



[www.enerjihanim.com](http://www.enerjihanim.com)

# Kadınlar İçin Küçük, Türkiye İçin Büyük Bir Adım

“Enerji Hanım”

Enerji Hanım Projesinde enerji verimliliği çalışmalarına vurgu yapılarak, başta evlerde olmak üzere ülke genelinde kadınlarımızın enerjiiyi verimli kullanmayı öğrenmesi ve bu yolla önce ev ekonomisine, sonra ülke ekonomisine katkıda bulunması amaçlanmıştır.

## EVLERDE ENERJİ VERİMLİLİĞİ İÇİN UYGULAMA YAPILACAK ALANLAR

1. Fırın Kullanımı
2. Buzdolabı Kullanım
3. Bulaşık Makinası Kullanımı
4. Elektrikli Su Isıtıcısı Kullanımı
5. Televizyon Kullanımı
6. Klima Kullanımı
7. Aydınlatma Kullanımı
8. Çamaşır Makinası Kullanımı
9. Ütü Kullanımı
10. Elektrik Süpürgesi Kullanımı
11. Saç Makinası Kullanımı
12. Elektrikli Isıtıcılar (Şofben- Termosifon)

Kampanya kapsamında 21 ilde 34 bin kadına ulaşılarak, on binlerce kadının bilinçlendirilmesi ve evlerdeki enerji tüketiminin azaltılması sağlanmıştır.

**"Küçük tasarruflarla  
yıllık enerji tüketiminizi  
4'te 1 oranında azaltmanız mümkün.  
Bu da aileniz için 1 çeyrek altın,  
Türkiye ekonomisi için 4 Milyar Lira  
kazanç demek."**



## 1. FIRIN KULLANIMI

- Fırın kapağını sık sık açıp kapatmayın ve kapağı uzun süre açık bırakmayın!
- Pişirme süresinden birkaç dakika önce fırını kapatın, yemeğiniz pişmeye devam eder!
- Gerekli olmadıkça ön ısıtma yapmayın!
- Fırında birden fazla yemek pişirebilirsiniz, az zamanda çok iş çıkar!
- Yiyecekleri düşük sıcaklıkta pişirebilirsiniz vakit alır ama lezzeti artar!
- Tencere ve tava kapaklarını kapatın, buhar kaçmasın (Kapağı kapatın ki enerji buharlaşmasın)
- Cam ve seramik kaplar kullanın, böylece fırın sıcaklığını 15 derece düşürebilirsiniz.

## 2. BUZDOLABI KULLANIMI

- Buzluk ve soğutma sıcaklıklarını doğru ayarlayın.
- Buzdolabını diğer beyaz eşyalara yakın yerleştirmeyin, dolap ısısını düşürür.
- Buzdolabına gıdaları kapalı kaplarda koyun ve kapısını açık bırakmayın
- Buzdolabının kapısını açık bırakmayın ve kapısını sık sık açıp kapatmayın.
- Yemekleri soğuduktan sonra buzdolabına koyun ki hem buzdolabınız hem de yemekleriniz bozulmasın.
- Soğutma bölüm sıcaklığı 4-5 derece, dondurucu bölüm sıcaklığı -20 -18 derece olmalı.
- Güneş alacak yerlerden, radyatör ve ısı kaynaklarından uzağa yerleştirin ki enerji tüketiminiz %25 azalsın.
- İçini mümkün olduğu kadar dolu ve düzgün yerleşmiş tutun!
- Düzenli olarak bakım yaptırıp temizleyin!
- İhtiyaç duyulan büyüklükte bir soğutucu seçin, fazlasına gerek yok!
- Derin dondurucusu üstte veya altta olan modeller, yan yana olanlardan daha verimlidirler!





### 3. BULAŞIK MAKİNASI KULLANIMI

- Bulaşıklarınızı elde yıkamayın, makine kullanın!
- Makinayı doldurun tam kapasite çalıştırın.
- Su girişini sıcak suya bağlayın!
- Ekonomik devirli düşük sıcaklık programını kullanın, bulaşıklarınız temiz olacaktır!
- Bulaşıklar için en verimli yıkama sıcaklığı 50 derecedir.
- Filtresini temizlemeyi ve bölümleri boşaltmayı unutmayın



## 4. ELEKTRİKLİ SU ISITICISI KULLANIMI

- Cihazı kullanmadığınız zamanlarda fişi prizden çekin.
- Oluşan kireç ve tortulan sık sık temizleyin.
- İhtiyacınız kadar su ısıtın.
- Cihazınızı filtreyle kullanın!



## 5. TELEVİZYON KULLANIMI

- Televizyonu kumandadan değil düğmesinden kapatın.
- Televizyonu kısık ses ile kullanın.

