

## راهنمای کاهش مصرف در یخچال و فریزر

مصرف‌کنندگان بایستی هنگام خرید، یخچال و فریزری را انتخاب کنند که با توجه به برچسب انرژی دارای بیشترین بازده و کارایی باشد.



۱. حجم یخچال و فریزر باید با توجه به نیاز و تعداد افراد خانواده انتخاب شود تا از فضای آن بطور کامل استفاده شود. در بسیاری از موارد یک یخچال - فریزر ۱۴ فوت یا حتی ۱۲ فوت می‌تواند نیاز یک خانواده ۲ تا ۴ نفره را

برآورده سازد.

۲. برفک‌های یخچال و فریزر را بطور منظم آب کنید زیرا با افزایش قشر برفک، مصرف انرژی بالا می‌رود، با انتخاب یخچال‌های مجهز به سیستم برفک آب‌کن اتوماتیک، مصرف انرژی بدون دخالت مصرف‌کننده، کاهش می‌یابد.

۳. قرار دادن یخچال یا فریزر در مجاورت دستگاه‌های گرمازا مثل اجاق گاز، آب گرم‌کن، شوفاژ و همچنین زیر نور مستقیم خورشید، مصرف انرژی آنرا افزایش می‌دهد. در صورتی که امکان دیگری برای قراردادن یخچال - فریزر در آشپزخانه وجود نداشته باشد، با یک پوشش مناسب (عایق حرارتی) دستگاه را از حرارت و گرما حفظ کنید.

۴. فضای پشت یخچال و فریزر برای گردش هوا باید حداقل به اندازه ۲۰ سانتی‌متر با دیوار فاصله داشته باشد. ضمناً لازم است لوله‌های پشت یخچال و فریزر حداقل سالی دو بار گردگیری شود. رعایت این موارد سبب انتقال حرارت بهتر بین هوا و لوله‌ها خواهد شد.

۵. هنگامی که یخچال و فریزر بر روی یک سطح تراز و صاف قرار نمی‌گیرد باعث می‌شود تا درب یخچال بطور کامل بسته نشود و کارکرد درستی نداشته باشد و در نهایت مصرف انرژی آن افزایش یابد.

۶. مواد غذایی را پیش از سرد شدن کامل در یخچال و فریزر قرار ندهید و از گذاشتن همزمان مقدار زیادی مواد غذایی در یخچال و بویژه فریزر خودداری کنید. این کار سبب ایجاد فشار زیادی بر موتور آن خواهد شد.

۷. از کنار هم‌چیدن و چسباندن ظروف و مواد غذایی در داخل یخچال و فریزر پرهیز کنید. چون این کار گردش هوا را در داخل یخچال یا فریزر دچار اختلال کرده و سبب افزایش مصرف برق می‌شود.

