



TIẾT GIẢM SỬ DỤNG NĂNG LƯỢNG Ở NHÀ ĐẾN 20% – vài mẹo để áp dụng
Để cho sức khoẻ được tốt hơn và môi trường được sạch hơn.





416.338.7600 toronto.ca/health

 **TORONTO** Public Health

Vài mẹo để tiết giảm sử dụng năng lượng ở nhà

- Hạ hàn nhiệt kế (máy sưởi) xuống bớt 1°C ban ngày và/hoặc 2°C ban đêm; nâng hàn nhiệt kế (máy lạnh) lên 1°C ban ngày và/hoặc 2°C ban đêm
- Đóng kín các cửa và ống hơi ở các phòng không sử dụng trong nhà khi chạy máy sưởi hay máy lạnh
- Để giữ nhiệt (mùa đông), đóng màn cửa sổ lại ban đêm và mở ra ban ngày trong các giờ có nắng; để giữ hơi lạnh (mùa hè), đóng màn cửa sổ trong các giờ ban ngày vào các ngày nắng
- Làm sạch các ống xoắn phía sau tủ lạnh bằng cách chải sạch hay hút sạch bụi
- Thường xuyên làm sạch hay thay bộ lọc ở lò sưởi (thí dụ mỗi hai tháng một lần)
- Chỉ dùng máy rửa chén khi đầy máy; cho chạy ở nấc tiết kiệm năng lượng (energy-saving) hay rửa sơ (light wash) sau đó thổi khô (air dry option)
- Dùng nước lạnh thay vì nước nóng khi giặt đồ
- Tắt đèn, máy điện toán, TV và DVD khi không xài; đừng để các máy móc ở chế độ “ngủ - phantom” hay “chờ-stand-by”, cắm đồ điện vào thanh cấp điện (power bar) để tắt hết một lúc
- Giảm bớt phân nửa số giờ xài máy sấy (bằng cách treo phơi đồ hay sấy đầy cối đồ)
- Đóng cửa gió lò sưởi sau mỗi lần dùng lò sưởi
- Thay bóng đèn thường bằng bóng đèn tiết kiệm năng lượng

	<p>Vào www.toronto.ca/health/2020 hay gọi 416-392-2020 để lấy một bản 20/20 Planner miễn phí để tìm hiểu thêm về cách giảm bớt được 20% mức tiêu thụ năng lượng ở nhà và trên đường</p>	
---	---	---

