



Упрощенная
версия

verbraucherzentrale

ЭКОНОМИЯ ЭНЕРГИИ В БЫТУ

СОВЕТЫ ДЛЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ



Энергия стоит дорого!

Отопление, горячая вода и электричество подорожали. Снижение потребления экономит Ваши деньги. В этой брошюре Вы узнаете, как добиться экономии в домашних условиях.

Столько в среднем стоят электричество, отопление и горячая вода в год на трех человек, проживающих в квартире площадью 70 м²:



Электричество

1 150 €

электричество: 38 центов/кВт·ч
газ: 15 центов/кВт·ч
мазут: 15 центов/кВт·ч
на сентябрь 2022 г.



Отопление

1 500 €

на газе или мазуте

2 300 €

тепловой
аккумулятор
(электричество)



Горячая вода

350 €

на газе или мазуте

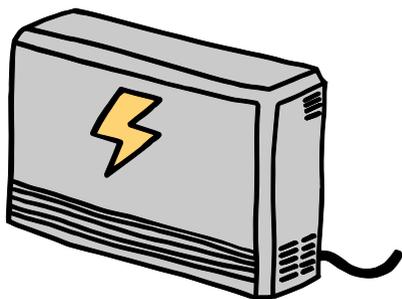
600 €

на электричестве



1 ПРАВИЛА ОБОГРЕВА И ПРОВЕТРИВАНИЯ

Правильный обогрев позволяет экономить больше всего энергии и денег. Отопление стоит дорого, но зимой без него не обойтись. Здесь Вы узнаете, как снизить расходы на отопление без риска образования плесени.



Внимание!

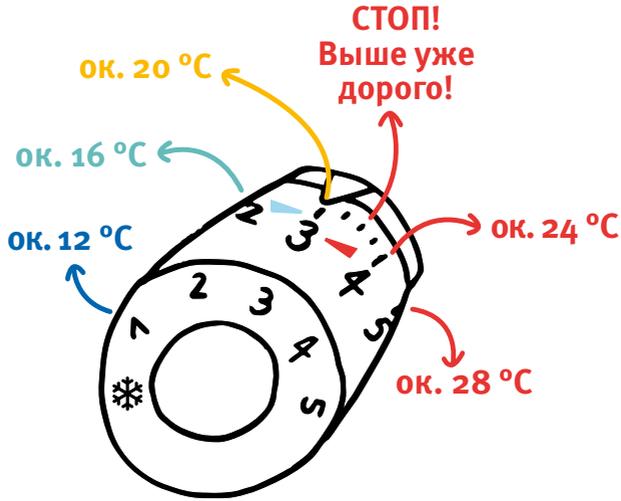
Особенно дорого отапливать жилье электрообогревателями. У тепловых аккумуляторов толстый кабель. Проконсультируйтесь относительно правильной настройки таких обогревателей.

Как экономно отапливать помещения?

Чем выше отрегулирована температура, тем больше придется платить. Температуры в 20 °С для жилых помещений достаточно.

Если установить термостат на очень высокую температуру, это не поможет быстрее прогреть помещение. Но сама батарея сильно нагреется, что очень энергозатратно.

Какой температуре соответствуют позиции термоголовки?



Какая температура должна быть в помещениях?

Гостиная

- позиция 3
- 20 °C

Ванная

- позиция 3-4
- 20-22 °C

Спальня

- позиция 2-3
- 16-18 °C

Кухня

- позиция 2-3
- 18 °C

Детская комната и кабинет

- позиция 3
- 20 °C

Советы по обогреву помещений



ТЕПЛОВЕНТИЛЯТОРЫ И РАДИАТОРЫ

Мобильные тепловентиляторы и радиаторы, работающие от сети, потребляют очень много электроэнергии.

Это не альтернатива обычному отоплению.

В ВАШЕ ОТСУТСТВИЕ:

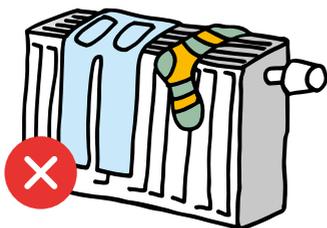
Если никого нет дома, настройте термостат на 2. Температура в помещениях не должна опускаться ниже 16 °С, иначе возникает риск образования плесени. Купите термометр с индикатором влажности воздуха (термогигрометр). Если дом пустует долгое время, установите терморегулятор в положение «снежинка». Это режим защиты от замерзания. При нем трубы отопления не замерзнут.



