



# OBSZAR 2: OSZCZĘDNOŚĆ ENERGII

Pytania/stwierdzenia związane z obszarem						
NIE.	Pytanie/oświadczenie	Zawsze	Często	Rzadko	Nigdy	Nie dotyczy
Dla osób indywidualnych						
1.	Jak często wyłączasz światło i sprzęt elektroniczny, wychodząc z pokoju?					
2.	Jak często używasz żarówek energooszczędnych?					
3.	Jak często odłączasz urządzenia elektroniczne, gdy nie są używane, aby zmniejszyć zużycie energii w trybie gotowości?					
4.	Jak często używasz programowalnego termostatu, aby oszczędzać energię na ogrzewaniu i chłodzeniu?					
5.	Jak często korzystasz z transportu publicznego, wspólnego podróżowania lub jazdy na rowerze zamiast jeździć samodzielnie, aby zmniejszyć swój ślad węglowy?					
6.	Jak często zmieniasz urządzenia na energooszczędne, takie jak lodówki, pralki czy zmywarki?					
7.	Jak często w ciągu dnia korzystasz ze światła naturalnego zamiast sztucznego?					
8.	Jak często uczestniczysz w inicjatywach mających na celu oszczędzanie energii w Twojej społeczności?					
9.	Jak często unikasz korzystania z urządzeń takich jak piekarnik czy płyta grzejna, podczas gdy można zastosować bardziej wydajne metody gotowania, takie jak kuchenka mikrofalowa lub gotowanie na parze?					
10.	Jak często poddajesz recyklingowi lub kompostujesz, aby zmniejszyć ilość odpadów i oszczędzać energię?					
11.	Jak często używasz sznura do bielizny lub suszarki zamiast suszarki?					
12.	Jak często korzystasz z toreb i pojemników wielokrotnego użytku, aby ograniczyć ilość odpadów i oszczędzać energię?					
13.	Jak często ograniczasz spożycie mięsa, aby zmniejszyć ślad węglowy swojej diety?					
14.	Jak często edukujecie siebie i innych na temat oszczędzania energii i zmian klimatycznych?					
15.	Jak często zachęcasz innych do stosowania praktyk oszczędzających energię?					



Pytania/stwierdzenia związane z obszarem						
NIE.	Pytanie/oświadczenie	Zawsze	Często	Rzadko	Nigdy	Nie dotyczy
Dla organizacji						
1.	Jak często Twoja organizacja przeprowadza audyt energetyczny w celu zidentyfikowania obszarów marnowania energii i możliwości poprawy?					
2.	Jak często Twoja organizacja inwestuje w energooszczędny sprzęt i urządzenia, aby zmniejszyć zużycie energii?					
3.	Jak często Twoja organizacja zachęca pracowników do stosowania praktyk oszczędzających energię, takich jak wyłączenie światła i elektroniki przy wychodzeniu z pokoju lub korzystaniu z transportu publicznego?					
4.	Jak często Twoja organizacja promuje pracę zdalną lub elastyczne harmonogramy pracy, aby zmniejszyć emisję dwutlenku węgla wynikającą z dojazdów pracowników?					
5.	Jak często Twoja organizacja śledzi swój ślad węglowy i inicjatywy na rzecz oszczędzania energii i informuje interesariuszy o swoim śladzie węglowym i inicjatywach na rzecz oszczędzania energii?					

### Instrukcja samooceny dla osób indywidualnych:

Za każdą odpowiedź „zawsze” i „często” otrzymujesz 1 punkt.

Liczba punktów: od 15 do 12 - Świetnie sobie radzisz i wspierasz zrównoważony rozwój naszej planety - działaj dalej.

Liczba punktów: od 11 do 8 - Widać, że działasz na rzecz zrównoważonego rozwoju naszej planety - kontynuuj tak i zastanów się, co jeszcze możesz zrobić.

Liczba punktów: od 7 do 4 - Podejmujesz kroki na rzecz zrównoważonego rozwoju planety, ale warto byłoby rozszerzyć swoje działania. Zastanów się, jakie zmiany możesz wprowadzić.

Liczba punktów: od 3 do 0 - To raczej początek Twojej drogi do zrównoważonego rozwoju naszej planety. Nie zniechęcaj się i pomyśl, co możesz zrobić. Nawet małe rzeczy mają duże znaczenie, jeśli robi je wiele osób.