



# 一起节约能源

## 日常节能技巧

### 拔掉插座，关闭电源

充电结束，拔掉插头。尽可能直接关机，而不是保持待机状态。

### 随手关灯

节约用电，人走灯灭。

### 不使用电暖器

电暖器属于违禁物品，且即使调到最低档，依旧极度耗能。

### 适当地通风

开窗通风时，请关闭暖气。暖气打开时，不要长时间打窗户。

## 烹饪节约技巧

### 盖上锅盖

煮饭时盖上锅盖能节省一半的能源和时间

### 多用热水壶，少用锅

热水壶上可煮水、泡茶、煮咖啡，下可更快更好更节能烹饪。

### 提高冰箱使用效率

食物冷却后再放到冰箱。提前想好需要的东西，并且只打开冰箱几秒钟

### 烘焙时使用风扇模式

就算放了两个托盘，不预热的 160° 的风扇模式和 200° 的上下火模式能达到同等功效。

## 团结就是力量

**BAUVEREIN**  
KATHOLISCHE  
STUDENTENHEIME