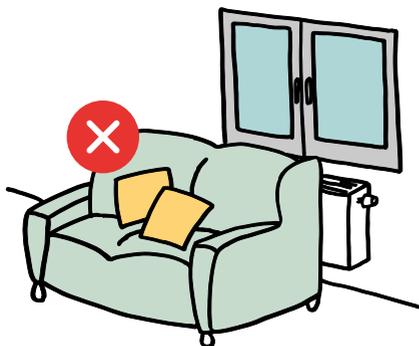


РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ТЕПЛА В ПОМЕЩЕНИИ

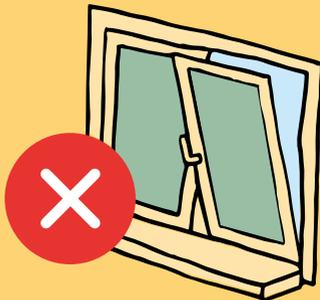
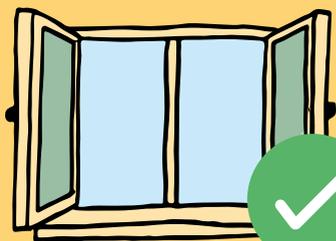
Не вешайте перед батареей длинные гардины и шторы. Они мешают теплу распределяться в помещении.



Не сушите вещи на батарее. Это повышает расход тепла.



Не ставьте перед батареей мебель.



Проветривание зимой

За счет водных процедур, приготовления пищи и сушки белья в воздух выделяется влага. Ее нужно регулярно выводить из помещения.

При повышенной влажности образуется плесень.

ПРОВЕТРИВАТЬ 3 РАЗА В ДЕНЬ

Открывайте окна не менее трех раз в день. Рекомендуется 5-10-минутный сквозняк при отключенном отоплении.

СУШКА БЕЛЬЯ В КВАРТИРЕ

Если у Вас есть возможность сушить белье только в квартире, нужно очень часто проветривать и много топить, чтобы избежать возникновения плесени.

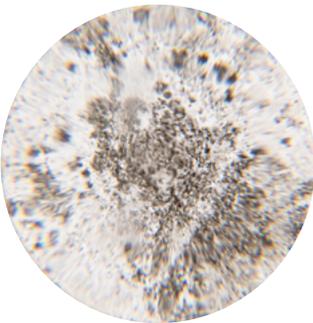
ОТКИДНАЯ ФУНКЦИЯ НЕЭФФЕКТИВНА

При использовании откидной функции проветривать нужно дольше 15-30 минут. Отключайте отопление, когда открываете окно.

ПРОВЕТРИВАНИЕ ПОМОГАЕТ ОТ ПЛЕСЕНИ

Рекомендуется проветривать помещение во время или сразу после приготовления пищи и водных процедур.

Почему так важно регулярное проветривание?

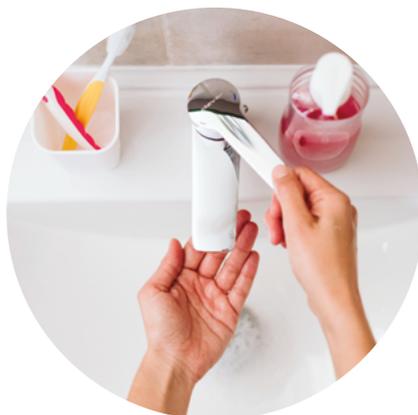


Черную плесень можно распознать по черным точкам и пятнам.

Что такое плесень?

В холодных углах, на холодных стенах и в ванной комнате часто образуется черная плесень. Причиной является повышенная влажность воздуха. Плесень вредна для здоровья.

Если влажность воздуха выше 60 %, необходимо проветрить помещение. Нормальным показателем являются 40-50 %. Проверяйте влажность воздуха при помощи термогигрометра.



2 ЭКОНОМИЯ ГОРЯЧЕЙ ВОДЫ

Горячая вода тоже стоит дорого, поскольку для ее нагрева требуется много энергии. Вы можете снизить потребление воды и чаще использовать менее горячую воду. Далее представлены советы по экономии горячей воды.

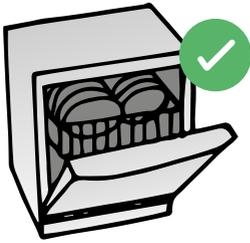
Проточный водонагреватель

Вы пользуетесь проточным водонагревателем, как на картинке? Значит, Вы нагреваете воду при помощи электричества. Не устанавливайте температуру проточного водонагревателя выше, чем Вам нужно для принятия душа. Купите водосберегающую душевую лейку.

