

لامپ اضافی خاموش!

راهکارهای عملی و ساده برای کاهش برق مصرفی در این روزهای قطع و وصل شدن برق

سمیه
محمدنیا حنایی
روزنامه نگار

همین که هوا رو به گرمی می گذارد، این قبض های برق است که دود از کله مشترکین خانگی بلند می کند. مثل فصل زمستان که غول همه قبض ها را قبض گاز تشکیل می دهد. اما امسال با توجه به رشد قیمت ها در همه حوزه های مخارج خانوار، ضرورت صرفه جویی در مصرف انرژی ها

با اهمیت تر شده است. موضوعی که با توجه به افزایش ۲۶ درصدی تعرفه برق بهای مشترکین پر مصرف دیگر قابل چشم پوشی نیست. مضاف این که این قطعی های گاه و بی گاه نیز خبر از کم برقی سراسری می دهد و لزوم صرفه جویی خانوار ها را به عنوان موثر ترین بخش

مصرف کننده ها صد چندان می کند. اما واقعیت این است که صرفه جویی در مصرف برق کار بسیار ساده ای است و با کمی دقت می توان تا حد قابل ملاحظه ای در این باره موفق بود. در این مجال سعی کرده ایم شما را با آسان ترین روش های صرفه جویی در مصرف برق آشنا کنیم.

خورنده های برق را دور بیندازید

دیگر کمتر خانه ای پیدا می شود که از لامپ های کم مصرف استفاده نمی کند. اما در بازار روشن کننده های کم مصرف انواع مختلفی وجود دارد که باز هم برای مصرف کمتر برق و روشنایی بیشتر رقابت می کنند. استفاده از لامپ های پر نور کم مصرف مانند لامپ های ال ای دی می تواند شما را از روشن کردن لوسترهای پر انشعاب بی نیاز کند. البته ناگفته نماند که همیشه تعویض همه لامپ ها ممکن است بار زیادی را در یک ماه روی دوش خانواده بگذارد، اما براساس تخمین ها این هزینه طی ۱۸ ماه با کاهش بهای برق مصرفی دوباره به جیب خانواده برمی گردد. در پایین مطلب قیمت برخی از لامپ های پر فروش بازار را بیان کرده ایم. اما تعویض وسایل پر خور برقی تنها به وسایل روشنایی ختم نمی شود و خانواده ها باید برای تعویض وسایل قدیمی برقی نیز برنامه زمان بندی مناسبی داشته باشند. یکی از پر مصرف های خانگی در صورت کهولت سن، انواع یخچال و فریزر است. طبق بعضی از تحقیقات، یخچال هایی که عمرشان از ۲۰ سال گذشته است نسبت به همتایان جوان شان چیزی حدود ۲۰ تا ۲۵ درصد برق بیشتری مصرف می کنند. این موضوع با توجه به متصل بودن همیشگی یخچال ها به جریان برق قابل ملاحظه است. واقعیت این است که در جهان فناوری یکی از بزرگ ترین دغدغه های تولید کنندگان، انرژی های محدود و پایان پذیر است و همین موضوع آن ها را به سمت وسوی کم مصرف ترین ها سوق می دهد.

پر خورها را بشناسید و محدودشان کنید

در میان وسایل برقی خانگی نام چند وسیله

به پر مصرف بودن معروف است که از این میان می توان به اتوبخار، اتوپرس، لباس شویی، کولر گازی، فرهای برقی و مولتی کوکرها اشاره کرد. واقعیت این است که همیشه نمی توان استفاده از این وسایل را تعطیل کرد اما می توان استفاده از آن ها را محدود، جایگزین یا حتی به زمان دیگری موکول کرد. مثلاً در خصوص انواع خوراک پزهای برقی بهتر است به جای استفاده از وسایل برقی به وسایل گازی روی آورد و تا حد امکان پختن این نوع غذاها را به ساعات کم باری موکول کنیم. درباره وسایل پر مصرفی مانند لباس شویی و اتو نمی توان حرف از تعطیلی آن ها زد. در این موارد بهتر است زمان استفاده از آن ها را به صبح ها یا آخر شب ها منتقل کنید تا از تخفیف های مصرف در زمان کم باری بهره مند شوید.

