



NADACE ČEZ



ASOCIACE
OBČANSKÝCH
PORADEN

**ENERGETICKÉ ÚSPORY
2026**

1. Úvod – proč řešit energie

Ceny elektřiny a tepla se v posledních letech staly jedním z největších témat českých domácností. Pro mnoho rodin či seniorů představují účty za energie zásadní položku v rozpočtu. Každá ušetřená stokoruna tak může rozhodovat o tom, zda peníze zbydou i na jiné potřebné výdaje.

Zároveň ale nejde jen o peníze. Energie, které doma spotřebujeme, mají přímý vliv na životní prostředí – od výroby elektřiny v elektrárnách až po vytápění našich bytů a domů. Čím méně energie spotřebujeme, tím méně se zatěžuje příroda a zároveň se posiluje energetická soběstačnost České republiky.

Cílem této brožury je ukázat, že šetřit energii nemusí znamenat žít nepohodlně. Naopak – i drobné změny v domácnosti mohou vést k příjemnějšímu a úspornějšímu bydlení s nižšími provozními náklady.

Dozvíte se zde:

- jaké malé kroky může udělat každý hned dnes a ušetřit tak tisíce ročně,
- kdy se vyplatí větší investice do vybavení domácnosti,
- jaké dotace stát nabízí,
- a jak můžeme přispět k udržitelnější budoucnosti i bez drahých technologií.

Nadace ČEZ dlouhodobě podporuje projekty, které pomáhají českým domácnostem zvládat energetické výzvy a hledat cesty k úsporám. Tato brožura navazuje na tuto tradici – přináší praktické, srozumitelné a ověřené tipy pro každého, kdo chce mít své účty pod kontrolou a zároveň žít šetrněji k životnímu prostředí.



2. Malé kroky v domácnosti, které přinášejí velké úspory

Nemusíte hned měnit okna nebo pořizovat solární panely, abyste ušetřili. Často stačí drobné změny, které zvládne každý.

(Pozn.: Úspory uvedené níže jsou orientační a vždy závisí na velikosti domácnosti, spotřebě a cenách energií.)

ELEKTŘINA

- **Žárovky a osvětlení** – starší neúsporné žárovky nebo halogenové zdroje spotřebují výrazně více elektřiny než LED osvětlení. Orientačně může světelný zdroj o příkonu kolem 60 W při třech hodinách svícení denně stát asi 330 Kč ročně, zatímco srovnatelná LED žárovka s příkonem 9–10 W přibližně 50 Kč ročně. Při větším počtu světelných zdrojů se úspora může projevit i v řádu tisíců korun za rok.
- **Spotřebiče v pohotovostním režimu** – televize, mikrovlnka nebo nabíječky odebírají proud, i když je nepoužíváte. U více spotřebičů se to může za rok projevit částkou v řádu stovek korun. Pomůže prodlužovací zásuvka s vypínačem.

- **Pračka a myčka** – zásadní spotřebu elektřiny má velká část domácností v případě ohřevu vody. Praní na 30 °C místo na 60 °C může spotřebu elektřiny citelně snížit. V ideálním případě spouštějte pračku a myčku plně naložené.

VYTÁPĚNÍ

- **Teplota v bytě** – každý stupeň dolů může znamenat snížení nákladů na vytápění až o 6 %. Skutečná úspora však závisí na typu bydlení, zateplení i způsobu vytápění.
- **Termostatické hlavice** – umožní nastavit v každé místnosti jinou teplotu. Například v ložnici 18 °C, v obýváku 21 °C. Investice do hlavice se vrátí často už během jedné topné sezóny.
- **Větrání** – větrejte krátce a intenzivně, několikrát denně. Oknem vyvětráte vzduch, ale nestihnou se ochladit zdi a nábytek.

CHLADNIČKA A MRAZÁK

- **Nastavení teploty** – ideální je 5 °C v lednici a -18 °C v mrazáku. Nižší teploty už nepřinesou větší bezpečí potravin, jen vyšší účet za elektřinu.
- **Umístění** – lednici nedávejte ke sporáku nebo k radiátoru. A nechte za ní volný prostor, aby mohl vzduch cirkulovat.
- **Odmrazování** – námraza v mrazáku výrazně zvyšuje spotřebu. Stačí pár milimetrů a účet za elektřinu stoupne o stovky korun ročně.

