

min të punojë më shumë, më gjatë dhe të konsumojë më shumë energji.

- Njësitë e ngrohjes duhet të jenë gjithmonë të hapura ndaj hapësirës (jo të mbuluara nga perdet dhe mobiljet) për të ruajtur qarkullimin e duhur të ajrit.
- Në sezonin e ngrohjes, gjatë ditës, perdet dhe grilat duhet të jenë të hapura për të lejuar që drita e ditës të hyjë në hapësirë dhe ta ngrohë atë; të mbyllen gjatë natës.
- Njësitë e ngrohjes duhet të pastrohen shpesh, pasi pluhuri zvogëlon transferimin e nxehtësisë.
- Nuk duhet të ketë pajisje elektrike (llambat, televizori, etj.) përreth termostatit që lëshojnë nxehtësi, pasi sensori i regjistron ato, gjë që bën që sistemi i ngrohjes të fiket dhe të ndizet para kohe.
- Vishuni më ngrohtë dhe me shtresa; më shumë shtresa veshjesh ruajnë më mirë nxehtësinë e trupit sesa veshjet e trasha me një shtresë.
- Kur ajrosni hapësirën (duhet të jetë afatshkurtër), sistemi i ngrohjes duhet të fiket.
- Fikni sistemin e ftohjes (ajrin e kondicionuar) në dhomat që nuk janë në përdorim, duke ruajtur një temperaturë më të ulët me perdet dhe grilat e mbyllura. Kjo qasje zbatohet edhe në sezonin e ngrohjes, përveç se është e dobishme të hyni në hapësirë gjatë ditës.

### Kursimi i energjisë për ngrohjen e ujit sanitar

- Është më mirë të përdoret një sistem termik diellor, natyrisht, nëse ka mundësi.



- Është një praktikë e shkëlqyer për të gjitha pajisjet që përdorin ujë të nxehtë (makinë për enët, për rrobat) për t'u lidhur me sistemin e ngrohjes së ujit sanitar.

### Ndriçimi dhe pajisjet elektrike

- Fikni ndriçimin kur dilni nga dhoma dhe instaloni dritat e sensorit të lëvizjes në korridoret, galeritë, ballkonet dhe banjat.
- Gjatë ditës, shfrytëzoni maksimalisht dritën e ditës, për të ulur konsumin e energjisë elektrike për ndriçim. Perdet dhe grilat duhet të hapen (përveç në sezonin e verës kur dritaret ndriçojnë drejtpërdrejt nga dielli).
- Duhet të përdoren llambat kursimtare (fluoreshente kompakte ose LED).
- Pajisjet elektrike duhet të fiken kur nuk janë në përdorim, pasi ato konsumojnë energji për gatishmëri. Kompjuterët, printerët, televizorët, duhet të shkëputen nga furnizimi me energji elektrike.
- Ngrohësit elektrikë të ujit konsumojnë shumë energji, kështu që vetëm sasia e kërkuar duhet të nxehet.
- Shumë më tepër praktika, rekomandime dhe këshilla në lidhje me kursimin e energjisë me pajisje elektrike.



Projekti CLEAR-X financohet nga Programi për hulumtim dhe inovacione - Horizont 2020 i Bashkimit Evropian në bazë të kontratës për grant nr. 101033682. Përbajtja e këtij dokumenti prezanton vetëm qëndrimet e autorëve dhe është përgjegjësi e tyre. Nuk përfaqëson pikëpamjet e Komisionit evropian dhe/ose Agjencisë ekzekutive evropiane për klimën, infrastrukturën dhe mjedisin jetësor (CINEA). Komisioni evropian dhe Agjencia nuk pranojnë përgjegjësi për përdorimin e informacioneve dhe përbajtjes që përmban ky publikim.



## PËRDORIMI EFIKAS I ENERJISË



### Çfarë është energjia?

*Energjia është kapacitet / aftësi për të bërë punë.*

Energjia mund të konvertohet nga një formë në tjetrën. Për shembull, energjia kimike e ruajtur në qymyr ose gaz natyror shndërrohet në energji termike, dhe energjia kinetike e rrjedhës së ujit, mund të shndërrohet në energji elektrike.

### Ku përdoret?

Përdorimi i energjisë është i ndarë në katër sektorë ekonomikë: rezidencial, tregtar, transportues dhe industrial. Ngrohja, ftohja dhe ndriçimi i hapësirave dhe ambienteve; funksionimi i aparateve, pajisjeve dhe makinerive; lëvizja e automjeteve për transportin e udhëtarëve dhe ngarkesave, prodhimi i produkteve, janë të gjitha funksione që kanë nevojë për energji në baza ditore.

## Pse duhet të kursehet energjia?

Energjia duhet të kursehet/ruhet jo vetëm për të ulur kostot, por edhe për të ruajtur burimet për përdorim më afatgjatë.

Sektori i energjisë është ndotësi më i madh. Sot, shumica e energjisë elektrike prodhohet nga termocentralet me qymyr. Këto impiante gjenerojnë energji elektrike, por gjithashtu ndotin mjedisin jetësor duke lëshuar gazra të dëmshëm në atmosferë. Dhe jo vetëm që janë të dëmshme për mjedisin jetësor, por gjithashtu shkaktajnë probleme serioze shëndetësore te njerëzit dhe kafshët. Çdo vit, miliona njerëz vdesin për shkak të pranisë së substancave toksike në ajrin që thithin. Prandaj, ndotja e ajrit është një nga çështjet serioze mjedisore respektivisht ekologjike me të cilat përballemi sot.