جلوی اشتباهی وسایل به برق را بگیرید

در بیشتر دفتر چه های راهنمای وسایل نکاتی گفته شده است که به روش های کاهنده مصرف انرژی معروف هستند. مثلاً درباره یخچال گفته می شود از باز و بسته کردن پیاپی در یخچال یا باز گذاشتن در آن به صورتی که صدای هشدارش بلند شود پرهیز کنید. راهکار ساده ای که می تواند تا حد زیادی از مصرف انرژی برق یخچال بکاهد، خرید یک کلمن ساده و قرار دادن آن روی میز آشپزخانه است که تا حد زیادی از باز و بسته شدن در یخچال برای برداشتن آب خنک می کاهد یا درباره لباس شویی بر وزن دقیق لباس ها تاکید ویژه ای شده و این کار را یکی از روش های صرفه جویی می دانند. چنان چه دفترچه راهنمای وسایل تان را در اختیار ندارید، با یک سرچ ساده می توانید راهکارهای صرفه جویی انرژی برق برای وسیله مدنظر تان را پیدا کنید.

نام محصول	قیمت (تومان)
ال ای دی ۲۰ وات پوکلا sh-۲۰۲۰	۳۰ هزار و ۵۰۰
ای ای دی ۳۰ وات پوکلا sh-۳۰۳۰	۴۰ هزار و ۳۲۰
ال ای دی ۱۲ وات افرا تاب AF-G۶۵	۲۷ هزار و ۵۰۰
لامپ کم مصرف ۴۰ وات نور محل NES	۲۶ هزار و ۴۰۰
لامپ ال ای دی ۷ وات اشکی بروکس	۲۴ هزار

چشمتان به ساعت باشد

تا سال گذشته که قبض ها کاغذی بود، جدولی از بهای برق مصرفی در بازه های زمانی متفاوت به چشم می خورد. واقعیت این است که صنعت برق برای مشترکینی که حواس شان به زمان استفاده از برق هست، مشوق های مالی خوبی قرار داده و صد البته برعکس برای مشترکین بی توجه به زمان مصرف، جریمه دو برابری پیش بینی کرده است. در فصل گرما ساعات پر باری شبکه برق بین ساعت های ۱۲ تا ۱۷ و ۲۰ تا ۲۳ تعیین شده است و بهای برق مصرفی در این بازه زمانی دو برابر بهای برق مصرفی در ساعات میان باری است. در ساعات کم باری که از ساعت ۱۲ شب تا ۶ صبح است، بهای برق مصرفی نصف بهای برق مصرفی میان باری است. گفتنی است در ساعات باقی مانده، بهای برق مصرفی معمولی محاسبه می شود. استفاده به موقع فقط یک برنامه زمان بندی می خواهد و بس!

لامپ اضافی خاموش!

شاید تا این جمله را بخوانید یاد انیمیشن بابا برقی بیفتید که در دهه ۷۰ به لای پیام های بازرگانی برای خانواده ها پخش می شد. اما گفتنی است این یک راه ساده برای کاهش مصرف برق است. براساس برخی از تحقیقات که از سوی سازمان های بین المللی صورت گرفته است، انرژی



مصرفی برای لامپ های اضافی خاموش نشده در سال به اندازه برق مصرفی ۱۰ واحد صنعتی ۲ هزار متری است. واقعیت این است اگر بتوانید کودکان تان را در این صرفه جویی ساده با خودتان همراه و این شیوه را به صورت نهادینه در منزل تان اجرایی کنید خیلی سریع تر به نتیجه خواهید رسید.

تنظیم خنک کننده ها

یکی از دلایلی که مصرف برق در فصل گرما را به نقطه اوج می رساند، استفاده مشترکین از انواع خنک کننده ها در قالب کولرهای آبی و گازی است. درباره مصرف کولرهای گازی این قدر بدانید که آقای رجبی مشهدی سخنگوی صنعت برق ادعا کرده است که میزان برق مصرفی کولرهای گازی در دمای غیر استاندارد برابر با میزان برق مصرفی یک دستگاه استخراج کننده رمز ارز یا ماینر است که امسال بالای جان نیروگاه های ایران شده است! اما اگر همین پر مصرف های خنک کننده را روی دمای ۲۶ تا ۲۴ درجه تنظیم کنیم می توانیم تا ۲۵ درصد در مصرف برق کولرهای گازی صرفه جویی کنیم. استفاده از سایه بان و همچنین دور کند کولرهای آبی نیز صرفه جویی ۳۰ درصدی را برای مشترکین به ارمغان می آورد. نکته مهم دیگر درباره این وسایل استفاده از کولرهای گازی اینورتر و دارای کنترل هوشمند است.