Это позволит Вам экономить воду и электричество. Сначала убедитесь,

что водосберегающая душевая лейка подходит к Вашему проточному водонагревателю.





Мытьё посуды

Загруженная полностью посудомоечная машина всегда потребляет меньше энергии, чем при мытье посуды вручную.

Если единственный вариант — мытьё вручную, набирайте воду в раковину. Не оставляйте кран включенным.

Водные процедуры

Принимайте душ как можно быстрее. Лучше всего — за 5 минут.

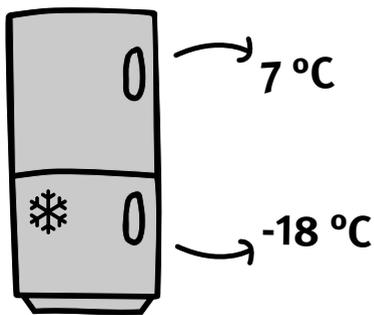
Пользуйтесь душем, а не ванной. Принятие ванны намного дороже.

Выключайте воду, когда чистите зубы или бреетесь.



3 ЭКОНОМИЯ ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ В БЫТУ

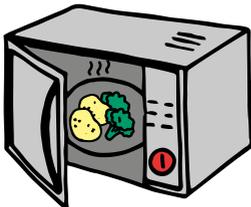
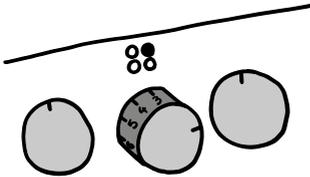
Часто мы тратим электроэнергию, сами того не замечая, например, пользуясь мобильным телефоном, компьютером или телевизором. В некоторых домах отопление работает от электричества, что очень повышает потребление. Здесь Вы узнаете, как снизить потребление электроэнергии.



Охлаждение и заморозка

Установите холодильник на 7 °C (позиция 2 или 3). Проверьте температуру при помощи термометра. Чем она ниже, тем больше электричества расходуется.

Морозильник должен быть настроен на не менее чем -18 °C.



Приготовление еды и выпекание

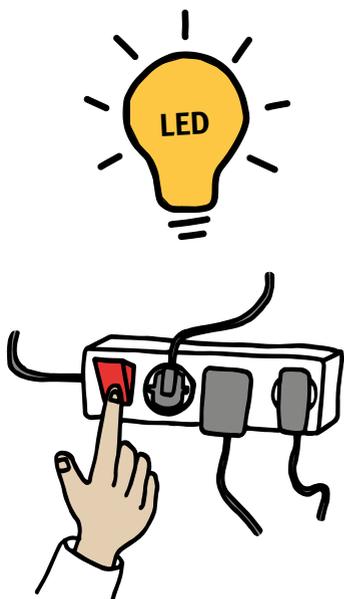
Воду для чая или кофе всегда нагревайте чайником. Это занимает меньше времени и экономит электроэнергию. Воду для варки макарон или овощей также нагревайте чайником.

Накрывайте кастрюли и сковородки крышкой.

После закипания воды для варки овощей, макарон, картофеля или риса переключайте конфорку на более низкую ступень нагрева.

Пользуйтесь термосом для чая и кофе. Прибор с функцией подогрева постоянно тратит электроэнергию.

Разогревайте пищу в микроволновой печи, а не в духовке или на плите.



Освещение и приборы

Когда Вы покидаете помещение, выключайте свет. Замените все лампы накаливания и галогенные лампы на экономные светодиодные лампы.

Полностью отключайте приборы. Если горит лампочка, прибор продолжает потреблять электроэнергию (режим ожидания). Отключайте прибор из розетки или купите электроудлинитель с выключателем для полного отключения приборов.



Стирка и сушка

Загружайте стиральную машину полностью. Так Вы сэкономите электричество и деньги.

