



Οδηγός Εξοικονόμησης Ενέργειας στις Μεταφορές (Αστικές Μετακινήσεις)

Δήμος Τρικκαίων

Επιλέγουμε Βιώσιμους Τρόπους Μετακίνησης

- Πεζοπορία: Μηδενικό κόστος, μηδενικοί ρύποι, ωφέλιμη για την υγεία.
- Ποδήλατο: Ιδανικό για μικρές και μεσαίες αποστάσεις, χωρίς καύσιμα.
- Ηλεκτρικά πατίνια & ποδήλατα: Κατάλληλα για πόλεις με υποδομές, χαμηλή κατανάλωση ενέργειας.

Χρησιμοποιούμε τα Μέσα Μαζικής Μεταφοράς

- Μειώνουμε τις εκπομπές CO₂ ανά επιβάτη.
- Αποφεύγουμε την κυκλοφοριακή συμφόρηση και το κόστος στάθμευσης.
- Προτιμούμε λεωφορεία φυσικού αερίου ή ηλεκτρικά αν είναι διαθέσιμα.

Κοινή χρήση οχήματος (carpooling)

- Μοιραζόμαστε τις διαδρομές με συνεργάτες, φίλους ή γείτονες.
- Μειώνουμε την κατανάλωση καυσίμων και τα έξοδα συντήρησης.

Οικολογική Οδήγηση (Eco-driving)

- Οδηγούμε ομαλά, αποφεύγοντας απότομες επιταχύνσεις ή φρεναρίσματα.
- Διατηρούμε σταθερή ταχύτητα, ιδανικά 50–70 km/h.
- Σβήνουμε τη μηχανή σε αναμονή άνω του 1 λεπτού.
- Ελέγχουμε τα ελαστικά – η σωστή πίεση μειώνει την κατανάλωση.

Συντηρούμε το όχημά μας

- Το τακτικό service βελτιώνει την αποδοτικότητα του κινητήρα.
- Τα καθαρά φίλτρα αέρα και λαδιού μειώνουν την κατανάλωση.

- Αποφεύγουμε το περιττό φορτίο και προτιμούμε τη χρήση σχαρών οροφής.

Επιλέγουμε Ηλεκτρικά ή Υβριδικά Οχήματα

- Μηδενικοί ή μειωμένοι ρύποι.
- Χαμηλότερο κόστος λειτουργίας και ενέργειας.
- Ιδανικά για σύντομες διαδρομές μέσα στην πόλη.

Χρησιμοποιούμε Ψηφιακά Εργαλεία

- Εφαρμογές μεταφορών (Google Maps, Moovit, Beat, κ.ά.) για βέλτιστες διαδρομές.
- Προγραμματισμός διαδρομών με λιγότερες στάσεις και χαμηλή κίνηση.

Αναθεωρούμε τις καθημερινές μας συνήθειες

- Τηλεργασία ή τηλεσυσκέψεις, όταν είναι εφικτό.
- Συνδυασμός πολλών εργασιών σε μία διαδρομή, ώστε να περιορίζουμε τις μετακινήσεις.