

本信息为多伦多水电系统公司所编制，以帮助您节省能源和您的电费账单。



节能小窍门

请参看里面的有关节能和减少能源花费的方法。

www.torontohydro.com



toronto hydro
electric system

© 2004

您看到这个黑洞了吗？

如果把您房子里的所有裂纹、缝隙和开口都加起来，将得到一个 2.3 平方英尺的洞！

这是大多数多伦多地区住宅的能源泄漏区的平均面积。

即使是隔绝得很好的房子，如果不进行适当的密封，也将从建筑物的外墙、屋顶和地板上的裂纹和缝隙中流失 30%的热量。全面的防堵过堂风可以从您账单中节省多达 10%的取暖费用。

信息来源：多伦多市政府

- 取暖/制冷 54%
- 热水 20%
- 家用电器 18%
- 照明 5%
- 其它 3%

您知道吗？

在一所典型的房子里，能源成本的大约 54%与取暖和制冷有关，20%是热水。您在取暖、制冷和热水中可以实现最大幅度的节省。

信息来源：魁北克水电公司

节能小窍门

在本册中的提高能源效率小窍门将帮助您节省能源和您电费账单上的费用。节省能源还可以减少烟雾的排放 – 这对我们的环境很有好处。

内容目录

图例	2
取暖	3
制冷	6
做热水	8
家用电器	
灶/烤箱	9
冷柜	10
冰箱	11
洗碗机	12
洗衣机	13
烘干机	14
照明	15
家庭办公室/电器	17
游泳池	17

有些提高能源效率的小窍门，不需要花费一分钱去付诸实施 – 另一些则要花钱。它将帮助您建立一个能源守恒的预算。记住 – 投入得越多，节能带来的回报也越多。

图例

免费	免费
\$10	10 元以下
\$25	25 元以下
\$50	50 元以下
\$100	100 元以下
\$150	150 元以下
\$1000	1000 元以下

↔ 依项目大小不同，成本会有差异

取暖

免费 把通向外面的门全部关紧并尽量避免频繁的进出。装上衬垫的门可以帮助减少门下面的过堂风。

免费 在冬季月份，把温度计下调 1 度可以为您的取暖灶节省多达 3% 的能源。对于一般的建于 1990 年以前的使用电源来取暖的独立房来说，就意味着每年大约节省 \$73.39。这些都是积少成多的节省！*信息来源：加拿大自然资源部能源效率办公室。*

免费 在需要取暖的季节，把您房子的朝南窗户上的窗帘打开，让阳光进来温暖您的家。在晚上关上以便让您尽量少地感觉到来自窗户的寒气。

\$10 每两个月清洁一次取暖灶的过滤器，这可以提高效率达 50%。
信息来源：碧绿城 (Greenest City)

↔ 如果您的取暖灶已经超过 20 年了，那么换一台新的可能是比较划算的。用一台高效的取暖炉取代一台低效的取暖炉本身就可以为您节省 20% 的能源。平均 10 年的取暖炉浪费了它自己产生的热量的 45%。新型的天然气取暖炉的效率要高出 98%。*信息来源：多伦多市政府*

在冬季月份为得到一个舒适环境所推荐的温度设定：

- 当您在家中休息时，21°C (70°F)
- 当您睡觉时，18°C (64.5°F)
- 当您需要外出一段相当长的时间，15°C (59°F)。

* 取暖能源费用是以一所用电来取暖的、在多伦多地区建于 1990 年以前的独立房为基础取平均值计算出来的。

\$25 一所房子热量的 25%是通过窗户流失的。把您的窗户用塑料封条封起来相对于更换新的窗户是一种省钱的选择，它可减少热量流失的 50%。信息来源：多伦多市政府

↔ 新的双槽玻璃门窗的安装可能会贵一些，但可减少 34%的取暖费用。您一年可节省\$831.73。

\$50 测试您的房子的空气密封性。选一个有风的日子，将一柱燃香移近窗户、门、护墙板、电器箱和出口、管道固定架、天花板固定架、阁楼窗和其它气流有可能泄漏的地方。如果烟柱横向移动、您就已经找到了需要进行填堵、密封或贴条的有空气泄漏的地方。全面的防堵过堂风可以从您的电费账单中节省多达 20%的费用，或者说是每年\$489.26。

