkulamppuun
- hyödynnä uunin esilämmitys ja jälkilämpö
- jäähdytä ruuat ennen jääkaappiin laittoa
- suosi mikroaaltouunia ja vedenkeitintä
- käytä auton sisätalälämmitintä säästeliäästi
- saunomistavat näkyvät suoraan sähkölaskussasi
- pyykin kuivaaminen ulkona on energiataloudellisinta
- suosi A, A+ tai A++ -laitteita

## VESI



- käyttöveden lämmitys vie 20 % energiasta
- lyhennä suihkuaikaasi
- pese täysia koneellisia ja valitse oikea pesuohjelma
- vältä tarpeetonta esipesua
- vuotava vesikaluste voi tuhлата 10 m<sup>3</sup> vettä vuodessa
- kerää sadevettä istutusten kasteluun

## LIIKKUMINEN



- kävele, pyöräile ja suosi joukkoliikennettä
- Oulun pyöräilyreitit ovat valtakunnallista huipputasoa!
- käytä kimppakyytejä työmatkalla ja harrastuksissa
- suunnittele liikkumisesi, ketjuta matkasi
- vältä ruuhkia, niissä polttoaineen kulutus voi kaksinkertaistua
- huolla autosi säännöllisesti, aja taloudellisesti
- tarkasta rengaspaine ja esilämmitä moottori

## KULUTUS



- hanki vain tarpeellisia tavaroita
- vuokraa, lainaa, osta yhteinen
- vältä jätteen syntymistä ja kierrätä
- sähköinen asiointi säästää luonnonvaroja
- valitse ympäristömerkittyjä tuotteita
- vältä ruoan hävikkiä
- suosi lähipalveluja



Kysymyksiä ja kommentteja  
voi lähettää osoitteeseen

**[ilmasto@ouka.fi](mailto:ilmasto@ouka.fi)**

Esite on toteutettu osana  
TEM:n ja Sitran rahoittamaa  
kuluttajien energianeuvonta-  
kokonaisuutta 2010–2011.  
[www.kuluttajienenergianeuvonta.fi](http://www.kuluttajienenergianeuvonta.fi)

**OULU**



Kuluttajien  
energianeuvonta

Oulun seudun  
ympäristötoimi