۸. جهت نگهداری مواد غذایی، پس از گذاشتن آنها در کیسه‌های فریزر، در آنها را به صورتی ببندید که دیگر هوای اضافی در داخل آن وجود نداشته باشد. در ضمن بر روی هر یک از کیسه‌ها برچسبی که حاوی مطالبی همچون نام مواد غذایی، نوع آن (سرخ شده، پخته، خام و ...) و تاریخ منجمد کردن باشد را بچسبانید. چنین برچسبی را با اطلاعات کلی تر شامل فهرست مواد غذایی داخل هر سبد، کشو، قفسه و یا طبقه نیز تهیه کرده و در محل مناسب بچسبانید. به این ترتیب دستیابی به مواد غذایی مورد نیاز بسیار آسان خواهد شد.
۹. از باز و بسته کردن بیهوده در یخچال یا فریزر پرهیز کنید.
۱۰. سعی کنید از منجمد کردن مواد غذایی و سبزیجات در فصل‌هایی که دسترسی به مواد غذایی تازه وجود دارد، خودداری نمایید.
۱۱. نوار لاستیکی درب یخچال و فریزر به مرور زمان انعطاف و کارآیی خود را از دست می‌دهد. توصیه می‌شود که سالی یکبار سالم بودن نوارها کنترل شود تا در صورت کوچکترین نشت هوا، نسبت به تعویض آنها اقدام گردد.
۱۲. از قرار دادن انواع قوطی‌های کنسرو، رب گوجه‌فرنگی، گالن‌ها و بطری‌های حاوی شربت، ترشیجات، شیشه‌های مربا، عسل و ... در یخچال خودداری کنید. این کار باعث اشغال بی‌مورد فضای یخچال - فریزر و به تبع آن افزایش مصرف انرژی دستگاه خواهد شد.
۱۳. افتادگی درب یخچال یا فریزر به علت وزن آن به مرور زمان باعث جدا شدن نوار لاستیکی از بدنه می‌شود که می‌بایست نسبت به تعویض لولای درب اقدام گردد تا از اتلاف انرژی به جهت خروج هوای سرد یخچال جلوگیری شود.
۱۴. باید توجه داشت که تنظیم صحیح و به موقع ترموستات یخچال و یا فریزر با عنایت به مواردی همچون حجم و میزان مواد غذایی درون آنها، محل قرار گرفتن یخچال و فریزر و دمای محیط و وسایل مزبور، نقش مهمی در کاهش مصرف انرژی این وسایل خواهد داشت و به عبارتی تنظیم نادرست و یا عدم توجه به تنظیم به موقع ترموستات باعث فاسد شدن و یا یخ‌زدگی مواد غذایی و به تبع آن افزایش مصرف انرژی خواهد شد. بنابراین درجه ترموستات فریزر را معمولاً بین ۱۵ تا ۱۸ درجه زیر صفر و درجه ترموستات یخچال را بین ۳ تا ۴ درجه بالای صفر تنظیم کنید.
۱۵. در هنگام خرید به بسته شدن کامل درها و مرغوبیت و چسبندگی نوار لاستیکی در یخچال و فریزر دقت و توجه شود.
۱۶. از گذاشتن بطری‌های حاوی نوشابه‌های گازدار در قسمت جایی یخچال‌ها و یا قراردادن آنها در قسمت فریزر یخچال - فریزرها جداً خودداری نمایید. این کار باعث می‌شود تا پس از انجماد کامل مایع در داخل بطری، در بطری باز شود و یا بر اثر فشار زیاد به بطری، بطری شکسته و مایع آن در داخل یخچال پراکنده شود. عدم رعایت همین موضوع باعث می‌شود تا حداقل زمانی بین ۱۰ تا ۱۵ دقیقه در یخچال - فریزر را برای تمیز کردن ناشی از ترکیدن بطری باز بگذاریم که خود باعث اتلاف انرژی خواهد شد.
۱۷. ضروری است تا ظروف و اشیایی که داخل یخچال - فریزر می‌گذارید، تمیز و بدون بو باشد.
۱۸. برای شستشوی جداره‌های داخلی یخچال - فریزر - چه هنگامی که برای اولین بار می‌خواهید از این وسیله استفاده کنید و چه زمانی که قصد تمیز کردن آن را دارید - از مخلوط آب نیم‌گرم

و جوش شیرین (هر لیتر آب یک قاشق جوش شیرین) و یک قطعه اسفنج نرم استفاده کنید و سپس آن را با پارچه‌ای نرم و تمیز خشک نمایید.  
۱۹. پس از هر بار شستشو برای یکنواخت شدن سرمای داخل یخچال - فریزر، باید چند ساعت یخچال - فریزر خالی بوده و با در بسته کار کند.

### چه نوع یخچال و فریزری بخریم؟

اولین نکته‌ای که هنگام خرید یخچال - فریزر باید مورد توجه قرار گیرد، دقت به علامت استاندارد ایمنی و برچسب انرژی است.

❖ اندازه یخچال - فریزر با توجه به تعداد افراد خانواده و شرایط زیست محیطی، گرمسیر یا سردسیر بودن منطقه، دوری و یا نزدیکی به مراکز فروش مواد غذایی، شهری یا روستایی بودن محل سکونت، از جمله نکاتی هستند که در انتخاب یخچال - فریزر باید در نظر گرفته شوند. بعنوان مثال، اگر ما در منطقه‌ای سردسیر زندگی می‌کنیم و امکان خرید مواد غذایی را از نزدیک محل سکونتمان داریم، خرید یک یخچال - فریزر بزرگ که از همه ظرفیت آن در بیشتر مواقع استفاده نشود، انتخاب درستی نخواهد بود.

❖ نوع تغذیه خانواده نیز مهم است، اگر خانواده‌ای پرجمعیت باشد و مواد پروتئینی زیادی استفاده می‌کند، بهتر است از یخچال - فریزرهایی که بخش فریزر آنها بزرگتر است و قدرت سرمایش بیشتری دارند، استفاده شود. در هر صورت، بهترین انتخاب در اندازه یخچال - فریزر آن است که بتوانیم از تمام حجم آن استفاده کنیم؛ زیرا اگر یخچال - فریزر ما خالی یا نیمه‌خالی بماند، در واقع انرژی را به هدر داده‌ایم