3. Chytré investice, které se vyplatí

Některá opatření v domácnosti vyžadují menší investici, ale mohou se poměrně rychle vrátit. Jde o změny, které nejsou tak finančně náročné jako výměna oken nebo pořízení nového zdroje vytápění, a přitom mohou snížit účty o stovky až tisíce korun ročně. Výhodou je také to, že řadu z nich lze provést postupně, podle možností domácnosti.



ÚSPORNÉ SPOTŘEBIČE

Starší lednice, pračky nebo mrazáky často spotřebují výrazně více energie než nové spotřebiče s vyšší energetickou účinností. Například lednice stará 15 let může mít roční spotřebu kolem 400–500 kWh, zatímco novější úsporný model kolem 150–200 kWh. Rozdíl v nákladech pak může podle konkrétní ceny elektřiny činit i více tisíc korun ročně. Při výměně se proto vyplatí sledovat nejen pořizovací cenu, ale i předpokládanou roční spotřebu uvedenou na energetickém štítku.

■ Těsnění a drobná opatření kolem oken a dveří

Netěsnící okna nebo dveře znamenají v zimě zbytečné úniky tepla a v létě naopak rychlejší přehřívání bytu. Samolepicí těsnicí pásky stojí desítky korun a přitom mohou snížit tepelné ztráty o několik procent. Do oken lze také vložit izolační fólii, která pomůže hlavně ve starších bytech nebo domech. Jde o jednoduché opatření, které je vhodné zejména tam, kde zatím není možné provést větší stavební zásah.

■ Úsporné sprchové hlavice a perlátory

I když se voda nezdá přímo jako „energie“, ohřev vody tvoří podstatnou část spotřeby elektřiny nebo plynu. Úsporná sprchová hlavice stojí několik stovek korun a sníží spotřebu teplé vody až o třetinu. Perlátory na vodovodní baterie pomáhají omezit spotřebu vody i při běžném mytí rukou nebo nádobí. Tím lze ušetřit nejen na vodném a stočném, ale hlavně na energiích za ohřev vody.

■ Moderní vaření – indukční deska

Nahrazení zastaralé elektrické varné desky technologií indukčního ohřevu snižuje spotřebu energie na vaření až o 30 %. Indukce navíc ohřívá rychleji a přesněji, takže se zkracuje doba vaření i množství zbytečně spotřebované energie. Největší přínos má zejména v domácnostech, kde se vaří často a pravidelně. Při přechodu na indukci je ale potřeba počítat s tím, že ne každé stávající nádobí bude vhodné – používat lze jen nádobí s magnetickým dnem.

■ Stínící technika a rolety

V létě pomohou snížit přehřívání bytu, což omezuje potřebu používat klimatizaci nebo ventilátory. V zimě mohou přispět k tomu, že se část tepla udrží v interiéru. Investice do kvalitních žaluzií, rolet nebo závěsů se může vrátit v nižších nákladech na chlazení i vytápění. Význam mají zejména u oken orientovaných na jih a západ, kde bývá přehřívání nejvýraznější.



■ Zateplení stropu nebo podlahy

V rodinných domech uniká značné množství tepla stropem nebo půdou. Jednoduché zateplení minerální vatou vyjde v řádu jednotek tisíc korun a může ušetřit až 10–20 % energie na vytápění. U bytů v přízemí se vyplatí zateplit strop sklepní místnosti nebo podlahy. Jde o opatření, které bývá méně nákladné než komplexní zateplení fasády, ale přesto může přinést znatelný efekt.