信息来源：加拿大自然资源部能源效率办公室。

↔ 更新您的墙壁、地下室和阁楼的隔绝功能。为您的地下室墙壁和阁楼进行隔绝处理可减少您的能源费用的 30%。

信息来源：加拿大自然资源部能源效率办公室。

\$100 安装一个可编程的温度控制器。它将自动在您上床睡觉后调低温度并在您醒来后把温度升高。您还可编制程序以在您早上离家上班或上学后把温度调低并在您回家前把温度升高。它每年可以节省取暖和制冷成本的 10%。如果您使用的是电取暖及一台 2.5 吨的空调 – 那就是每年节省了\$294.63。

信息来源：碧绿城 (Greenest City)。

\$150 请一位专业的家庭能源评估员进行一次彻底的家庭能源检查。绿色节能 (GreenSaver) 是一家专门进行住宅能源检查的环境机构。您可以拨打电话 416-203-3106 或访问它们的网站 www.greensaver.org 以了解更详细的情况。

取暖

其它需要考虑密封的空气泄漏区：

- 任何位于电线、管道、气道或加油管处的穿出外墙的洞或缝隙。
- 墙壁、天花板或基础墙和地板面的裂缝。
- 木墙围与石墙、石基或烟囱的接合部。
- 壁炉闸门和壁炉砖。
- 浴缸后面和水池下面。
- 地板排水沟周围
- 漏气的排气管或安装不合格的热风调节器或冷风入口。

安全提示

如果您计划在热源（烟囱、灯架、风扇电机等）的周围进行填堵，一定要使用抗热的填堵材料。硅胶和硫化物密封剂都很有效。特殊的高温硅胶可供暖气管道使用。

* 取暖能源成本是以一所用电来取暖的、在多伦多地区建于 1990 年以前的独立房为基础取平均值计算出来的。

制冷

免费 确保通向外面的门要关紧以便把冷空气留在房子里。如果房内无人时间超过 24 小时，则应把空调关掉。

免费 最好是将您的温度控制器设定在 25.5°C (78°F)，或者，只要感觉舒适，还可以更高。您每把温度调高 1 度，就可节省 3-5% 的能源成本。

信息来源：加拿大自然资源部能源效率办公室。

免费 白天把窗帘拉上以减少来自太阳的热量，这可以节省多达 5% 的制冷费用。

消息来源：加州能源委员会。

免费 避免在一天中最热的时候使用发热的家用电器，如烤箱和洗碗机。使用您的微波炉或烧烤机代替您的炉子或者干脆吃冷餐。

免费 如果您使用的是中央空调，就只冷却您正在使用的房间。把不用的房间的通道或门关上。

免费 尽量把您的空调安装在一个背阴的地方。一台暴露在阳光直接照射下的空调会比没有直接照射的多消耗 5% 的能量。

\$25 定期检查您的空调的过滤器是否清洁。每一或两个月更换过滤器可以节省 1-2% 的制冷成本。

信息来源：加州能源委员会。

\$100 为您的中央空调配置一个可编程温度控制器。这将允许您设置一个定时器以便在您到家和睡觉的时候对房子进行冷却。这项花费不到 \$100 元，而一年可以减少制冷费用多达 10%。如果您使用的是一台 2.5 吨的空调 – 就是每年节省了 \$50.07。

