



Published on *Gmina Potęgowo* (<https://www.potegowo.pl>)

Home > 20 stopni dla klimatu

20 stopni dla klimatu



19.03.2020

Izba Gospodarcza Ciepłownictwo Polskie zainicjowała kampanię „20 stopni dla klimatu”, w której zachęca Polaków do oszczędzania ciepła poprzez zmniejszenie temperatury w domu o 1-2°C.

Wg badań statystycznych polskie mieszkania są przegrzewane. Średnia temperatura jest równa bądź wyższa od 22°C. Człowiek komfortowo funkcjonuje w temperaturze 20 - 21°C. Przy wyższej temperaturze wysychają śluzówki dróg oddechowych, co osłabia naturalne mechanizmy usuwania wirusów i bakterii z nosa czy gardła. W efekcie jesteśmy bardziej narażeni na infekcje. Ponadto pogarsza się zdolność koncentracji oraz wzrasta uczucie rozdrażnienia.

Zmiana nawyków temperaturowych to nie tylko krok dla lepszego zdrowia i samopoczucia, ale także duża oszczędność energii i zasobów naturalnych. W Polsce głównym rodzajem opału stosowanym do wytwarzania ciepła nadal pozostaje węgiel. Obniżenie temperatury w mieszkaniach o 1°C, pozwoli na zmniejszenie zużycia węgla o kilkaset tysięcy ton rocznie oraz na ograniczenie zanieczyszczenia powietrza tlenkami węgla, siarki, azotu oraz pyłu zawieszonego.

Dodatkowym czynnikiem, który powinien zachęcić nas do zmiany nawyków i obniżenia temperatury w mieszkaniach są względy ekonomiczne. Obniżenie temperatury o 1°C to zmniejszenie rachunków za ciepło o ok. 5 %!

Serdecznie zachęcam do udziału w tej ogólnopolskiej kampanii!

Source URL: <https://www.potegowo.pl/en/node/2955?date=2025-08>