



در این روزهای گرم چطور برق کمتری مصرف کنیم؟

## هرگز نشه فراموش!



دوشاخه آنها به برق وصل است، برق مصرف می‌کند. رایانه شخصی، کنسول‌های بازی، تلویزیون، سیستم صوتی، وسایل برقی آشپزخانه و حتی چیزهای کوچکی مانند شارژر موبایل چنین ویژگی‌ای دارد و لازم است بعد از استفاده از آنها، دوشاخه را از پریز بکشید؛ البته راه ساده‌تر این است که دوشاخه‌ها را به یک سه راهی دارای دکمه روشن و خاموش یا محافظ برق بزنید و آن را در مواقع لزوم روشن یا خاموش کنید.

### با گرمادوست باشید

با این‌که هوا در بیشتر نقاط ایران به شدت گرم شده و تحمل آن برای افراد آسان نیست، نباید محدودیت منابع برق را از یاد برد. کم مصرف‌ترین راه، استفاده از پنکه است که البته خنکی کمتری هم دارد و برای برخی نقاط گرمسیری نتیجه‌ای به همراه ندارد. راه بعدی و رایج‌تر، کولر آبی است که براساس توصیه کارشناسان صنعت برق بهتر است برای کاهش مصرف برق، از درجه‌گند آن استفاده شود. ضمن این‌که عوض کردن سالانه پوشال و انداختن روکش روی کولر، تأثیر خوبی بر عملکرد آن می‌گذارد اما پرمصرف‌ترین شیوه، استفاده از کولر گازی است که برای جلوگیری از هدر رفتن انرژی، باید دمای آن را روی ۲۵ درجه تنظیم کرد. البته اینها برای گرمای غیر قابل تحمل روز است و شب‌ها می‌توانید پنجره‌ها را -به شرط این‌که توری نصب کرده باشید- باز کنید و از نسیم شبانه لذت ببرید.

### ماشین‌ها را پر کنید

ماشین لباسشویی و ماشین ظرفشویی از جمله وسایلی است که مصرف برق نسبتاً بالایی دارند. نکته مهم در استفاده از این وسایل این است که آنها را با حداکثر ظرفیت روشن کنید و تا جایی که امکان‌ش وجود دارد لباس و ظرف در آنها بگذارید. با این کار تعداد دفعات روشن کردن این دو وسیله کمتر می‌شود و تأثیر بسزایی بر مصرف برق می‌گذارد، علاوه بر این‌که میزان مصرف مواد شوینده کاهش می‌یابد.

پرمصرف‌ترین را جمع کنید و به جای آنها سراغ لامپ‌های کم مصرف بروید. درست است که این لامپ‌ها گران‌تر از لامپ‌های معمولی است اما این تفاوت قیمت در درازمدت در قبض برق جبران می‌شود. ضمن این‌که بخش قابل توجهی از برق مصرفی لامپ‌های رشته‌ای به گرما تبدیل می‌شود که به ویژه در تابستان مشکل بزرگی است. لامپ LED نیز از هر دو نوع لامپ حرارت کمتری تولید می‌کند اما کمی گران‌تر است. مهم‌ترین حسن LED این است که تیوب تولید نور آن برخلاف لامپ‌های کم مصرف حاوی جیوه نیست و در صورت شکستن لامپ، باعث مسمومیت نمی‌شود.

### مدرن شوید!

یکی از جاهایی که برق زیادی هدر می‌رود، راهروهای ساختمان‌های قدیمی است چون ممکن است کسی هنگام رد شدن از راهرو چراغی را روشن کند و حتی تا چند روز بعد کسی به فکر خاموش کردن آن نیفتد. بهترین کار این است که لامپ‌های سقفی دارای حسگر تهیه کنید تا هنگام رد شدن افراد از راهرو روشن شود و در مواقع دیگر -یعنی کسر قابل توجهی از شبانه‌روز- خاموش باشد.

### دوشاخه وسایل برقی بیکار را بکشید

شاید تا به حال نمی‌دانستید که لوازم برقی خاموش که

حدود یک ماه پیش قطع برق در نقاط مختلف کشور صدای خیلی‌ها را در آورد و زندگی بسیاری از مردم را دچار اختلال کرد. چند روزی است که خاموشی کمتر اتفاق افتاده اما آن‌طور که مسؤولان می‌گویند مشکل کمبود برق همچنان جدی است و انتشار جدایی برای اعلام ساعات قطع برق هم موید همین نکته است. باید بپذیریم که زندگی امروز ما پیوند غیرقابل گسستی با برق پیدا کرده و تصور زندگی بدون برق غیرممکن است. با وجود این می‌توان ترفندهای ساده‌ای را به کار گرفت تا هم برق کمتری در کشور مصرف شود و هم در پایان ماه، قبض برق شما را شگفت زده نکند. در این گزارش به تشریح چند مورد از این ترفندها می‌پردازیم.