■ Drobné úpravy kolem radiátorů a rozvodů tepla

Menší investice může dávat smysl i u samotného předávání tepla v místnosti. Radiátory by neměly být zakryté těžkým nábytkem nebo dlouhými závěsy, protože teplo pak neproudí do místnosti tak účinně. Ve starších bytech a domech mohou pomoci i jednoduché izolační prvky za radiátory na obvodových zdech, které omezí ztráty směrem do konstrukce. U teplovodního vytápění se vyplatí také dbát na základní údržbu, například odvzdušnění radiátorů, aby systém fungoval co nejefektivněji.

4. Dotace a podpora – co stát nabízí domácnostem

V posledních letech vzniklo několik programů, které mají lidem pomoci snížit účty za energie. Tyto programy cílí hlavně na **nízkopříjmové domácnosti, seniory a vlastníky starších domů**, kde je úspora největší. Podmínky dotačních programů se průběžně mění. Text níže zachycuje stav známý v dubnu 2026. Před podáním žádosti je vždy nutné ověřit aktuální výzvu a závazné pokyny.

■ Nová zelená úsporám Light (NZÚ Light)

Tato část programu je určena zejména pro domácnosti s nižšími příjmy a další zranitelné domácnosti. Zaměřuje se především na dílčí renovace rodinných domů, například na zateplení, výměnu nevyhovujícího zdroje tepla nebo instalaci solárního systému pro ohřev vody. Výše podpory se má odvíjet od typu a rozsahu konkrétního opatření, podle informací zveřejněných v dubnu 2026 se uvažuje například o podpoře až 250 000 Kč na zateplení a až 150 000 Kč na výměnu neúsporného zdroje tepla nebo instalaci vhodného obnovitelného zdroje energie.



■ Bezúročný úvěr na renovace

Nově připravovaná etapa programu počítá i s bezúročným úvěrem pro rodinné domy, společenství vlastníků jednotek a bytová družstva. Úvěr má sloužit k financování komplexních i dílčích renovací, zejména zateplení, výměny zdroje tepla, instalace obnovitelných zdrojů energie, řízeného větrání s rekuperací nebo úsporného ohřevu vody.

Podle zveřejněných informací v dubnu 2026 má být splatnost úvěru až 25 let.

V červnu 2026 by měl být spuštěn příjem žádostí o technické posouzení projektu a v září 2026 má navázat samotné poskytování úvěrů prostřednictvím zapojených bank a stavebních spořitelen.

Co je renovační pas?

Renovační pas je poradenský podklad v rámci programu Nová zelená úsporám 2026+, který slouží jako návod pro smysluplnou renovaci domu. Podle aktuálně zveřejněných informací má být podkladem jak pro žádost o dotaci NZÚ Light pro zranitelné domácnosti, tak pro posouzení vhodnosti projektu při žádosti o bezúročný úvěr NZÚ.

Renovační pas je v podstatě jednoduchý a srozumitelný „plán renovace domu“. Jeho smyslem je ukázat majiteli domu, v jakém stavu dům je, která opatření dávají největší smysl a v jakém pořadí je vhodné je dělat, aby renovace dávala technicky i finančně rozum.

Oficiální web NZÚ uvádí, že renovační pas obsahuje posouzení stavu domu, návrh efektivní renovace a doporučení pořadí realizace úsporných opatření.

■ Oprav dům po babičce

Program je určen pro vlastníky starších rodinných domů, kteří chtějí svůj dům důkladně zrekonstruovat a snížit jeho energetickou náročnost. Podporuje zejména komplexní zateplení, výměnu oken a dveří, úpravy střechy, modernizaci vytápění i instalaci obnovitelných zdrojů energie. Výše podpory závisí na rozsahu a kombinaci zvolených opatření podle aktuálních podmínek programu. Výhodou může být také možnost zvýhodněného financování na část nákladů, kterou nepokryje dotace.

- **Kotlíkové dotace** – Samostatný program kotlíkových dotací byl ukončen 31. srpna 2024. Podpora výměny neekologických zdrojů tepla se následně promítla do jiných programů Nová zelená úsporám. Vždy je proto třeba sledovat, v jakém konkrétním režimu je výměna zdroje tepla podporována právě nyní.

Další podporovaná opatření

Vedle zateplení, výměny zdrojů tepla a fotovoltaiky bývá podporováno také například:

- řízené větrání s rekuperací,
- úsporný ohřev vody
- nebo některá doplňková opatření související s renovací domu.

- **Bezplatné energetické poradenství** – Součástí nové etapy programu Nová zelená úsporám je také systém bezplatného energetického poradenství pro domácnosti. Je určen lidem, kteří si nejsou jistí, jaká úsporná opatření pro jejich dům dávají největší smysl, v jakém pořadí je provádět nebo jaký typ podpory by pro ně mohl být vhodný. Podle oficiálních informací mají být v regionech k dispozici proškolení energetičtí manažeři a specialisté, kteří pomohou se základní orientací a mohou vystavit také renovační pas.
- **Kde najdete aktuální informace o dotacích** – Nejspolehlivějším zdrojem je oficiální web Nová zelená úsporám a web Státního fondu životního prostředí ČR. U programu NZÚ Light je vhodné sledovat také informace o poradenství pro zranitelné domácnosti a zveřejněné závazné pokyny k právě otevřené výzvě. U bezúročných úvěrů je důležité ověřit nejen podmínky programu, ale i seznam zapojených bank a stavebních spořitelů.
- **Na co si dát před podáním žádosti pozor** – U dotačních i úvěrových programů je důležité předem ověřit, zda zvolené opatření odpovídá aktuálním podmínkám výzvy, jaké doklady budou potřeba a zda je projekt způsobilý k podpoře. Nová etapa programu má navazovat na technické požadavky předchozích výzev, ale konkrétní podmínky je vždy nutné zkontrolovat podle právě otevřené výzvy a závazných pokynů programu.





5. Obnovitelné zdroje energie v domácnostech

Obnovitelné zdroje dnes už nejsou výsadou firem a velkých investic. Díky dotacím si je může pořídít i běžná domácnost – nejčastěji se setkáme se solárními panely a tepelnými čerpadly.

■ Solární panely (fotovoltaika)

Panel umístěný na střeše mění sluneční světlo na elektřinu. Ta napájí vaše spotřebiče, osvětlení nebo ohřev vody. Pokud vyrobíte více, než momentálně spotřebujete, přebytek se typicky ukládá do baterie. Další možností je prodej do sítě nebo – při splnění podmínek sdílení – využití přebytků na jiném odběrném místě (například na vaši chatu, dětem do bytu nebo v rámci sousedské komunity).

■ Cena fotovoltaiky

Technologie fotovoltaiky jsou dnes dostupnější než dříve a u rodinných domů se často volí systémy s bateriovým úložištěm, protože umožňují lépe využít



vyrobenou elektřinu přímo v domácnosti. Pořizovací cena se odvíjí zejména od velikosti systému, kapacity baterie, kvality použitých komponentů a rozsahu doplňkových technologií. U technicky vybavenějších řešení, například s chytrým řízením spotřeby nebo nabíjením elektromobilu, mohou být náklady vyšší. Výsledná částka, kterou domácnost uhradí z vlastních prostředků, pak závisí na konkrétní ceně systému i na tom, zda a v jakém režimu bude možné využít aktuální podporu z programu Nová zelená úsporám.

■ Kdy se vyplatí

Pokud máte vyšší spotřebu elektřiny a dokážete její část přesunout na denní dobu, kdy svítí slunce (ohřev vody, práce z domova, chytré zapínání spotřebičů). Vyplatí se i díky možnosti sdílení – elektřinu, kterou nespotřebujete doma, můžete efektivně využít jinde v rodině. Návratnost investice se může pohybovat v řádu několika let až nižších desítek let, podle systému, způsobu využití vyrobené elektřiny a budoucího vývoje cen energie.



TEPELNÁ ČERPADLA

Tepelné čerpadlo je vysoce efektivní zařízení, které odebírá tepelnou energii z okolního prostředí (vzduchu, země nebo vody) a přečerpává ji na vyšší teplotu potřebnou pro vytápění a ohřev užitkové vody. V moderních domech jde o nejčastější náhradu za dosluhující kotle na fosilní paliva.