信息来源：碧绿城 (Greenest City)。

\$100 安装一台吊扇以使空气流动从而避免使用空调。一台 60 瓦的风扇每月的运转费用不到 \$1，而一台空调的每月费用在 \$26 和 \$178 之间。

信息来源：加拿大自然资源部能源效率办公室。

制冷

做热水

免费 很快地冲个淋浴，这比洗澡要便宜。用一个增效喷头冲一次 5 分钟的淋浴，比洗一个澡少用 50% 的热水。

免费 尽可能地用冷水洗衣物。总是用冷水进行冲洗。您可以节省热水能源费用的 4%。
信息来源：加州能源委员会。

免费 如您离家一段时间，就关掉您的电动热水器。

\$10 修补漏水的热水龙头。漏水的龙头导致热水罐不断地对进入水罐的冷水进行加热。

您知道吗？

一个每秒钟泄漏 1 滴水龙头（每分钟 2 毫升），每年可消耗 1037 升的水。

家用电器

灶/烤箱

免费 在烹饪完成前几分钟关掉烤箱；利用余热来完成剩余的工作。

免费 避免过度烹饪您的食物或经常打开您的烤箱门。每次您打开烤箱就会流失多达 20% 的热量，因而烤箱就要更努力地工作以便把损失补回来。

免费 只为重大的清洁任务而使用自清洁循环。在烹饪后马上启动自清洁循环，此时烤箱还是热的。

免费 尽量使用对流烤箱设定，在食物周围循环经过加热的空气可减少多达 30% 的烘烤时间。

免费 当用玻璃或陶瓷器具中进行烘烤，将热量调低 14°C (25°F)，因为它们的传热性比一些金属要好。
信息来源：第一水电公司 (Hydro One)。

您知道吗？

每次您打开烤箱门，温度就会降低 5°C 到 10°C (9°F 到 18°F)。

冷柜

免费 不要将冷柜置于一个热量源，如电暖炉、热风口、洗衣机、烘干机或取暖炉的附近。那样您的冷柜将比需要的付出更多的功。考虑将您的冷柜放在凉爽、背阴的地方以提高它的能效。

免费 在放入冷柜之前，让热的食物先冷却下来。

\$1000 考虑购买一台新型的节能冷柜。可能会贵一些，但会在其后为您既省钱又省能源。一台现在买的冷柜比 1994 年前购买的冷柜的能效要高 52%。信息来源：蓝脊电器 (Blue Ridge Electric)。查看以寻找最低的能耗指南 (EnerGuide) 等级和能源之星 (Energy Star) 标志。在选购高能效冷柜时要考虑这些指标。

- 确定您所需要的冷柜的尺寸。一个好的计算方法是每人最大 130 升 (4.5 立方尺) 的容积。任何比这大的容积都是对能源和金钱的浪费。
- 记住，如果您有空间，箱式冷柜 (顶上有盖) 比立式冷柜 (很像冰箱) 能效高 10-25%，有两个原因：首先，它们能更好地在门打开时将冷气留在冷柜里。第二，多数箱式冷柜采用“手动除霜”，免掉了自动除霜功能所需的能源。

您知道吗？

家用冰箱占了家庭能源消耗总量的 11%。那台在地下室里的老冰箱可能每年要额外花掉您 \$100 到 \$150。应考虑丢弃它以节省能源。

冰箱

免费 避免将您的冰箱置于热源，如电暖炉、热风口、厨房灶具或洗碗机等附近而让它做不必要的功。

免费 在冰箱中对食物进行解冻。这将有利于内部冷却和减少在烤箱或微波炉中进行解冻时所消耗的能量。

免费 在将食物放进冰箱前，至少让它部分冷却。这样，冰箱就不必做功以冷却食物了。

\$1000 您可以减少多达 40% 的冰箱能耗，只需将您的产于 1993 年或更早的冰箱换成一台新型的节能型号。在购买冰箱时，选择适合您需要的正确的尺寸非常重要。一个尺寸过大的型号即费钱又费能源。下面是为选择冰箱和冷柜的组合容量的建议：

- 用于三或四个人，考虑一台 14 到 17 立方尺的型号。
- 对于每增加一个人，增加 2 立方尺。查看能源之星 (Energy Star) 和最低的能耗指南 (EnerGuide) 等级。在选购节能冰箱时应考虑这些指标：
- 在柜内有一个“节能器”开关来控制加热线圈。开关可防止在潮湿天气的凝结，但在干燥的天气时应将该开关关掉。
- 冰箱和冷柜使用分离的温度控制器。

家用电器

洗碗机

免费 不要为洗小批量餐具而使用洗碗机。您如果在运行前将洗碗机装满至额定容量，就将为您节省 1% 的能源费用。

信息来源：加州能源委员会。

免费 如果您的洗碗机有此选项，就选择空气干燥而不用加热干燥。如果没有，就在启动干燥循环前关掉机器并打开洗碗机的门以让空气进来干燥餐具。这样做，您可以节省洗碗机能源的 10%。

免费 短（“经济”）循环用的水和能源都比较少。不要使用不必要的耗能多的操作循环。

\$1000 考虑购买一台新型、高能效的洗碗机。现在的洗碗机比 1970 年或以前购买的洗碗机的效能高出了 90%。购买时会花费多一些，但在其后会为您既省钱又省能源。

