10 วิธีง่าย ๆ รักษ์พลังงาน กู้โลกร้อน

6

การเปิดช่องหน้าต่าง ประตู จะทำให้ลมพัดผ่านเข้า-ออกตัวบ้าน ทำให้บ้านเย็นสบาย โดยในแต่ละห้องในบ้านควรเปิดทางให้ลมมีทางเข้าและทางออกเพื่อให้อากาศภายในถ่ายเทสะดวก และระบายความร้อนได้ดี ช่วยลดการใช้แอร์ลงได้

งดใช้ถุงพลาสติก ในแต่ละปีมีถุงพลาสติกถูกผลิตออกสู่ตลาดมากกว่า 50,000 ล้านถุง และมีเพียง 3% ของถุงพลาสติกที่ถูกนำไป **"รีไซเคิล"** กลับมาใช้ใหม่อีกครั้ง โดยถุงพลาสติกแต่ละใบต้องใช้เวลาถึงพันปีกว่าจะย่อยสลายหมดไปจากโลก ****

7

ถอดปลั๊กเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ไม่ได้ใช้งานทุกครั้ง

8

เพราะเครื่องใช้ไฟฟ้าที่เสียบปลั๊กทิ้งไว้ แม้จะปิดสวิตช์ไปแล้ว ยังคงเกิดแรงดันไฟฟ้าอยู่ เพราะยังมีการใช้พลังงานของนาฬิกาและหน่วยความจำของเครื่องใช้ไฟฟ้านั่นๆ ประมาณ 5% ของการใช้พลังงานทั้งหมด การถอดปลั๊กเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ไม่ได้ใช้งานช่วยลด CO_2 ได้ 450 กิโลกรัมต่อปี ***

หมั่นเช็คลมยาง ก่อนออกเดินทางควรตรวจเช็คลมยางให้ตรงตามความต้องการของรถ เพราะหากยางสึกหรอหรือลมอ่อนจะทำให้การทรงตัวของรถไม่ดี และสิ้นเปลืองน้ำมัน ดังนั้นจึงควรตรวจเช็คความดันลมยางสม่ำเสมออย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง หรือทุกๆ ระยะทาง 500 กิโลเมตร เพราะหากความดันลมยางต่ำกว่ามาตรฐานทุก 1 ปอนด์ต่อตารางนิ้ว จะทำให้สิ้นเปลืองน้ำมันเพิ่มขึ้น 2%

9

4Rs 10

บริโภคให้น้อยลง เน้นนโยบาย 4RS (Rethink, Reduce, Reuse, Recycle) ทำได้หลายวิธี อาทิ การใช้กระดาษให้มีประสิทธิภาพสูงสุดจะช่วยลดการตัดต้นไม้ลงได้ เสื้อผ้าที่ไม่ค่อยได้ใช้งาน หากนำมาปรับแต่งให้กลายเป็นเสื้อผ้าใหม่จะช่วยประหยัดเงินและลดการผลิตผ้าผืนใหม่ การกินอาหารก็ควรกินให้หมด ไม่เหลือให้เป็นขยะเน่าเสีย ซึ่งการรีไซเคิลขยะในบ้าน จะช่วยลด CO_2 ได้ปีละ 450 กิโลกรัม ***

ร่วมมือร่วมใจกันลดใช้พลังงานด้วยวิธีง่าย ๆ ทั้ง 10 ข้อ นอกจากจะช่วยประหยัดพลังงานแล้ว ยังช่วยรักษาสภาวะแวดล้อม และช่วยคลายร้อนให้โลกในนี้ด้วย

หมายเหตุ
* อ้างอิง : http://t5.egat.co.th
** อ้างอิง : http://nstda.or.th
*** อ้างอิง : http://cpe.kmutt.ac.th/wiki/index.php/Talk:ปริมาณคาร์บอนไดออกไซด์ของโลก(World CO2 History)
**** อ้างอิง : www.time.com