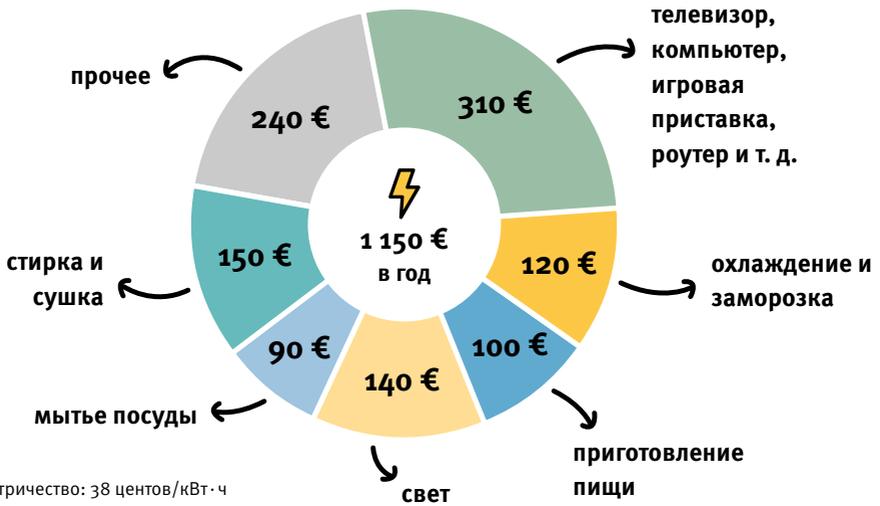
Чем выше температура стирки, тем дороже. Для обычного белья достаточно 30 °C. ЭКО-режим позволяет добиться экономии.

Сушка белья в сушильной машине очень энергозатратна. Пользуйтесь ею только в случае необходимости.

Лучше сушить белье в подвале, на чердаке или на улице.

На что тратится больше всего электроэнергии?

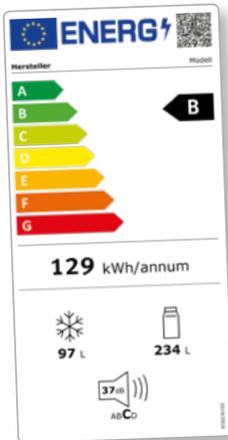
На примере семьи из трех человек с потреблением 3 000 кВт·ч/год



электричество: 38 центов/кВт·ч
на сентябрь 2022 г.

ПОКУПАЙТЕ ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩИЕ ПРИБОРЫ

При покупке нового электроприбора обращайте внимание на его энергопотребление. Цветная этикетка энергоэффективности поможет разобраться: темно-зеленый цвет свидетельствует о высокой энергоэффективности. Если Вы покупаете бывшие в употреблении приборы или получаете их в подарок, сначала проверьте их энергопотребление. Иначе у Вас в доме может поселиться настоящий «поглотитель» энергии.



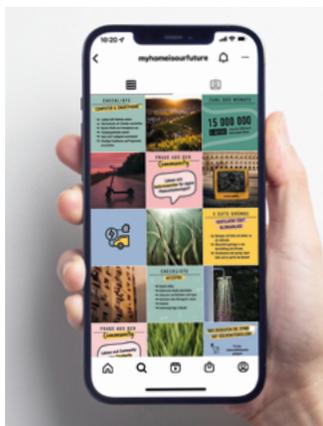
Актуальная информация представлена также на нашем канале в Instagram.



Обращайтесь

за советом!

@myhomeisourfuture



ЦЕНТР ПО ЗАЩИТЕ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ СЕВЕРНОГО РЕЙНА-ВЕСТФАЛИИ

Центры по защите прав потребителей Северного Рейна-Вестфалии (NRW) консультируют по договорам, кредитам, счетам и поставщикам энергии — в любом из своих 66 филиалов. Подробную информацию об энергосбережении, обновлении отопления или термомодернизации зданий можно получить на нашем веб-сайте или наших онлайн-семинарах:



(0211) 33 996 555



www.verbraucherzentrale.nrw/energieberatung

ИЗДАТЕЛЬ

Verbraucherzentrale NRW

Mintropstr. 27

40215 Düsseldorf

www.energie2020plus.nrw

/vznrw.energie

/vznrw_energie

/myhomeisourfuture

02/2023. © Verbraucherzentrale NRW.
Bildnachweise Fotos: Titel, S. 2, 3, 4, 6, 9, 10
Durchlauf-Heizler, 12, 16: stock.adobe.com;
Foto S. 10: Eva Bianco Fotografia / Photocase
Addicts GmbH / Illustrationen: S. 9, 11, 13
(Wasserkocher, Töpfe, Mikrowelle), 14 (Wäsche
an der Leihne); themonproject.com / alle
restlichen Illustrationen: Kerstin Wakob.
Verbraucherzentrale NRW / Übersetzung durch
die Verbraucherzentrale Brandenburg.

ПРОЕКТ ENERGIE2020plus реализуется при поддержке:



EUROPÄISCHE UNION
Investition in unsere Zukunft
Europäischer Fonds
für regionale Entwicklung

Ministerium für Landwirtschaft
und Verbraucherschutz
des Landes Nordrhein-Westfalen



Deutsche Stiftung
Verbraucherschutz

Переведено на русский язык при поддержке: