



**Поради щодо збереження
бюджету**

для економії енергії



● ● ● Опалення

Витрати на опалення

- Топити потрібно тільки там, де це потрібно, необов'язково топити у всіх кімнах. Обмежте себе тільки тими кімнатами, в яких ви часто знаходитесь наприклад у вітальні. Будьте обережні: При низьких температурах повна відсутність опалення може призвести до появи цвілі. Залежно від того, як прогріті інші приміщення, наприклад сусідні квартири і який рівень вогкості навколо.
- Не закривайте батарею. Диван або штори перед батареєю перешкоджають поширенню тепла нагору. Зверніть увагу, щоб батарея була повністю відкрита. Так тепло буде чинити на всю кімнату.
- Позбавтеся зайвого повітря в батареї. Якщо батарея булькає, в кімнаті не буде достатньо тепло, незважаючи на те, що батарея включена на повну, оскільки в батареї знаходиться повітря.
- Заклеїти вікна і двері: Щоб тепло залишилося в будинку, перевірте наявність витоків вікна та двері. Для загортання щілин можна використовувати пінопластові ущільнювальні стрічки або гумові сальники. У дверей може допомогуть «дверні віники» (Türbesen) або запобіжники протягу.
- Регулярно провітрюйте квартиру: навіть взимку потрібно повітря. Замість того, щоб нахилити вікна, кілька разів вікна на кілька хвилин щодня відкривати дуже широко і вентилювати цілеспрямовано. У повністю відриті вікна свіже повітря надходить швидше. Також свіже повітря швидше знову прогривається, що запобігає утворенню цвілі. Перед провітрюванням увімкніть обігрівач вниз, а потім знову вгору.

Консультації

- Stadtwerke Gießen: поради у Центрі обслуговування клієнтів SWG | міське комунальне господарство (Stadtwerke Gießen) (energiessen.de)
- Асоціація Карітас у Вецларі: Stromspar-Check (caritas-wetzlar-lde.de)





● ● ● Кухня

Загальна інформація

- Після 10-15 років варто перевірити побутову техніку наскільки вона відповідає кількості використання електроенергії на сьогоднішній день. Можливо придбання нової техніки допоможе вам заощадити на електроенергії, це стосується особливо пральних машин, холодильників та морозильних камер.
- Наприклад з холодильником вам допомогає «калькулятор» холодильника від споживчого центру за адресою: <https://www.verbraucherzentrale.de/kuehlschrank-rechner-40173>



Холодильник, морозильник, морозильна камера

- Встановіть холодильник: достатньо 7 °C у верхньому відділенні
- Морозильна камера: оптимально -18 °C
- Дверцята холодильника та морозильника під час використання швидко закривати
- Їжа повинна повністю охолонути, перш ніж поміщати її в холодильник
- Накопився лід? Розморожування того варте!

Плита і духовка

- Відварити і смажити під кришкою. Це економить до 50 відсоток енергії.
- Овочі, яйця та картоплю можна варити за 1-2 сантиметри води, цього достатньо.
- Наповнюйте чайник лише стільки води, скільки потрібно. Також використовуйте для приготування їжі, наприклад закип'ятіть воду для пасти.
- Пекти з конвекцією економить близько 15% енергії в порівнянні з одночасним верхнім та нижнім нагріванням.
- Відкажіть від попереднього нагрівання. Включайте духовку трохи раніше і використовуйте остаточне тепло.

Посудомийна машина

- Завжди заповнюю посудомийну машину
- Використовуйте еко-програми або низькі температура від 45°C до 55°C. Короткі програми по можливості не використовуйте зовсім.



● ● ● Пральна/ванна

Пральна та сушильна машини

- Прання при низькій температурі 30 °C до 40 °C. Ще одна перевага: одяг триває довше.
- Високий режим віджима передбачає менш мокру білизну.
- Замість сушильної машини: просто сушити на повітрі. Це також працює взимку!
- Слідкуйте за розумною вентиляцією в приміщенні. Більше інформації:
<https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/energie/heizen-und-warmwasser/heizen-und-lueften-so-gehtsrichtig-10426>
- Використання екопрограм - економить електроенергію і воду.



У ванній/споживання води

- Душова лійка економ для ванни і душу; Аератор (Strahlregler) чи аератор („Perlator“) для кранів. Як результат - менше споживання теплої води. Обидва доступні за кілька євро у місцевому будівельному магазині.



● ● ● Офісна техніка, та техніка для розваги

Комп'ютери, смартфони, телевізори

- Використання ноутбуку замість комп'ютера та монітора: ноутбуки зазвичай споживають багато менше потужності, ніж настільні комп'ютери.
- Великі телевізори використовують багато електроенергії. Тому варто віддавати перевагу більш маленьким моделям.
- Подовжувач, який можна вимкнути замість режиму очікування; також для приймачів, мовних помічників та ігрові консолі.
- Не залишайте зарядні пристрої підключеними до розеток. Вони можуть і надалі споживати електроенергію.
- Використовуйте „енергозберігаючий режим“ або „режим сну“ на комп'ютері. Після максимальної 15-хвилинної неактивності, переведіть ваші прилади в один із цих двох режимів.
- Увага: скринсейвер (заставка) не є мірою енергозбереження, навпаки, особливо з кольоровими рухомі зображення вимагають більше енергії!
- Вимикайте WLAN (вай-фай) маршрутизатори (роутери) на ніч через управління часом.
- Вимикайте на ніч ваш смартфон або переведіть його в режим польоту.
- Вимкніть програми, які не використовуються. Що менше програм працює на задньому плані, то менше працює процесор і тим самим споживає меншу кількість електроенергії.
- Замініть старі електроприлади

Більше інформації: <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/energie/strom-sparen/strom-sparen-im-haushalt-einfachetipps-10734>



Бюро та робота з дому

- Уникайте непотрібного друку.
- Вимкніть кавоварку після використання.
- Відрегулюйте кімнатну температуру - максимум 23 градуси і регулярне провітрювання.



Освітлення

- Заміна ламп розжарювання та галогенних ламп на Економічний світлодіод: до 90% менше споживання енергії.
- Вимикайте світло, коли воно не потрібно!
- Підлогова або настільна лампа має зазвичай не тільки один вимикач, а й блок живлення, то завжди витягніть вилку з розетки або використовуйте мережевий фільтр.



Impressum
Herausgeber

Druck
Fotonachweis

Landkreis Gießen
Der Kreisausschuss
Postfach 110760,
35352 Gießen
November 2022
Adobe Stock, viperagp