Typy tepelných čerpadel podle způsobu fungování:

■ **Systém VZDUCH-VODA**

Venkovní jednotka nasává okolní vzduch, ze kterého odebírá teplo (i při teplotách hluboko pod bodem mrazu). Toto teplo následně předává do vody, která koluje v topné soustavě domu (radiátory, podlahové topení) a ohřívá vodu v zásobníku. Hlavní výhodou je snadná instalace bez nutnosti výkopových prací nebo vrtů. Je to ideální volba pro většinu běžných rodinných domů.

■ **Systém ZEMĚ-VODA**

Teplo získává z hloubky země, kde je teplota stabilní po celý rok. Využívá k tomu buď hlubinný vrt (cca 80–150 m), nebo plošný kolektor (hadice zakopané v nezamrzlé hloubce na zahradě). Teplo z půdy ohřívá nemrzoucí směs, která jej předává do domácího topného okruhu. Protože země v hloubce nezamrzá, čerpadlo pracuje stabilněji i při nízkých venkovních teplotách. Mívá také delší životnost.

■ **Systém VODA-VODA**

Teplo odebírá přímo ze spodní vody. Ta se čerpá ze sací studny, projde výměníkem čerpadla a ochlazená se vrací do vratné studny. Voda ve studni má i v zimě vysokou teplotu (kolem 10 °C), což z tohoto systému dělá jeden z neúčinnějších typů tepelného čerpadla vůbec. Vyžaduje však specifické geologické podmínky a povolení od úřadů.

■ **Systém VZDUCH-VZDUCH**

Funguje na stejném principu jako klasická klimatizace, ale v obráceném režimu. Venkovní jednotka odebírá teplo z venkovního vzduchu a vnitřní jednotka jej vyfukuje přímo do místnosti jako teplý vzduch. Neohřívá tedy vodu v radiátorech. Je skvělým doplňkem pro chaty nebo byty, kde není možné instalovat rozvody vody.

Kdy se vyplatí:

Instalace tepelného čerpadla je ideální volbou především při náhradě starých zdrojů tepla, jako jsou elektrokotle nebo zastaralé kotle na tuhá paliva.

Tato zařízení pracují nejefektivněji v dobře izolovaných domech s nízkoteplotním vytápěním, kam patří například podlahové topení nebo moderní velkoplošné radiátory.



Výrazného snížení provozních nákladů lze dosáhnout v kombinaci s fotovoltaikou, díky které může čerpadlo k provozu využívat vlastní elektřinu vyrobenou ze slunce.

6. Zelená elektřina – možnosti i bez vlastní investice

- Když se mluví o úsporách energie a šetrnějším provozu domácnosti, většina lidí si představí hlavně zateplení domu, fotovoltaiku nebo tepelné čerpadlo. Ne každá domácnost si ale může dovolit větší investici nebo má technické podmínky pro vlastní výrobu elektřiny. Vedle úsporných opatření proto existuje ještě jedna cesta, zvolit si produkt, u něhož dodavatel prokazuje původ elektřiny z obnovitelných zdrojů.
- V praxi to neznamena, že by do konkrétní domácnosti proudila fyzicky jiná elektřina než do okolních domů. Elektřina se v síti mísí. Smysl takzvané zelené elektřiny spočívá v tom, že její původ dodavatel prokazuje prostřednictvím záruk původu. Ty slouží k doložení toho, že odpovídající množství elektřiny bylo vyrobeno z obnovitelných zdrojů.
- Pro běžnou domácnost je to důležité hlavně z praktického hlediska. Pokud nechce nebo nemůže pořizovat vlastní solární panely, může i tak zvolit dodávku elektřiny, u níž je původ elektřiny doložen z obnovitelných zdrojů. Takové řešení samo o sobě nesnižuje spotřebu domácnosti, ale může být vhodnou volbou pro ty, kteří chtějí podpořit výrobu energie z obnovitelných zdrojů i bez stavebních zásahů do domu nebo bytu. Je to tedy spíše otázka volby dodavatele a produktu než technického vybavení domácnosti.
- Zelená elektřina přitom nemusí být vhodná pro každého ze stejných důvodů. Pro někoho bude rozhodující cena, pro jiného stabilita dodavatele, délka smlouvy nebo možnost sjednat produkt bez dlouhého závazku. I zde proto platí stejné pravidlo jako u jiných energetických služeb: před uzavřením smlouvy je vhodné porovnat nejen cenu, ale i smluvní podmínky, dobu trvání závazku a způsob změny nebo ukončení produktu. Dodavatel je ten, kdo s vámi uzavírá smlouvu a zajišťuje obchodní část dodávky, distributor zůstává podle místa odběru stejný.

- Z pohledu domácnosti tedy může být zelená elektřina zajímavou možností zejména tam, kde není prostor nebo rozpočet na vlastní technické řešení. Nejde o náhradu za úspory ani za dobře promyšlenou renovaci domu, ale může jít o doplňkový krok pro ty, kteří chtějí ovlivnit i původ energie, kterou spotřebovávají. Největší smysl má tehdy, když se spojí s rozumnou spotřebou, přehledem o vlastní domácnosti a pečlivým výběrem dodavatele.

7. Udržitelnost v každodenním životě

Udržitelnost nemusí znamenat drahé investice ani zásadní změnu životního stylu. Často jde spíše o drobná rozhodnutí v každodenním provozu domácnosti, která pomáhají snižovat spotřebu energie, omezovat zbytečné výdaje a šetřit přírodní zdroje. Právě v součtu mohou mít tyto malé kroky překvapivě velký dopad.

■ Omezování zbytečné spotřeby

Jedním z nejjednodušších způsobů, jak žít úsporněji, je předcházet plýtvání. To se týká nejen energií, ale i běžné spotřeby v domácnosti. U potravin pomáhá plánovat nákupy, správně skladovat jídlo a využívat zbytky. Každá vyhozená potravina totiž znamená nejen zbytečně utracené peníze, ale i energii spotřebovanou při výrobě, chlazení a dopravě. Podobně je tomu u oblečení nebo vybavení domácnosti. Delší používání věcí, jejich oprava nebo nákup z druhé ruky bývají levnější a zároveň šetrnější k životnímu prostředí.

■ Úsporné návyky v domácnosti

Sušení prádla na sušáku nebo venku může v řadě domácností omezit používání sušičky, která patří mezi energeticky náročnější spotřebiče. Vaření s pokličkou, využití tlakového hrnce nebo ohřev jen takového množství vody, které skutečně potřebujeme, pomáhají snižovat spotřebu energie při přípravě jídla. Smysl má i běžná péče o domácnost – například pravidelné odmrazování mrazáku, čištění filtrů u spotřebičů nebo správné nastavení teploty v lednici a mrazáku.

■ Promyšlené využívání dopravy a věcí

Úspory energie se netýkají jen bydlení, ale i běžného fungování mimo domov. Spolujízda do práce, do školy nebo na pravidelné kroužky může snížit náklady na dopravu a zároveň omezit zbytečné cesty autem. U některých věcí se vyplatí zvažovat, zda je opravdu nutné pořizovat nové výrobky, nebo zda postačí využít služby, sdílené řešení či kvalitní bazarové vybavení. Takový přístup šetří nejen peníze, ale i energii a materiály potřebné k výrobě nových věcí.



8. Budoucnost energetiky a role domácností

- Energetika se dnes neproměňuje jen na úrovni státu, dodavatelů a velkých technologií, ale stále více i na úrovni běžných domácností. Ještě poměrně nedávno většina lidí energii jednoduše odebírala a její cenu řešila až ve chvíli, kdy přišlo vyúčtování. Dnes se však postupně mění i to, jak domácnosti se svou spotřebou pracují. Stále důležitější je nejen kolik energie spotřebují, ale také kdy ji spotřebují, jak dobře jí rozumějí a zda dokážou svůj provoz lépe přizpůsobit skutečné potřebě.
- Právě v tom spočívá jeden z hlavních trendů příštích let. Rostoucí význam bude mít přesnější měření, lepší přehled o spotřebě a chytřejší řízení provozu domácností. Pro řadu lidí nebude největší změnou pořízení další technologie, ale spíše to, že díky přesnějším údajům snáze zjistí, kde jim energie zbytečně „utíká“ a jak svůj běžný provoz nastavit úsporněji. Budoucnost energetiky tak nebude stát jen na výrobě nové energie, ale také na schopnosti s ní zacházet účelněji a ve vhodný čas.
- Významnou roli bude hrát i větší propojení jednotlivých částí energetického provozu. Domácnosti už nebudou řešit odděleně vytápění, ohřev vody, spotřebu elektřiny nebo případné nabíjení dopravních prostředků, ale stále častěji jako jeden celek. Smyslem nebude úplná nezávislost na síti, ale spíše vyšší odolnost, lepší kontrola nad výdaji a větší schopnost využívat energii tam, kde přináší největší užitek.

- Proměňuje se také představa o tom, že každá domácnost funguje zcela samostatně. Do budoucna lze očekávat větší význam různých forem spolupráce, ať už půjde o sdílení elektřiny, společné projekty v bytových domech nebo další modely, které umožní energii využívat efektivněji v rámci širšího celku. Pro běžného člověka to znamená hlavně to, že už nebude odkázán jen na pasivní odběr, ale bude mít více možností, jak svou spotřebu a náklady ovlivnit.
- Pro většinu domácností tak budoucnost energetiky pravděpodobně nebude znamenat jednu velkou revoluci, ale spíše sérii menších změn. Důležitější než snaha mít „to nejmodernější“ bude dobrá orientace v tom, jak domácnost funguje, kde vznikají zbytečné ztráty a jaká řešení jsou v konkrétním případě skutečně smysluplná. Právě informovanost, průběžné vyhodnocování a rozumně zvolené kroky budou stále častěji rozhodovat o tom, zda bude domácnost fungovat úsporně, pohodlně a dlouhodobě udržitelně.



9. Závěr – malé kroky, velký význam

Každá ušetřená koruna na energiích znamená víc peněz pro vaši rodinu a méně zátěže pro životní prostředí. Nemusíte hned kupovat drahé technologie – i drobné změny v každodenních návycích dokážou ročně ušetřit tisíce korun. Pamatujte, že **udržitelná domácnost není o odříkání, ale o chytřejších volbách**. Když budete mít doma o stupeň nižší teplotu, vyměníte starou žárovku za LED nebo si necháte poradit s dotací, uděláte krok správným směrem.

Desatero úspor v domácnosti

1. Vyměňte starší a neúsporné žárovky za LED – návratnost do jednoho roku.
2. Vypínejte spotřebiče úplně, nenechávejte je v pohotovostním režimu.
3. Snížením teploty v bytě o 1-2 °C můžete ušetřit až desetinu výdajů na vytápění.
4. Prádlo perte na nižší teplotu a myčku spouštějte jen plnou.
5. Pravidelně odmrazujte mrazák a udržujte správnou teplotu v lednici.
6. Utěsněte okna a dveře – unikne méně tepla.
7. Zvažte jednoduché investice jako například stínící rolety či úsporné sprchové hlavice.
8. Sledujte dotační programy – stát vám může přispět na část rekonstrukce, fotovoltaiky nebo nového kotle.
9. Přemýšlejte o obnovitelných zdrojích – solární panely nebo tepelné čerpadlo sníží účty dlouhodobě.
10. Nakupujte a využívejte věci s rozmyslem – delší používání, opravy nebo nákup z druhé ruky šetří peníze i energii potřebnou k výrobě nových výrobků.

Každý krok se počítá

- Možná se zdá, že jednotlivé kroky jsou malé. Ale když je sečtete, může běžná domácnost ušetřit až několik tisíc korun ročně – a zároveň přispět k čistějšímu ovzduší a zdravějšímu prostředí pro děti i vnoučata. Navíc čím více domácností začne s energiemi nakládat úsporněji, tím větší dopad to může mít nejen na jejich výdaje, ale i na širší fungování společnosti. Začít přitom lze i malými změnami už dnes.