

# چگونه مصرف برق را مدیریت کنیم؟

9 تیر 1401

چند راهکار ساده و راحت برای مدیریت مصرف برق در این روزهای گرم و شرجی، تا برقمان قطع نشود.

یکی از راه‌های مدیریت مصرف برق استفاده نکردن از وسایل برقی پرمصرف در اوج مصرف این انرژی بین ساعت‌های ۱۲ تا ۱۶ و ۱۷ تا ۲۴ است و مشترکان برای مدیریت مصرف بهتر است از روشن کردن لوازم برقی پرمصرف مانند ماشین لباسشویی و ظرفشویی، جاروبرقی یا اتوکنشی در این ساعات خودداری کنند.

**استفاده از لامپ‌های LED.** لامپ‌های قدیمی بیشتر از نور، گرما تولید می‌کنند و در نتیجه انرژی بیشتری مصرف می‌کنند، بهتر است لامپ‌های LED یا فورسنت جانشین لامپ‌های قدیمی شود.

**خاموش کردن فقط یک لامپ در هر خانه.** براساس آمار اگر هر مشترک خانگی فقط یک لامپ خاموش کند به اندازه یک نیروگاه بزرگ هزار مگاواتی صرفه جویی می‌شود.

**تنظیم دمای مناسب برای کولرهای گازی.** بهتر است دمای کولرهای گازی بر روی عدد ۲۴ تا ۲۶ درجه سانتی‌گراد تنظیم شود تا علاوه بر داشتن هوای مطبوع در محیط منزل، کمترین مصرف انرژی هم داشته باشیم.

**توجه به برچسب انرژی وسایل برقی (یخچال و فریزر).** از لوازم خانگی با برچسب انرژی A استفاده و درجه یخچال را در ۳۸ تا ۴۲ درجه فارنهایت و دمای فریزر را در ۰ تا ۵ درجه فارنهایت تنظیم کنیم.