New Idea

กันสาด

การติดตั้งกันสาด เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยป้องกันฝนสาดเข้าบ้านในหน้าฝน หากฝนตกไม่แรงนักกันสาดจะทำให้เราไม่ต้องปิดหน้าต่าง เพราะหากปิดหน้าต่างก็จะทำให้ภายในบ้านร้อนจนต้องเปิดแอร์ เป็นการช่วยลดการใช้แอร์ได้อีกทางหนึ่ง นอกจากนี้ กันสาดยังช่วยป้องกันแสงแดดไม่ให้ส่องผ่านหน้าต่างเข้ามาเป็นความร้อนสะสมอยู่ในบ้าน แต่ไม่ควรติดกันสาดมากเกินไปเพราะจะทำให้ในบ้านมืดจนต้องเปิดไฟในเวลากลางวัน

กันสาดแนวราบ

กันสาดแนวดิ่ง

กันสาดแบบผสม

กันสาดแนวราบ เหมาะที่จะนำไปติดตั้งกับหน้าต่างทางทิศเหนือและใต้ เพราะสามารถบังแสงแดดช่วงเที่ยงและบ่ายได้ดี โดยกันสาดหน้าต่างด้านทิศเหนือควรมีระยะยื่นทำมุมอย่างน้อย 10 องศากับขอบล่างหน้าต่าง ส่วนกันสาดหน้าต่างทิศใต้ควรมีระยะยื่นทำมุมอย่างน้อย 37 องศากับขอบล่างหน้าต่าง

กันสาดแนวดิ่ง เหมาะสำหรับหน้าต่างด้านทิศตะวันออกและตะวันตก เพราะสามารถบังแสงแดดได้ดีในช่วงเช้าและเย็น โดยการติดตั้งควรให้แนวดิ่งให้ทำมุมประมาณ 30 องศากับระนาบผนัง

กันสาดแบบผสม เป็นกันสาดที่รวมคุณลักษณะที่ดีของกันสาดแนวราบและแนวดิ่งเข้าด้วยกัน เพื่อให้สามารถป้องกันแสงแดดได้ตลอดทั้งวัน

Designed By : Kith & Kin (www.kithandkin.com)

อนุรักษ์พลังงาน
สิงหาคม 2553

ชำระค่าไปรษณีย์ยากรแล้ว
ใบอนุญาตเลขที่ 108/2547
ศฝ.หัวลำโพง 10331

กรุณาส่ง

เหตุที่ต้องทำบัตรจ่ายไม่ได้
- ☐ จำหน้าไม่ชัดเจน
- ☐ ไม่มีเลขที่หน้าตามจำหน้า
- ☐ ไม่ยอมรับ
- ☐ ไม่มารับภายในกำหนด
- ☐ เลิกกิจการ
- ☐ ย้ายไม่ทราบที่อยู่ใหม่
- ☐ อื่นๆ

ลงชื่อ.....

สำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน
กระทรวงพลังงาน

ศูนย์ประชาสัมพันธ์รวมพลังทหาร 2
กองทุนเพื่อส่งเสริมการอนุรักษ์พลังงาน สำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน (สนพ.)
121/1-2 ถนนเพชรบุรี แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400 โทร. 0 2612 1555 ต่อ 204-205 www.eppo.go.th

ฉบับที่ 38

อนุรักษ์พลังงาน

สิงหาคม 2553

รักษ์พลังงาน ลดโลกร้อน

- 10 วิธีง่ายๆ รักษ์พลังงาน กู้โลกร้อน
- เคล็ดลับประหยัดน้ำ

สำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน
กระทรวงพลังงาน

Cover Story

ปัจจุบันหลายประเทศทั่วโลกรวมถึงประเทศไทย ต่างเพิ่มความตระหนักและให้ความใส่ใจกับ "สภาวะโลกร้อน" มากขึ้น ซึ่งสาเหตุที่ทำให้เกิดสภาวะโลกร้อน คือ การที่มนุษย์เผาผลาญเชื้อเพลิงฟอสซิล เช่น น้ำมัน ก๊าซธรรมชาติ เพื่อนำมาผลิตเป็นพลังงาน และปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ (CO_2) ที่เป็นสาเหตุของสภาวะโลกร้อน

เพื่อร่วมกันลดการใช้พลังงาน อันเป็นสาเหตุของการเกิดสภาวะโลกร้อน สนพ. มีเคล็ดลับ "10 วิธีง่าย ๆ รักษ์พลังงาน กู้โลกร้อน" มาแนะนำดังนี้

1

เปลี่ยนหลอดไฟจากหลอดไส้เป็นหลอดตะเกียบ ช่วยประหยัดพลังงานได้มากกว่าถึง 5 เท่า และปัจจุบันยังมีหลอดผอมใหม่เบอร์ 5 (T5) ซึ่งกินไฟน้อยกว่าหลอดผอม (T8) ที่ใช้อยู่ในปัจจุบัน โดยหลอด T5 กินไฟเพียง 28 วัตต์ ส่วนหลอด T8 กินไฟที่ 36 วัตต์ หากเราเปลี่ยนมาใช้หลอด T5 แทนหลอด T8 ซึ่งมีอยู่ 200 ล้านหลอดทั่วประเทศ จะประหยัดไฟได้ปีละ 2,000 เมกะวัตต์ หรือปีละ 9,000 ล้านหน่วย ผู้ใช้ไฟฟ้าประหยัดค่าไฟได้ 25,000 ล้านบาทต่อปี ลดการนำเข้าเชื้อเพลิง 15,000 ล้านบาทต่อปี ลดการปล่อย CO_2 ได้ถึง 4,600 ล้านตันต่อปี *

แอร์ เป็นเครื่องใช้ไฟฟ้าที่กินไฟสูงถึง 40% ของปริมาณการใช้ไฟฟ้าของบ้าน 1 หลัง การปรับอุณหภูมิแอร์ให้อยู่ที่ 25 องศาเซลเซียส และช่วยลดการใช้พลังงานลงได้ 5-10% และจะช่วยลด CO_2 ได้ปีละ 1 ตัน **

2

3

คอมพิวเตอร์ตั้งโต๊ะ ทั่วไป กินไฟประมาณ 400-500 วัตต์ โดยตัว CPU จะกินไฟประมาณ 150 วัตต์ ส่วนจอมอนิเตอร์ที่ปัจจุบันนิยมใช้เป็นจอ LCD จะกินไฟประมาณ 300 วัตต์ ทั้งนี้คนส่วนใหญ่เข้าใจว่า โปรแกรมพักหน้าจอหรือ Screen Saver จะช่วยลดการใช้พลังงานลงได้ แต่ความจริงแล้วจอมอนิเตอร์ยังกินไฟเท่าเดิม ดังนั้นหากจำเป็นต้องหยุดการใช้งานคอมพิวเตอร์ชั่วคราว ควรปิดสวิตช์หน้าจอทุกครั้ง จะช่วยประหยัดพลังงาน และช่วยลด CO_2 ได้ปีละ 90 กิโลกรัม ***

ปลูกต้นไม้ นอกจากจะช่วยเพิ่มความสดชื่น คลายร้อน กรองฝุ่น กรองเสียง ยังช่วยบังแดดเป็นฉนวนกันความร้อนอย่างดี และที่ควรปลูกอย่างยิ่งคือไม้คลุมดิน จำพวกหญ้าต่าง ๆ เพราะช่วยกันความร้อนที่ระเหยจากพื้นดิน และลดการสะท้อนของแสงและป้องกันฝุ่นที่เกิดจากดินแห้งในช่วงฤดูร้อนได้อย่างดีโดยต้นไม้ 1 ต้น จะดูดซับ CO_2 ได้ 1 ตันตลอดอายุของต้นไม้ ***

4

5

การขับรถ ควรใช้ความเร็วที่สม่ำเสมอ หรือตามที่กฎหมายกำหนด จะช่วยประหยัดน้ำมันได้เป็นอย่างดี รวมทั้งยังช่วยเพิ่มความปลอดภัยและป้องกันอุบัติเหตุที่อาจจะเกิดขึ้นในระหว่างการเดินทาง โดยหากขับรถด้วยความเร็วไม่เกิน 90 กม./ชม. จะช่วยลดปริมาณ CO_2 ได้ 1 ตันต่อระยะทาง 30,000 กิโลเมตร **

Activity Update

สนพ. แจกซีดีเพลงวันแม่

ในงาน “พลังแห่งรัก แม่ของแผ่นดิน”

นายแพทย์วรรณรัตน์ ชาญนุกูล รัฐมนตรีว่าการกระทรวงพลังงาน เป็นประธานเปิดนิทรรศการกระทรวงพลังงาน ในกิจกรรมเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ เนื่องในโอกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 78 พรรษา 12 สิงหาคม 2553 **“พลังแห่งรัก แม่ของแผ่นดิน”**

โดย สำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน (สนพ.) ได้นำซีดี “รักษ์น้ำ รักแม่ ร่วมดูแลพลังงาน” รวบรวมเพลงที่มีเนื้อหาดี ๆ เกี่ยวกับแม่และการประหยัดพลังงานอย่างมีประสิทธิภาพ ไปแจกให้กับประชาชนที่เข้าชมงาน 7,800 แผ่น

ลงนามสัญญา

โครงการส่งเสริมก๊าซชีวภาพ โรงงานอุตสาหกรรม ปีที่ 2

นายวีระพล จิรประดิษฐกุล ผู้อำนวยการสำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน (สนพ.) เป็นประธานในพิธีลงนามสัญญารับเงินสนับสนุนจากกองทุนเพื่อส่งเสริมการอนุรักษ์พลังงาน ***“โครงการส่งเสริมเทคโนโลยีปี 2552 (ปีที่ 2)”*** โดย สนพ. ได้ให้การสนับสนุนเงินลงทุนก่อสร้าง และออกแบบระบบผลิตก๊าซชีวภาพให้กับผู้ประกอบการโรงงานอุตสาหกรรมที่ได้รับการพิจารณาเข้าร่วมโครงการจำนวน 54 ราย คิดเป็นยอดเงินสนับสนุน 519 ล้านบาท คาดว่าจะผลิตก๊าซชีวภาพได้ 211 ล้าน ลบ.ม./ปี

สัมมนาชี้แจง

รายละเอียดไบโอแก๊ส จากเศษอาหาร ระยะที่ 2

นายอดุลย์ ฉายอรุณ รองผู้อำนวยการสำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน (สนพ.) เป็นประธานเปิดงานสัมมนาชี้แจงรายละเอียด ***“โครงการส่งเสริมเทคโนโลยีก๊าซชีวภาพเพื่อจัดการของเสียเศษอาหารจากโรงแรมและสถานประกอบการต่าง ๆ ระยะที่ 2”*** เพื่อเผยแพร่ผลการดำเนินโครงการระยะที่ 1 และหลักเกณฑ์การสนับสนุนโครงการฯ ระยะที่ 2

ทั้งนี้ โครงการฯ ระยะที่ 1 มีเป้าหมายการส่งเสริมการผลิตไบโอแก๊สให้ครอบคลุมสถาบันการศึกษา โรงพยาบาล โรงแรม ศูนย์การค้า โรงงานอุตสาหกรรม และตลาดสด ให้ได้ 60 แห่ง รองรับเศษอาหารไม่ต่ำกว่า 14,500 กิโลกรัม/วัน ผลิตก๊าซชีวภาพได้ประมาณ 435,000 ลบ.ม./ปี ทดแทน LPG ได้ประมาณ 200,000 กิโลกรัม/ปี คิดเป็นมูลค่าทดแทนพลังงานปีละ 3.6 ล้านบาท

Energy Focus

Energy Innovation

สหรัฐอาหรับเอมิเรตส์ เตรียมสร้างโรงงานไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์ ใหญ่ที่สุดในโลก

สหรัฐอาหรับเอมิเรตส์ (ยูเออี) เตรียมทุ่มงบประมาณหลายพันล้านเหรียญสหรัฐสร้างโครงการมหาเมกะโปรเจ็กต์ โรงงานผลิตไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์ที่ใหญ่ที่สุดในโลก นามว่า **“ชามส์วัน” ภาษาอาหรับแปลว่า ดวงอาทิตย์**

สำหรับโรงไฟฟ้าชามส์วันนั้น จัดเป็น **“โรงไฟฟ้าไฮบริด”** คือเป็นโรงไฟฟ้าลูกผสมที่ใช้พลังแสงอาทิตย์ร่วมกับน้ำมัน โดยใช้แผงโซล่าเซลล์ของโรงไฟฟ้าที่กินอาณาบริเวณบนทะเลทรายราว 1.6 ตารางกิโลเมตร รับพลังงานความร้อนจากแสงอาทิตย์เพื่อมาอุ่นน้ำมันชนิดพิเศษและนำไปทำให้อุณหภูมิของน้ำสูงขึ้นจนเป็นไอน้ำ ไปผลักดันเจนเอเรเตอร์เพื่อสร้างกระแสไฟฟ้าให้ขีดความสามารถของกำลังการผลิตสูงสุดอยู่ที่ 100 เมกะวัตต์ โดยจะเริ่มก่อสร้างในราวปลายปี 2553 บนทะเลทรายมาดินัตชาเยด ซึ่งอยู่ห่างจากกรุงอาบูดาบีไปทางตะวันตกเฉียงใต้ราว 121 กิโลเมตร

โรงไฟฟ้าแห่งนี้ จะสามารถลดการผลิตก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ลงได้ถึง 170,000 ตันต่อปี เทียบเท่ากับการปลูกต้นไม้ 1.5 ล้านต้น หรือเลิกใช้รถยนต์ในกรุงอาบูดาบี 150,000 คัน ทั้งนี้ นโยบายของรัฐบาลยูเออี กำหนดให้กำลังการผลิตไฟฟ้าร้อยละ 7 ต้องมาจากพลังงานทางเลือกภายในปี 2563

ที่มา : หนังสือพิมพ์ข่าวสดรายวัน

เคล็ดลับ ประหยัดน้ำ

“น้ำประปา” กว่าจะมาให้เราได้ใช้ตลอดเส้นทางล้วนต้องใช้พลังงานทั้งสิ้น เริ่มจากต้องใช้ไฟฟ้าสูบมาจากแหล่งน้ำจืด เอามากรองให้สะอาดและปลอดภัยด้วยการใช้สารต่าง ๆ ซึ่งสารเหล่านี้ล้วนต้องใช้พลังงานในการผลิตและขนส่ง พอเสร็จเป็นน้ำประปาแล้วก็ต้องใช้พลังงานสูบส่งไปตามท่อใหญ่เล็กเข้าสู่บ้าน และทุกครั้งที่เราเปิดก๊อกใช้น้ำ ปั๊มน้ำทำงาน เราก็ใช้ไฟฟ้าด้วย ดังนั้นการประหยัดน้ำจึงไม่ใช่ประหยัดแค่ค่าน้ำอย่างเดียว แต่เท่ากับเป็นการอนุรักษ์พลังงาน และช่วยประหยัดงบประมาณในการจัดหาพลังงานให้ประเทศชาติอีกด้วย

สำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน (สนพ.) มีเคล็ดลับในการใช้น้ำอย่างประหยัด มาแนะนำถังนี้

เลือกเวลาใช้

การคำนึงถึงช่วงจังหวะเวลาที่เหมาะสมย่อมได้ผลดี เช่นเดียวกับการใช้น้ำ ก็ควรใช้อย่างประหยัด เช่น รอล้างจานที่เดียวหลาย ๆ ใบ ประหยัดกว่าต่างคนต่างล้าง ก่อนซักผ้าแช่ผ้าในน้ำผงซักฟอกรอไว้ก่อน ผ้าก็จะสะอาดง่ายไม่เปลืองน้ำ

เช็ดก่อนใช้

การทำความสะอาด โดยการ ปัด กวาด เช็ด ถู ก่อนใช้น้ำล้าง ก็จะช่วยประหยัดน้ำ เช่น ปัดฝุ่นมุ้งลวดก่อนล้าง ปัดฝุ่นรถก่อนล้างรถ ฯลฯ

รองก่อนใช้

การรองน้ำก่อนใช้ช่วยลดอัตราน้ำไหลทิ้งเปล่า 9 ลิตรต่อนาที หากแปรงฟันไป ปล่อยน้ำไหลไปตลอดเวลาทำให้สิ้นเปลืองน้ำถึง 12 ลิตรต่อครั้ง ซึ่งหากใช้แก้วรองน้ำก็จะใช้น้ำเพียง 1-2 แก้ว เท่านั้น การล้างจานควรอุดจุกยางกักน้ำประหยัดกว่าล้างโดยตรงจากก๊อก รองน้ำใส่ถังล้างรถ โดยเช็ดถูด้วยฟองน้ำก็จะใช้น้ำเพียง 100 ลิตร แต่หากใช้สายยางล้างและปล่อยให้น้ำไหลตลอดเวลาจะสิ้นเปลืองถึง 4 เท่าที่เดียว

ใช้น้ำซ้ำ

โดยคำนึงถึงความเหมาะสมในการนำน้ำไปใช้ซ้ำอีกครั้ง เช่น น้ำสุดท้ายของการซักผ้า จะทิ้งก็น่าเสียดาย สามารถนำมาใช้ถูพื้น และหรือรดต้นไม้ได้อีกต่อ

ใช้อุปกรณ์ช่วยประหยัด

นอกจากการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้น้ำแล้ว การปรับเปลี่ยนอุปกรณ์ที่ใช้ก็มีส่วนช่วยทำให้การประหยัดน้ำเป็นเรื่องง่ายขึ้น เช่น ใช้ถุงบรรจุน้ำใส่ในโถชักโครก (ซึ่งสามารถทำได้เอง) เพื่อลดการสิ้นเปลืองน้ำ หรือใช้ถังชักโครกประหยัดน้ำ ซึ่งมีปุ่มให้กดน้ำตามแต่งานหนัก เบา จะดีกว่า หรือการอาบน้ำด้วยฝักบัวปรกติจะใช้น้ำ 45-50 ลิตรต่อครั้ง แต่หากใช้ฝักบัวรุ่นประหยัดน้ำจะใช้น้ำเพียง 30 ลิตรต่อครั้ง หรือรดน้ำต้นไม้ด้วยบัวรดน้ำจะประหยัดกว่าสายยาง เป็นต้น

กำจัดจุดรั่วไหล

การปล่อยให้น้ำรั่วไหลเล็กๆ น้อยๆ แต่ต่อเนื่อง 24 ชั่วโมง อาจสูญเสียน้ำต่อเดือนมากกว่าปริมาณที่ใช้ด้วยซ้ำ ดังนั้น จึงอย่าละเลยควรตรวจตราจุดรั่วไหล และซ่อมแซมให้อยู่ในสภาพดี เช่น ก๊อกน้ำที่มีน้ำหยดตลอดเวลาอาจสูญน้ำถึง 1,500 ลิตรต่อเดือน ชักโครงที่ลูกลอยปิดไม่สนิทน้ำไหลลงโถล้วมตลอดเวลาทำให้สูญน้ำถึง 30,000 ลิตรต่อเดือน

Tip ประหยัด...จากทางบ้าน

Tip ประหยัดจากทางบ้านฉบับนี้ เป็นของ คุณชวนพิศ พันประดิษฐ์ กรุงเทพฯ ส่งเคล็ดลับในการประหยัดพลังงานอย่างง่าย ๆ และยังช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวมาร่วมแบ่งปันกัน

ส่งเคล็ด (ไม่ลับ) ประหยัดพลังงานง่ายๆ ในวิธีของคุณมาที่ **“ศูนย์ประชาสัมพันธ์รวมพลังหาร 2 สำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน** 121/1-2 ถ.เพชรบุรี แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400” วิธีประหยัดพลังงานของใครเข้าตาทีมงาน และได้รับการเผยแพร่ในจดหมายข่าวอนุรักษ์พลังงาน จะได้รับนาฬิกาดีไซน์เก๋ เป็นของที่ระลึก

“วันอาทิตย์ซึ่งเป็นวันครอบครัว ดิฉันและครอบครัว ก็จะหากิจกรรมทำร่วมกันเสมอ เช่น ช่วยกันทำความสะอาดบ้านจัดห้องให้โล่งโปร่งสบาย เปิดหน้าต่างกว้าง ๆ รับลมจากภายนอก ทำความสะอาดหลอดไฟที่บ้าน เพื่อช่วยเพิ่มแสงสว่าง โดยไม่ต้องใช้พลังงานมาก ทำความสะอาดแผ่นกรองอากาศแอร์ เพื่อลดการเปลืองไฟในการทำงานของแอร์ ส่วนบริเวณรอบบ้าน ก็จะช่วยกันปลูกต้นไม้ รดน้ำต้นไม้ให้สวัสดีและกันแดด ส่วนเวลาอาบน้ำครอบครัวของเรา ก็จะอาบด้วยฝักบัวเพราะการอาบน้ำด้วยฝักบัวจะช่วยประหยัดกว่าตักอาบ หรือใช้ช่วงอาบน้ำถึงครึ่งหนึ่งเลย เวลาที่ดิฉันทำอะไรก็จะให้ลูก ๆ มีส่วนร่วมในการทำงานนั้น ๆ ด้วย โดยจะอธิบายว่าสิ่งที่เราทำนั้น ช่วยประหยัดพลังงานและลดภาวะโลกร้อนได้”