می شد. تولیدی خانم صداقت تا امروز در همان محل سابق به کار خود ادامه داده و توانسته است ۲۵۰ نفر را به صورت مستقیم از بیکاری در بیاورد. این تولیدی همچنین توانسته است صادرات به کشورهای خلیج فارس را در کارنامه کاری خود بگنجانند، موضوعی که با توجه به قدرت ترکیه در صادرات پوشاک جای تامل دارد. از دیگر موفقیت های خانم صداقت در حیطه کارآفرینی می توان به دریافت هشت عنوان کارآفرین برتر و نمونه در مشهد و استان خراسان رضوی، دریافت عنوان کارآفرین ملی در کل کشور، دریافت عنوان بانوی اول کشوری در رشته نساجی و پوشاک و دریافت مدال طلای کارآفرینی در سال ۱۳۹۴ از دفتر ریاست جمهوری اشاره کرد. ناگفته نماند می توانید اسم این کارآفرین نمونه را در بیشتر کارهای نیکوکارانه در شرق کشور پیدا کنید.

دلش با کارآفرینی بود و برای همین اولین کارگاه تولید پوشاک را در مشهد در منطقه ای مستضعف نشین راه اندازی کرد. کارگاه خانم صداقت توانست در اولین سال های فعالیت بیشتر بازار فرم های اداری، مدارس و حتی بیمارستانی مشهد را به دست بگیرد، حجم سفارش ها به حدی بود که فضای کارگاه پاسخ گوی آن نبود، بنابراین خانم صداقت دست به ابتکار جالبی زد، او با آموزش مستقیم بعضی از خانم ها که امکان کار در بیرون از خانه را نداشتند، بخش اعظمی از کارهای کارگاهش را به خانه کارکنانش انتقال داد. به نظر او این کار یک تیر و چند نشان بود، نخست این که بدون گسترش فیزیکی کارگاه، بهره وری آن را افزایش داده بود و دوم این که برای خانم هایی که نمی توانستند در اجتماع به هر دلیلی حاضر باشند، اشتغال زایی کرده بود و حتی از هزینه های رفت و آمدشان نیز کاسته

از سختی کار برای این زنان موفق است. از سوی دیگر بانوان باید در جبهه خانواده نیز به ایفای نقش مادری و همسری خود بپردازند که تا حد زیادی انرژی آن ها را برای کارآفرینی می کاهد. با تمام این توضیحات تاریخ ایران عزیز ما پر است از اسامی بانوان پرافتخاری که از هیچ چیزی برای اعتلای ایران دریغ نکرده اند. امروز پای صحبت های کارآفرین مشهدی نشستیم ایم که تنها هدفش کمک به زنان آبرومند اما سرپرست خانوار است. خانم زهره صداقت مهمان کارآفرین ماست. زهره صداقت متولد سال ۱۳۴۱ در مشهد است. او از همان ابتدا علاقه خاصی به خیاطی داشت و حتی رنج سفر به کشور ژاپن و اخذ مدرک دیپلم خیاطی را به جان خرید. او می توانست با مدرکی که گرفته بود به عنوان استاد به آموزش خیاطی بپردازد اما از همان ابتدا

با کارآفرینان

لباس کار برای بیکاران!

سمیه محمدنیا حنایی- یکی از مسائلی که در نگاه کلان به آن یک مقوله جنسیتی نیست، مسئله کارآفرینی است. بیشتر دولتمردان ادعا دارند که در گشایش های اقتصادی ملی هیچ نگاه جنسیتی به مقوله کارآفرینی ندارند، در حالی که اگر پای درد دل بانوان کارآفرین بنشینید خیلی زود متوجه می شوید که آن ها برای بقا در حوزه اقتصادی نسبت به مردان دو برابر تلاش کرده اند. مسائلی چون اعتماد نکردن به بانوان، ندادن وام های کلان به آن ها و همچنین برخی از عرف های ناگفته سد کننده راه بانوان تنها بخشی