## 6. KLİMA KULLANIMI

- Elektronik termostatlı klima kullanın!
- Kontrollü olarak gerektiği zaman kullanın!
- Temizlik ve bakımını düzenli yapın!
- Dış ünitesini korunaklı bir yere yerleştirin!
- Klimanız doğrudan güneş ışığı almasın
- Mekâna uygun düşük kapasiteli modeller tercih edin!



## 7. AYDINLATMA KULLANIMI

- Kullanmadığınız lambayı mutlaka söndürün!
- Güneş enerjisinden yararlanmaya çalışın, sağlığınız açısından da önemli!
- Kontrollü aydınlatmalar ve tasarruflu ampuller kullanın!
- Evde genel aydınlatma yerine kısmi aydınlatma kullanın!
- Çok sayıda düşük güçlü lamba yerine yüksek güçlü lamba kullanın!
- Dekoratif aydınlatma yapmamaya çalışın!
- Karanlığı istemiyorsanız verimli aydınlanın. Verimli ampul verimli enerji demektir.
- Gün ışığından yararlanın ve sensörlü aydınlatma kullanın.
- Verimli lamba verimli enerji demektir.

## 8. ÇAMAŞIR MAKİNASI KULLANIMI

- Makineyi doldurun, tam kapasite çalışsın!
- Ekonomik ve kısa programlar kullanın, zaman kazanırsınız!
- Düşük su sıcaklığını tercih edin, çamaşırlarınız da yıpranmamış olur!
- Makinenizin bakımlarını düzenli yaptırın, ömrü uzar!
- Yukandan yüklemeli modeller yerine önden yüklemeli modeller kullanın!
- Daha az deterjan kullanın, sağlığınıza da koruyun!
- Düşük sıcaklık eşittir uzun ömürlü çamaşır.
- Kısa programlar hem para hem zaman kazandırır.

## 9. ÜTÜ KULLANIMI



- Buhar ayan ve buhar kapasitesi yüksek olan bir model seçin!
- Termostat ayarlı olması önemli!
- Ütü işleriniz bitmeden 5 dakika önce ütüyü prizden çekerek kalan işi ütünün mevcut ısıyla tamamlayın.
- Çamaşırlarınızı nemli olarak ütöleyin, daha kolay ütülenir!
- Taban malzemesi çizilmeyen kaplama olsun!
- Kendi kendine kireç tabakasını temizleyebilmesi önemli!





## 10. ELEKTRİK SÜPÜRGESİ KULLANIMI

- Torbasının sık sık boşaltın!
- Eskimiş fırçaları yenileyin!
- Torbali yerine su hazneli süpürgeleri tercih edin!
- Motor, fırça ve boru bölümünü temizlemeyi unutmayın!
- Süpürge düşük güç oranında da çalışır unutmayın!

## 11. SAÇ KURUTMA MAKİNESİ KULLANIMI

- Saç Kurutma Makinesi Saçınızı havlu ile iyice kurulayın kuruladıktan sonra makineyi kullanın!
- Düşük sıcaklıkta kısa süreyle kurutmayı deneyin, saçınıza da zarar vermemiş olursunuz!

## 12. ELEKTRİKLİ ISITICILAR KULLANIMI (Şofben / Termosifon)

- Şofbeniniz kullanacağınız yere yakın olsun!  
(en fazla 6 metre)
- Sıcak su borularınızı izole ettirmeyi ihmal etmeyin!
- Termostat ısının maksimum 50 dereceye ayarlayın.
- Tatile giderken şofben ve termosifon gibi su ısıtıcılarınızı kapatmayı unutmayın!
- Sıcak ve soğuk su bağlantılarına tek yönlü vana takın!
- Su sızıntılarına dikkat edin, varsa mutlaka onanın!
- Termosifonu dolu olarak çalıştırın.





## SONUÇ OLARAK

- Beyaz eşyaları alırken ENERJİ VERİMLİ sınıftan olmasına dikkat edelim
- Beyaz eşyalarda ürün cinsine bağlı olarak A/A+/A++/A+++ gösterimleri en düşük enerji tüketimini işaret eder. Bu nedenle BEYAZ EŞYA satın alırken en az enerji tüketenleri tercih edelim.
- Beyaz eşyaları yerleştirirken arkada ve yanda en az 5'er santimetre boşluk bırakalım
- Çift cam veya cam pencere bandı kullanalım
- Radyatör önünü boş bırakalım
- Radyatörlere termostatik vana takalım. Böylece oda sıcaklıklarının ayarlanabilmesi mümkün olur.
- Bina izolasyonu yapılmalı.