您知道吗？

一台普通的洗碗机每个循环耗水 41 升。在水龙头下冲洗，5 分钟的耗水量高达 95 升。

洗衣机

免费 尽可能用冷水洗衣物。用热的或温的水冲洗衣物不会让您的衣物更干净。选择您的洗衣机的冷水冲洗功能可节省 4% 的能源费用。

信息来源：加州能源委员会。

\$1000 一台节能洗衣机在购买时可能较贵，但在其后会为您既省钱又省能源。较新的节能型号可节省能源和水的 27-42%。

消息来源：西雅图市政府。

选购以太又能能源之星 (Energy Star) 标志和低能耗指南等级的洗衣机。注意这些功能：

- 水位控制或者一个小批量衣物篮 – 都可以为您洗小批量衣物时节约用水。
- 一个让您选择热、温或冷水的水温控制器。

\$1000 尽管会多花钱，但考虑购买一台前装式或滚动式洗衣机。它们比顶装式洗衣机消耗的能源要少。原因是：

- 它们比顶装式洗衣机少用 40% 的水。
- 它们在甩干过程中去除掉更多的水分，这将减少烘干过程花费的时间和能源。

家用电器

烘干机

免费 使用一根户外晾衣绳来干燥您的衣物可以节省 5%的能源费用。您的衣物会更耐久还会带有悦人的气味。

消息来源：加州能源委员会。

免费 在将衣物放进烘干机前，先将它们抖开。

免费 连续干燥两缸或更多的衣物，这可以最大限度地利用您的烘干机已经产生的热量。

免费 避免过度干燥 – 使用您的烘干机的湿度传感器或定时器并迅速把衣物拿出。这可以节省能源并防止起皱。

免费 “恒压”干燥循环提供了一个“冷却”功能，它可以利用烘干机的余热来完成干燥并防止因热而起的皱纹。

免费 在每次使用前清洁烘干机的过滤器以保证最大的工作效率。一个堵塞了的过滤器可以增加 30%的能耗。

免费 确保您的烘干机的外部通风口紧紧关闭以防止外面的冷风进入从而增加取暖或空调的费用。

您知道吗？

平均家庭每月洗 37 缸的衣物，消耗 6,817 升的水。

照明

免费 保持灯管和灯泡的清洁。尘土可以吸收多达 50%的光线。

免费 在离开房间时一定要把灯关掉，即使仅仅离开几分钟。重复开灯比不关灯消耗更多的能源，这是没有根据的说法。

免费 尽量把地灯或桌灯放在角落。这可以使光线在墙上进行反射，使房间更明亮，而无需开更多的灯。

\$10 把白炽灯换成日光灯。日光灯管较可比的标准灯泡节能高达 75%，且寿命长十倍。您可以在一个日光灯的寿命期内节省\$35 的能源成本，还可避免更换标准灯泡的费用。

消息来源：多伦多市政府。

\$10 尽量使用低瓦数的灯泡 – 您房间的光线可能比实际需要的还亮。

您知道吗？

如果您在用灯较多的地方将 25%的灯换为日光灯，您就可以节省照明能源费用的大约 50%。

消息来源：美国能源部。

\$25 把传统的圣诞灯饰换为 LED（发光二极管）可以减少能源成本的 80-90%。
信息来源: NOMA.

\$25 给您的户外灯安装一个动作传感器并给您的室内灯加上计时器可以让您节省照明能耗的 30%。
信息来源: 碧绿城 (Greenest City)。

↔ 使用任务照明模式, 即把光线集中用于需要的地方。使用阅读灯来取代整个房间的照明灯可以节省能源。

您知道吗?

一个 40 瓦的日光灯管可产生与一个 60 瓦的白纸灯相同的光线!

照明

家庭办公室/电器

免费 在不用的时候关掉您的家用电脑。一台连续运转的电脑和显示器每年消耗的电费在\$75 至\$120 之间。
消息来源: Climatechange.ca。

免费 当您去喝杯咖啡或短暂离开办公室时 – 可以考虑关掉显示器。这一项本身就可节省电脑总能耗的 60%。

免费 在不用时拔掉电器设备和充电器的插销可以节省大约 2%的能源成本。所有带数字时钟的电器, 包括微波炉, 在被关掉后仍继续耗电。使用一个电源插座以保证将它们真正地“关掉”。
信息来源: 加州能源委员会。

游泳池

免费 把您的游泳池加热器的温度控制器往回拨 3°C/6°F 可节省 20%的能源费用。
信息来源: 多伦多市政府。

↔ 夏季的每个晚上, 此时外面的气温比池中的水温要低, 用一块日光毯盖上您的游泳池, 这样可以另外节省能源成本的 20%。
信息来源: 多伦多市政府。