محمدوفایی

خبرنگار

### در ساعات اوج مصرف، کمتر مصرف کنید

«ساعات اوج مصرف برق» اصطلاحی است که در دهه اخیر پیرامون آن تبلیغات فرهنگی قابل توجهی شد و شرکت توانیر تلاش کرد الگوی مصرف مردم را براساس آن تغییر دهد. نکته کنکوری درباره ساعات اوج مصرف برق این است که همیشه یک عدد ثابت و مشخص نیست و تعیین آن به عوامل مختلفی مانند فصل بستگی دارد. براساس چیزی که سخنگوی صنعت برق چندی پیش اعلام کرده، بیشترین مصرف برق در تابستان ۱۴۰۰ در بین ساعات ۱۳ تا ۱۸ اتفاق می‌افتد. پس یکی از کارهای مهم برای پیشگیری از کمبود برق، روشن کردن وسایلی مانند ماشین لباسشویی، اتو و... در خارج از این بازه زمانی است.

### براساس جدول خاموشی برق برنامه‌ریزی کنید

از خردادماه که کار قطع برق بالا گرفت، مسؤولان وزارت نیرو به انتشار جدول‌های خاموشی نقاط مختلف کشور اقدام کردند تا مردم بدانند در چه ساعاتی از روز برقشان قطع می‌شود. در روزهای اول بسیاری از کاربران شبکه‌های اجتماعی از مغایرت ساعت قطع برق خانه‌هایشان با ساعات اعلام شده در جدول انتقاد کردند اما به مرور زمان این مشکل کمتر دیده شد. چیزی که وزارت نیرو روی آن تأکید دارد، این است که جدول‌ها فقط زمان خاموشی «احتمالی» را اعلام می‌کند و این به معنی قطع شدن حتمی برق در ساعت ذکر شده در جدول نیست.

### خانواده‌تان را بشناسید!

براساس چیزی که کارشناسان حوزه صنعت برق می‌گویند، حدود ۳۰ درصد مصرف برق خانگی را روشنایی منازل تشکیل می‌دهد که عدد قابل تاملی است. یکی از راه‌های صرفه جویی در این بخش استفاده از روشنایی خورشید در طول روز به وسیله کنار زدن پرده‌هاست. در شب‌های تابستان هم بهترین کار این است که با سایر اعضای خانواده دور هم جمع شوید و معاشرت کنید، شاید آدم‌های خوبی باشند و از هم خوششان بیاید! حسنش این است که فضاهای محدودی از خانه را با لامپ روشن می‌کنید و نیازی به روشن کردن جاهای بی‌استفاده خانه ندارید.

### لامپ کم مصرف یا LED بخريد

اگر این فرض را بپذیرید که خانه شما میوه فروشی نیست، همین الان می‌توانید لامپ‌های رشته‌ای

## بازی با اعداد

به‌طور کلی یکی از راه‌های درک بهتر مسائل و روشن تر شدن ذهن، کمی کردن و توجه به اعداد و ارقام است. برای این‌که بتوانید میزان مصرف برق را مدیریت کنید، لازم است بدانید که هر وسیله‌ای چقدر برق مصرف می‌کند. با این کار می‌توانید حتی در ساعات اوج مصرف هم با ترفندهایی به کارهای برقی خود برسید. به این صورت که مثلاً اگر می‌خواهید یک وسیله برقی با هزار وات مصرف روشن کنید، یک وسیله برقی دیگر با همین میزان مصرف را خاموش کنید. برای این‌که مظنه دستتان باشد در جریان باشید که ماشین لباسشویی با ۲۵۰۰ وات، کولرگازی با ۲۴۰۰ وات، ماشین ظرفشویی با ۲۰۰۰ وات، اتوی بخار با ۱۸۰۰ وات، سشوار با ۱۲۰۰ وات، جاروبرقی با ۱۰۰۰ وات، مایکروفر با ۹۰۰ وات و کولرآبی با ۶۰۰ وات تعدادی از وسایل پرمصرف زندگی روزمره ما هستند.