Resurset e energjisë në dispozicion për ne duhet të përdoren ekonomikisht për t'i kursyer ato për përdorim në të ardhmen, sepse ato janë të kufizuara dhe mund të konsumohen. Burimet si qymyri, nafta dhe gazi janë të paqëndrueshme.

Konsumi i lëndëve djegëse fosile është duke u zhvilluar me një ritëm të qëndrueshëm që nga shekulli i kaluar dhe ka kontribuar në një degradim të madh të mjedisit tonë jetësor. Ndryshimi i klimës, ngrohja globale, zhdukja e specieve më të rrezikuara, dëmtimi i shtresës së ozonit, rritja e ndotjes së ajrit janë disa nga efektet që vuan mjedisi ynë jetësor. Megjithatë shumë vende kanë ndër marrë hapa të vegjël për të lëvizur drejt burimeve të pastra dhe të gjelbra të energjisë si dielli, era dhe gjeotermale, ne ende kemi një rrugë të gjatë për të bërë përpara se të lëmë lëndët djegëse fosile prapa



dhe të varemi nga këto burime natyrore të energjisë për nevojat tona të përditshme.

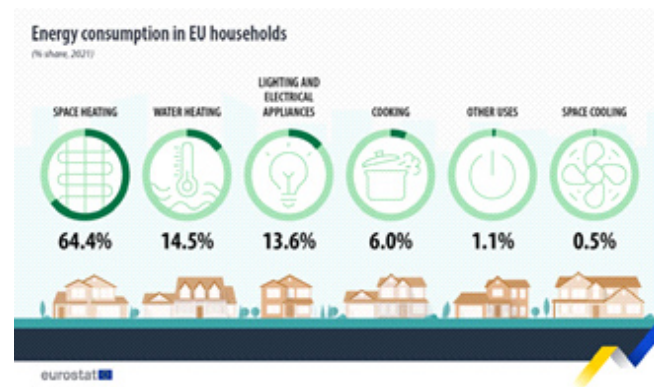
*Si mund ta përdorë konsumatori energjinë në mënyrë efektive për të kursyer energji dhe për të kontribuar në zvogëlimin e ndikimit të tij në mjedisin jetësor?*

Konsumatori përdor energji në shtëpinë e tij, për transport, në mjedisin e punës dhe kudo ku banon jashtë shtëpisë dhe mjedisit të punës.

Përgjigja është nga përdorimi i ndërgjegjshëm dhe i përgjegjshëm i energjisë dhe duke aplikuar teknologji me energji të ulët, domethënë duke përdorur energjinë e nevojshme në mënyrë efektive në secilin sektor.

## Efikasiteti energjetik në shtëpi

Në shtëpi, ne përdorim energji për të ngrohur dhe ftohur hapësirën, për të ngrohur ujin sanitar, ndriçimin, për të furnizuar lavatritçet, tharëset, pjatatarëset, si dhe pajisje të ndryshme si mikser, tharëse flokësh, toster, hekur, frigorifer, TV, etj.



Përfundimi është se kemi nevojë për ngrohje dhe energji elektrike në shtëpi.

Padyshim që shumica e energjisë së konsumuar në një familje është për ngrohjen e hapësirës. Hapi i parë është zvogëlimi i sasisë së kërkuar të energjisë për këto nevoja, dhe kjo arrihet duke instaluar izolim adekuat termik të të gjitha ndarjeve në mjedisin e jashtëm (mure, dysheme, tavane) dhe duke aplikuar zdrucktari cilësore (dritare dhe dyer me koeficient të ulët të transferimit të nxehtësisë). Izolimi instalohet gjithmonë në pjesën e jashtme.

Hapi tjetër është përdorimi i një sistemi të përshtatshëm për ngrohjen dhe ftohjen e hapësirës, respektivisht përdorimi i pajisjeve me efikasitet energjetik. Sigurisht, mënyra e menaxhimit - përdorimi i këtyre pajisjeve - gjithashtu luan një rol të madh këtu.

## Kursimi i energjisë ngrohja/ftohja e hapësirës

- Kontrolloni që dritaret, dyert, kanalet, ajri që rrjedh, nëse vihet re një rrymë të sanohet/riparohet. (deri në 10% ulje të kostove të ngrohjes)
- Ventilatorët për ventilimin e banjës, kuzhinës duhet të përdoren në mënyrë të moderuar (vetëm në rast nevojë dhe afatshkurtër).
- Termostatet duhet të vendosen në një temperaturë më të ulët para se të shkoni në shtrat dhe para se të largoheni nga shtëpia. Kjo praktikë zvogëlon faturat e energjisë pa ndikuar në komoditetin.
- Mos e vendosni termostatin në temperatura shumë të larta ose shumë të ulëta në mënyrë që të përshpejtoni kohën e ngrohjes ose ftohjes. Kjo praktikë e detyron siste-